



A RELAÇÃO ENTRE DANÇA, ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Nathaly Victoria Miranda Rios
Rodrigo Cribari Prado (Orientador)

Resumo

As mudanças na pirâmide populacional brasileira são constantes para todas as faixas etárias – mas em um futuro – não tão distante, a maior parte da população nacional será constituída por pessoas idosas. Desse modo, torna-se cada vez mais importante o estudo de práticas de atividades físicas que contemplem esse público, de maneira que atendam suas necessidades e possam promover de forma eficaz a melhora da sua qualidade de vida e concomitantemente promova a sua saúde. Dentre as possibilidades de movimento que influenciam a percepção da Qualidade de Vida, pode-se destacar a dança como uma atividade singular e favorável que se adequa a grande parte das necessidades (físicas, afetivas, cognitivas e sociais) dos idosos, capaz de desenvolver a sociabilidade, a capacidade de expressão – bem como outros benefícios para o corpo (ganho de força, ritmo, consciência corporal, equilíbrio, etc.). O principal objetivo desta pesquisa é analisar a relação entre a(s) dança(s) e a percepção de Qualidade de Vida de idosos. A prática de dança focada no envelhecimento precisa vir acompanhada de uma capacitação dos futuros profissionais, para que saibam lidar com situações adversas que englobam a vida, o contexto e o dia a dia do idoso. A metodologia adotada para a realização deste estudo tem caráter qualitativo e sistemático sendo que o tipo de pesquisa utilizada é de cunho “analítico”, a qual, por sua vez, tem por objetivo realizar comparações e descrições relativas ao tema apresentado por meio da coleta e análise de dados. Como técnica de pesquisa foi selecionada a “revisão” (revisão bibliográfica) de artigos originais. Os critérios de inclusão para a seleção das publicações foram a delimitação temporal para a seleção dos artigos, que compreendeu o período entre os anos de 2000 a 2021. As palavras-chave ou descritores utilizados em buscas combinadas foram “dança”, “envelhecimento”, “qualidade de vida”. Esta pesquisa ainda se encontra em processo de produção e ainda não concluiu a coleta de dados, a finalização está prevista para o final do segundo semestre de 2021.

Palavras-chave: Dança; qualidade de vida; idosos; envelhecimento.