

A DANÇA COMO FERRAMENTA DO CUIDADO EM ENFERMAGEM

Apanhados pela concepção do processo de envelhecimento como um acontecimento patológico e início da contagem regressiva da vida, muitos idosos abandonam a preocupação de se manterem participativos na comunidade e meio social em que vivem. Com isso, a aposentadoria chega de forma passiva, inativa e cada vez menos reflexiva, culminando em prejuízo incondicional à saúde mental e física para uns já para outros é um renascer para a maturidade. E isso vem crescendo e se tornando uma realidade bastante interessante e com novas perspectivas.

Assim, encontramos entre essas novas descobertas da maturidade a dança que é considerada a primeira manifestação cultural. Esse meio de expressão acompanhou a evolução do ser humano desde seus primórdios, expressando, por meio do movimento, seus momentos históricos e, a partir daí, a música e a dança juntas podem gerar influências psicológicas e fisiológicas em uma pessoa de forma a gerar fenômenos fantásticos, visto que ambas estão inseridas no campo da comunicação não-verbal, sendo capazes, como consequência, de alterar o humor por modificarem o estado afetivo da pessoa e todo sua manifestação geral.

Considerada como uma atividade que acolhe as carências das pessoas no mundo atual, a dança atua beneficentemente na relação corporal, mental e espiritual, ampliando, contextualizando e reconectando as emoções as pessoas. Com a prática dessa atividade os praticantes constatarem restabelecimento positivo, devido melhora em sua relação com o

corpo, mente e espírito. Já são estudados os resultados produzidos de benefícios corporais gerais (circulação, memória, concentração, doenças que afetam o estado psíquico, respiração, digestão, reprodução e excreção), além de favorecer a interação social.

Com estes princípios a dança vem sendo aderida em trabalhos de recuperação neurológica e em tratamentos de doenças até então tratadas apenas com medicação. A imagem corporal é uma combinação dos processos neurais com sua plasticidade e as sutilezas ambientais, sociais e psicológicas.

É uma combinação mutante, pois a cada instante ocorre uma nova percepção. A imagem corporal reflete a história de uma vida, o percurso de um corpo cuja percepção se integra e marca a existência do ser no mundo a cada instante. Utiliza-se sempre das novas experiências sendo o resultado do diálogo do homem com o universo. É a vitalidade dos processos inconscientes, a experiência do homem em sua atualidade que marca sua presença no mundo.

Assim a dança consiste em uma prática de efeito terapêutica na área da saúde que propicia novas ferramentas no cuidar. Nossa experiência nos remete que a dança não só para o idoso, mas para todas as pessoas é muito mais que uma atividade física, é uma busca de sua própria identidade, de seus valores e sentimentos. É um momento de experiência e resgate de sentimentos esquecidos por nós no decorrer da vida.

Novas políticas públicas, devem fomentar a organização e criação de mais



Prof. Dra. Claudia Jaqueline
Enfermeira Docente Doutora da
Universidade Federal do Mato Grosso
Especialista em Administração do
Serviço de Saúde Mestrado e Doutorado
em Ciências da Saúde. Líder do
Diretorio de Pesquisa Gemorgets.

programas de atividades físicas voltados para todas as pessoas que vislumbram o despertar de reconhecer suas emoções e sentimentos do mundo interno e externos. Além disso, sabendo dos benefícios que a atividade física proporciona à saúde, na prevenção de doenças, e como os gastos com o sistema de saúde poderiam ser minimizados, proporcionando melhorias em outros setores da sociedade. 🐦