



O Desenvolvimento da Psicomotricidade Sênior Através da Dança

Fernanda Rabelo Cursino Santos, Raquel Nogueira da Cruz, Gabriela Souza Silva, Cecília Souza Oliveira.

A literatura indica que o aumento da longevidade hoje, no Brasil, é alvo de muitos estudos e pesquisas referentes à qualidade de vida, aos recursos e modos de se viver, frente aos próprios desafios do envelhecimento. O processo de maturação é marcado por alterações do funcionamento físico, motor e cognitivo, provocando mudanças degenerativas em variáveis como, memória, atenção, tonicidade, equilíbrio e coordenação. Assim, a psicomotricidade se apresenta como ação educativa integrada e fundamentada na comunicação, linguagem e movimentos, capaz de amparar as demandas da senescência e contribuir para a sucessiva integração da imagem corporal. Associado a isso, a adoção da dança, como atividade física regular, pode ser um fator transformador para auxiliar nesse processo, tendo em vista seus benefícios para a capacidade funcional, desempenho neuropsicológico e controle postural. Dessa forma, o objetivo dessa pesquisa foi compreender a influência da dança no desenvolvimento da psicomotricidade em idosos. A amostra foi composta por 9 participantes do sexo feminino, de diferentes idades, da oficina de dança da Universidade da Terceira Idade (UNITI) do campus de Campos dos Goytacazes, escolhida de forma aleatória e mediante a aceitação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A pesquisa de caráter qualitativo foi dividida em duas etapas: (1) Foi realizada uma observação participante durante visitas aos encontros da oficina de dança; (2) foi aplicado um questionário sociodemográfico seguido de uma Entrevista Semiestruturada, a fim de elucidar a influência da dança no funcionamento motor e cognitivo. Mediante a isso, observou-se que a dança além de ser uma atividade física bem aceita pelos idosos, permite a aquisição de melhorias da capacidade motora para a elevação do bem estar da vida diária, possibilitando a realização de movimentos mais complexos, auxiliando no trabalho com o equilíbrio corporal, tônus e força muscular, bem como garantir a plasticidade e manutenção das funções cognitivas. Dessa forma, salienta-se a importância de novas pesquisas que elucidem as alterações específicas frente às variáveis da psicomotricidade que se relacionam à prática de dança na senescência.

*Instituição do Programa de IC, IT ou PG: Universidade Federal Fluminense.
Fomento da bolsa (quando aplicável):*