

A DANÇA COMO INSTRUMENTO DE LEMBRANÇA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA COM IDOSOS DEMENCIADOS¹

Matheus Felipe Benevides Loiola,

Escola de Educação Física e Desportos. Universidade Federal do Rio de Janeiro
(EEFD/UFRJ)

Isabele de Paula Assunção,

Escola de Educação Física e Desportos. Universidade Federal do Rio de Janeiro
(EEFD/UFRJ)

Ana Carolina Ribeiro Cuba Peres,

Escola de Educação Física e Desportos. Universidade Federal do Rio de Janeiro
(EEFD/UFRJ)

Helena Sales de Moraes,

Laboratório de psicofisiologia do exercício (LaPE). Escola de Educação Física e Desportos.
Universidade Federal do Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ)

Lilian Damião,

Pós-graduação em Envelhecimento Ativo, Subjetividade e Arte. Proposta de orientação
multidimensional arte realidade (POMAR)

Vanessa Pereira da Silva,

Departamento de Educação Física e Esportes, Escola Naval. Marinha do Brasil (DEFE-
EN/MB)

RESUMO

PALAVRAS-CHAVE: Dança; idosos e demência.

INTRODUÇÃO

A dança é uma experiência que ativa múltiplas funções cognitivas, como: percepção, emoção, função executiva, memória e habilidades motoras. É recomendado para as práticas de dança em idosos com demência o uso de um protocolo estruturado que atenda os aspectos físicos, cognitivos e emocionais (Mabire et al 2018). Pela primeira vez, o protocolo de dança

¹ O presente trabalho contou com apoio financeiro do instituto Zen câncer.

sentada desenvolvido pelo National Ballet School (NBS) do Canadá foi utilizado e adaptado ao contexto sócio cultural brasileiro. A dança é uma forma universal de expressão humana, que nos oferece uma oportunidade única para investigar a plasticidade do cérebro e sua interação com o comportamento (Karpati, et al; 2015). A demência é considerada uma doença gravemente incapacitante e muitas vezes tem efeito devastador para a família e cuidadores. A dança compartilhada facilita a auto expressão e a comunicação de pacientes e cuidadores.

OBJETIVO

Descrever a aplicabilidade do protocolo de dança sentada desenvolvido pelo National Ballet School (NBS) do Canadá e Baycrest Health Sciences para idosos com demência atendidos pelo projeto de extensão Corpo e Mente.

METODOLOGIA

A ação de dança do Projeto Corpo e Mente da Escola de Educação Física e Desportos (EEFD), da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) tem como critério de inclusão pacientes do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho e outras unidades psiquiátricas do Rio de Janeiro, acima de 60 anos, ambos os sexos, com diagnóstico de demência ou algum declínio cognitivo. É necessário que o paciente tenha um acompanhante, cuidador ou familiar, interessado e disponível para participar das sessões semanais de dança online. Utilizamos o protocolo desenvolvido pelo NBS do Canadá e a *Baycrest Health Sciences*, que tem por objetivo tornar a dança acessível para idosos com diversas limitações físicas e cognitivas, incluindo idosos com demência, a partir de uma prática de dança sentada. (Kosurko et al., 2020; Skinner et al., 2018).

A aula tem duração de 45 minutos e o protocolo estruturado segue uma sequência pedagógica que se inicia a partir de um aquecimento, passando de sequências mais suaves para mais vigorosas e finalizando com a volta calma. Cada etapa inclui objetivos físicos, cognitivos e emocionais específicos. Todas as etapas são coreografadas de maneira sincronizada com a música.

RELATANDO E ANALISANDO A EXPERIÊNCIA

Nas aulas de dança online oferecidas pelo projeto Corpo e Mente, pela Professora Vanessa Pereira e pela professora Lilian Damião, observa-se que a dança vai além de apenas um exercício ou entretenimento, a dança é vista como instrumento de lembrança. A escolha de um protocolo estruturado nos proporciona uma orientação assertiva no que se refere à progressão pedagógica da aula. Garantindo ainda a segurança, a autonomia, a liberdade e o prazer dos participantes durante a prática.

Destaca-se o pioneirismo do trabalho que vem desenvolvendo uma adaptação minuciosa do protocolo canadense para o contexto sócio cultural brasileiro. A seleção de um repertório cultural/musical que dialogue com experiências vividas pelos pacientes, cria um vínculo afetivo com a prática e reforça a ideia da dança como um instrumento de lembrança. Além disso, durante as aulas criamos um ambiente seguro e sem julgamentos, onde pacientes e cuidadores possam desfrutar dos benefícios da prática.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi observado que a adoção de um protocolo estruturado para a prática de dança gerou efeitos benéficos para pacientes e acompanhantes no que tange o caráter físico, emocional e cognitivo. Os recursos tecnológicos disponíveis ainda são limitados, contudo as aulas online têm oportunizado experiências efetivas. Ademais, procuramos ter um olhar empático e inclusivo para as práticas ocorrerem de forma segura e dinâmica, respeitando as limitações e despertando as potencialidades, a criatividade, a comunicação e o engajamento dos indivíduos envolvidos.

REFERÊNCIAS

KARPATI, F. J. *et al.* (2015). Dance and the brain: A review. **Annals of the New York Academy Sciences**, 1337(1), 140–146.

KOSURKO, A *et al.* (2020). Opportunities and challenges of digital delivery of sharing dance seniors for social inclusion. **Romanian Journal of Communication and Public Relations**, 22(2), 23–37.

SKINNER, M. W. *et al.* (2018). Improving social inclusion for people with dementia and carers through sharing dance: A qualitative sequential continuum of care pilot study protocol. **BMJ Open**, 8(11).



CONBRACE
CONICE 2021
DE 12/09 A 17/12

Educação Física e
Ciências do Esporte
no tempo presente:

Defender Vidas,
Afirmar as Ciências

MABIRE, J-B; AQUINO, J-P; CHARRAS, K (2018). Dance interventions for people with dementia: systematic review and practice recommendations. **Cambridge University Press.**

