

Aila Fuyuno Martins Miake
Amanda Melgaço Ribeiro

A UTILIZAÇÃO DA DANÇA COMO RECURSO TERAPÊUTICO OCUPACIONAL

Belo Horizonte
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional
2022

Aila Fuyuno Martins Miake
Amanda Melgaço Ribeiro

A UTILIZAÇÃO DA DANÇA COMO RECURSO TERAPÊUTICO OCUPACIONAL

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Graduação em Terapia Ocupacional da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Terapia Ocupacional.

Orientadora: Profa. Dra. Cristiane Myriam Drumond

Belo Horizonte
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional
2022

RESUMO

O trabalho surgiu com o objetivo de analisar a utilização da dança como recurso terapêutico ocupacional. Foi realizada uma revisão de literatura em três bases de dados: Lilacs, Scielo e Medline, utilizando os termos “occupational therapy”, “dancing”, “dance therapy” e “ergotherapy”. Foram encontradas 97 produções científicas, sendo 94 delas analisadas e excluídas de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Em todos os textos selecionados foram abordados temas relacionados à prática da dança como um recurso da terapia ocupacional. Assim, evidenciou-se que a dança traz benefícios para a vida cotidiana das pessoas tanto na dimensão do corpo, quanto no contexto e nas práticas sociais. A dança foi selecionada como técnica principal para este estudo por proporcionar benefícios físicos, cognitivos, emocionais e também sociais. Também ficou evidente a necessidade de mais trabalhos científicos serem produzidos sobre o tema, pois a terapia ocupacional pode contribuir com o trabalho desenvolvido a partir da prática da dança, seja em ações individuais ou grupais.

Palavras-chave: Dança. Terapia Ocupacional. Recurso Terapêutico.

ABSTRACT

The study occurred with the objective of analyzing the use of dance as an occupational therapeutic resource. A literature review was carried out in three databases: Lilacs, Scielo and Medline, using the terms “occupational therapy”, “dance”, “dance therapy” and “ergotherapy”. 97 scientific productions were found, 94 of which were analyzed and excluded according to the inclusion and exclusion criteria. In all selected texts, themes related to the practice of dance as a resource of occupational therapy were addressed. Thus, it became evident that dance brings benefits to people's daily lives, both in terms of the body, as well as in the context and in social practices. Dance was selected as the main technique for the study because it provides physical, cognitive, and social benefits. The need for more scientific studies on the subject was also evident, as occupational therapy can contribute to the work developed from the practice of dance, whether in individual or group actions.

Keywords: Dance. Occupational Therapy. Therapeutic Resource.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. METODOLOGIA.....	9
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	10
3.1 Melhorias físicas, cognitivas e emocionais.....	12
3.2 Habilidades de Interação Social.....	14
4. CONCLUSÃO	15
REFERÊNCIAS	16

1 INTRODUÇÃO

O ato de dançar sempre esteve presente nas culturas humanas. Mesmo de forma improvisada e aleatória, o homem primitivo utilizava-se de movimentos e gestos corporais para comunicação, locomoção e execução de diversas atividades do seu cotidiano.

Na Teoria do Movimento de Laban, o movimento é retratado como uma linguagem baseada em estímulos internos ou externos que são inspirados através de expressões não-verbais, tendo objetivo de satisfazer necessidades, desejos físicos, exprimir ideias e sentimentos, ou seja, cada movimento possui um “significado” àquele sujeito. Desse modo, sendo a dança uma arte de movimento corporal, se faz importante e benéfica para a saúde (LABAN *apud* CASTRO, 1992).

Sabemos que para dançar é preciso inventar, recriar ou imitar movimentos. Rizzolatti (1996) realizou a descoberta de um neurônio chamado “neurônio espelho”, em que existe a execução de uma ação pré-elaborada pela observação e cópia do que se vê, sendo movimentos manuais e até falas e expressões corporais e faciais (RIZZOLATTI, 1996). Assim, a dança e sua observação podem causar reações neuronais que geram a iminência, planejamento e compreensão do movimento.

A prática da dança foi e é utilizada em várias ocasiões, desde culto aos deuses, manifestações artísticas, como forma de entretenimento e, conforme os tempos foram passando, sua utilização se tornou uma prática muito comum nas sociedades modernas que, atualmente, além de outros contextos de utilização, aderem à prática nas rotinas de exercícios físicos para a melhoria da qualidade de vida e saúde.

Segundo Costa *et al.* “a dança sempre possibilitou ao ser humano retratar seus anseios em busca da felicidade, do autoconhecimento e do aperfeiçoamento de cada gesto expressado”, assim podemos destacar que o ato de dançar pode estimular tanto o bom funcionamento corporal, quanto também proporcionar outros benefícios à saúde como o bem estar mental, social e sua própria forma de autoconhecimento.

Ademais, sendo a dança uma forma de expressão corporal, ela vem avançando como recurso mediador da saúde em diferentes áreas. Para Stokoe e Harf (1987) a expressão corporal é uma conduta espontânea pré-existente, uma linguagem através da qual o ser humano expressa sensações, emoções, sentimentos e pensamentos com o corpo, integrando-o, assim, às suas outras linguagens expressivas como a fala, o desenho e a escrita. A expressão corporal é considerada multifacetada, engloba sensibilização conscientização de nós mesmos tanto para nossas posturas, atitudes, gestos e ações cotidianas como para nossas necessidades de exprimir, comunicar, criar, compartilhar e interagir na sociedade em que vivemos (STOKOE e HARF, 1987).

Atualmente, se torna mais comum a utilização da dança para o tratamento e

recuperação de sujeitos em suas necessidades, e por isso, se faz importante o avanço de estudos relacionados ao assunto, sendo levado em conta seu impacto em diversas dimensões humanas, como as emocionais, físicas e sociais. Além disso, tal prática produz efeitos também na subjetividade, interferindo em nossa visão de mundo e em nossos modos de operar, reforçando, criando e desarticulando corpo/espço, gestos e ações corporais (FIGUEIREDO, 2010).

Apesar de inúmeras pesquisas que analisaram dados e trouxeram resultados que apontam para diferentes características positivas da dança, ainda permeia na sociedade, segundo Marques (2003), certo receio do trabalho realizado com o corpo. O trabalho com a dança e o corpo em alguns casos é tido como recreação, vaidade ou modismo, dando a ideia de que recreação e lazer é hierarquicamente inferior a outras categorias da vida como o trabalho. De acordo com Negrine (2002) práticas corporais não são vistas como fator de desenvolvimento e aprendizagem, não sendo consideradas como meio de saúde no sentido amplo do termo. Entretanto, é possível entender que a interação do homem com o mundo ocorre através do seu corpo em movimento, podendo ser manifestado por meio da dança. (*apud* CAMARGO & FINCK, 2010)

Assim, pode-se concluir, de acordo com Silva (2011), que a dança vem a ser a mais completa atividade física, por trabalhar em diversos aspectos do corpo humano, como a musculatura, o equilíbrio e a capacidade respiratória, e com isso, se nota uma melhora a longo prazo que pode além de tudo minimizar dores e sensações de desconforto. No entanto, seus benefícios como um recurso terapêutico não abrangem somente o físico. Para Gregorutti e Araújo (2012), os benefícios da prática não abrangem somente o físico, sendo considerada também como uma atividade artística de cunho terapêutico, com capacidade de oferecer sensações de alívio emocional, além de retomar memórias e lembranças esquecidas.

No que diz respeito à Terapia Ocupacional, para Liberman (1998) atividades realizadas por meio da comunicação não-verbal como dança, pintura, teatro e desenho podem ser utilizadas como um instrumento de atuação do terapeuta ocupacional para alcançar objetivos e promover maior independência, bem-estar e participação do indivíduo. Fleury & Gontijo (2006) ressaltam que a Terapia Ocupacional busca integrar conhecimentos médicos, sociais com aspectos artísticos e práticos das atividades, usando-as como recurso para auxiliar o indivíduo a atingir o máximo de sua funcionalidade e independência. Segundo eles, através da dança, o terapeuta ocupacional buscará potencializar as capacidades remanescentes, respeitando suas limitações, podendo proporcionar diversas formas de se expressar, criar e adquirir novas consciências, tendo como foco a qualidade de vida (FLEURY & GONTIJO, 2006, p. 85 *apud* NADOLNY, 2019).

Com isso, este trabalho surge com o objetivo de analisar a terapia ocupacional utilizando a dança como um recurso terapêutico. Evidenciou-se que a prática traz benefícios

para a vida cotidiana das pessoas tanto na dimensão do corpo, quanto no contexto e nas práticas sociais. Essa pesquisa utilizou a revisão de literatura como metodologia e constatou que a utilização da dança como recurso na terapia ocupacional é capaz de proporcionar benefícios tanto para as funções do corpo e para as habilidades motoras, categorizadas no presente estudo como melhorias físicas, quanto para as funções mentais e habilidades processuais, categorizadas como melhorias cognitivas. Além destas apareceram também a melhora na socialização advinda da participação dos indivíduos na prática das danças, melhora da autoestima e melhoria emocional.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa. Um método que proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática. Para a constituição da revisão integrativa seguimos seis etapas, sendo elas: 1) o estabelecimento da pergunta de pesquisa; 2) a definição dos critérios de inclusão de estudos e seleção da amostra; 3) a organização dos dados e categorização dos estudos; 4) a análise crítica dos achados; 5) a interpretação e discussão dos resultados e por fim, 6) a apresentação da revisão. A pergunta central da nossa pesquisa busca descobrir se a terapia ocupacional utiliza a dança como recurso terapêutico. Os critérios de inclusão definidos foram artigos de pesquisa, intervenção e estudo de caso que correlacionaram dança e terapia ocupacional, artigos em quaisquer línguas e artigos gratuitos. E os de exclusão foram artigos de revisão e artigos de opinião.

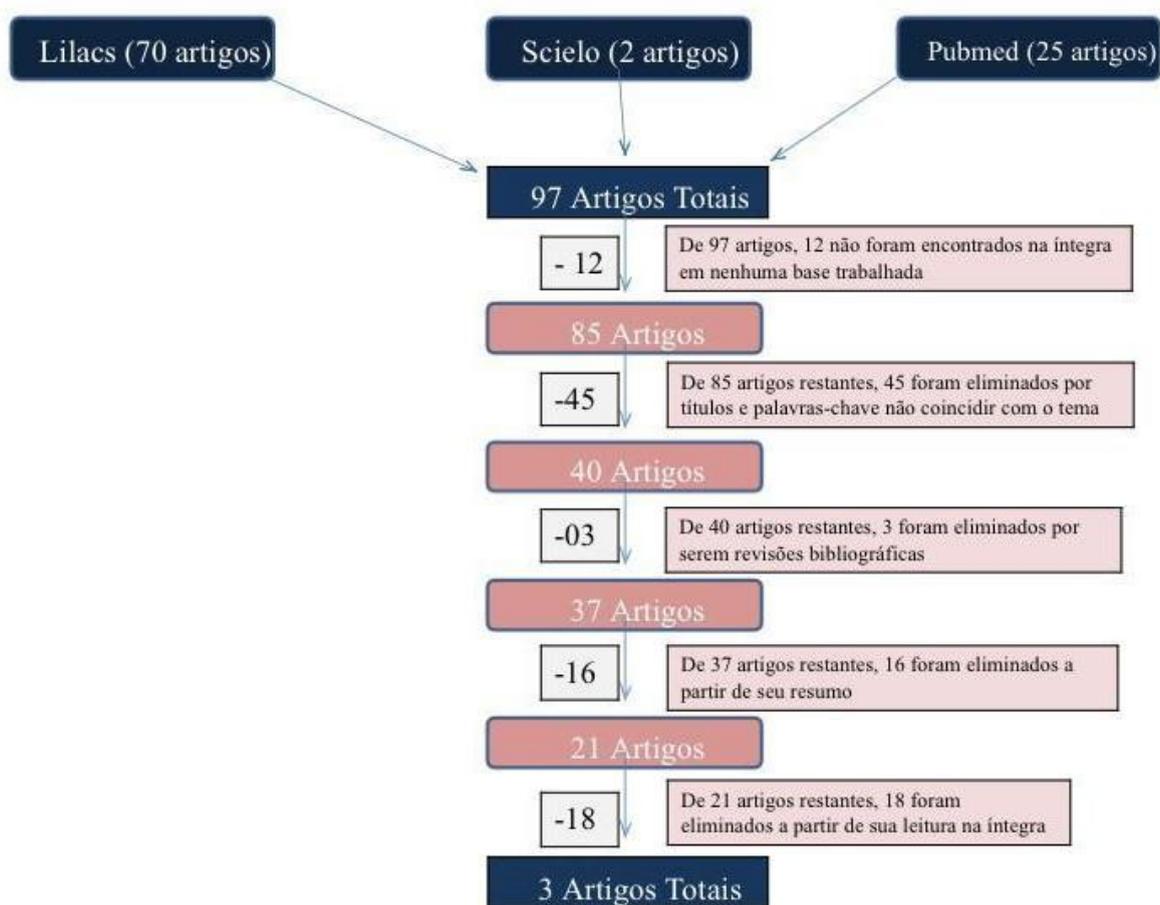
Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados: Literatura Latinoamericana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System online (Medline) via Pubmed, utilizando as seguintes estratégias: os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): "Occupational Therapy", "Dancing" OR (Dance Therapy e a utilização do operador Booleano AND combinando os termos 1 AND 2 nas bases de dados LILACS e SCIELO. E os termos MeSH (Medical Subject Headings): "Occupational Therapy*" OR (Ergotherapy*), "Dancing" OR (Dance Therapy*) e a utilização do operador Booleano AND combinando os termos 1 AND 2 para a base Medline via PubMed. Além disso, o processo de seleção dos artigos analisados foi realizado consensualmente pelas pesquisadoras e seguiram um percurso metodológico, sendo a exclusão de artigos repetidos, a leitura do título e palavras chaves, a leitura do resumo e por fim a leitura do artigo completo.

A análise dos dados iniciou com a leitura de cada artigo e a organização em categorias temáticas. Após essa organização realizamos a interpretação crítica-reflexiva das categorias de análise, tendo como apoio alguns fundamentos teóricos apontados na introdução.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca eletrônica resultou em um total de 97 artigos, onde 12 deles não foram encontrados. Dos 85 artigos restantes, 45 foram descartados por título e palavras-chave, restando 40 artigos para a seleção. Desses 40 artigos, 3 foram eliminados por serem revisões bibliográficas, restando 37. Deste número, 16 foram descartados após a leitura do resumo. Por fim, dos 21 artigos, 18 foram eliminados após sua leitura na íntegra, restando 3 artigos para a realização do estudo e da análise. Este percurso está representado pela figura 1.

Figura 1: Percurso da revisão bibliográfica



Na tabela abaixo apresentamos os três artigos selecionados para análise, seus respectivos autores, objetivos e conclusões.

Título	Autores	Objetivo	Conclusão
Paisagens acolhedoras em um tempo de sutilezas: Ressonâncias da dança em uma clínica corporal em saúde mental	Ingrid Bergma da Silva Oliveira, Lucivaldo da Silva Araújo	Cartografar uma clínica corporal em saúde mental que se utilizou de práticas como as Danças Circulares Sagradas (DCS) em um CAPS do tipo II, em Belém.	Os resultados evidenciaram que a experiência das Danças Circulares trouxeram para os usuários afetos no contato com o outro, histórias de vida, formas de identidade próprias, memórias e vivências, respeito, cuidado e acolhimento.
Reflexões Narrativas sobre Transições Ocupacionais	Lindsay Eales	Formação do grupo iDANCE a partir da crescente procura de pessoas com deficiência interessadas em dança, tornando-a mais acessível e oferecendo um ambiente mais inclusivo onde os indivíduos podem aprender a dançar explorando formas de danças tradicionais e processos de movimento criativo.	Participantes do iDANCE sentiram como resiliência, empoderamento, liberdade e pertencimento a partir da participação do grupo de dança.
A Dança Sênior como recurso do terapeuta ocupacional com idosos: contribuições na qualidade de vida	Aline Miotto Nadolny†, Mayara Trilo, Jéssica da Rosa Fernandes, Cecília Sommer Passos Pinheiro, Solena Ziemer Kusma, Taiuani Marquine Raymundo	Analisar e identificar possíveis contribuições na qualidade de vida de idosos participantes de oficinas de Dança Sênior aplicadas como recurso do terapeuta ocupacional.	Constatou-se que a dança pode trazer diversos benefícios, como melhora no equilíbrio, coordenação motora, melhora na socialização e na autoestima. Acresce a isso o fato de a dança ser uma atividade física que traz satisfação para quem a realiza.

Nos três artigos selecionados, podemos observar que a terapia ocupacional traz elementos fundamentais para o cotidiano das pessoas utilizando a dança como recurso. Através dela houve o fortalecimento de questões no campo afetivo, principalmente na relação de troca proporcionada. Observamos que a dança foi capaz de estimular a socialização, proporcionando autoestima, ressignificando histórias de vida, construindo sensações de pertencimento, liberdade, acolhimento, cuidado e satisfação. Além disso, a prática da dança, sobretudo com os idosos, proporcionou melhora nas funções do corpo, e melhora nos níveis de atenção, foco, concentração e memória.

Cabe ressaltar que em cada um dos artigos analisados foi utilizado uma modalidade específica de dança. Sendo assim, apresentaremos brevemente, a história e as principais características de cada uma. No artigo “Paisagens acolhedoras em um tempo de sutilezas:

ressonâncias da dança em uma clínica corporal em saúde mental” são citadas as Danças Circulares Sagradas (DCS) que de acordo com Oliveira e Araújo (2013) se originaram das danças primitivas e ganharam repercussão a partir da experiência do coreógrafo e bailarino alemão Bernhard Wosien na comunidade de Findhorn, situada ao norte da Escócia. Wosien percebeu, ao participar de rodas de danças folclóricas dos povos, que elas concentravam grande inspiração, dinamismo e vitalidade, fatores que o motivaram a pesquisar esse universo no qual as danças, que sobreviveram às mais diversas mudanças linguísticas, geográficas e religiosas, são, antes de tudo, veículos de sabedoria dos povos. (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2013). Posteriormente, Wosien elaborou uma coletânea dessas danças com seus passos, suas crenças, mitos, símbolos coletivos, gestos interpretativos e expressivos, histórias sobre sua origem, contextos em que eram dançadas, e a partir de então, elas foram disseminadas pelo mundo (WOSIEN, 2000 *apud* OLIVEIRA E ARAÚJO, 2013).

No que diz respeito a Dança Sênior, ela foi desenvolvida na Alemanha em 1974, sob liderança da coreógrafa e psicopedagoga Ilse Tutt. Três anos depois, em 1977, foi fundada a Federação Nacional de Dança Sênior e no ano seguinte, em 1978, a Dança Sênior foi trazida para o Brasil por Christel Weber e atualmente é dirigida por um Conselho Nacional com sede em Santa Catarina. Segundo Franco *et al.* (2016), a Dança Sênior é uma atividade lúdica, composta por diferentes coreografias com movimentos rítmicos e simples movidos por canções folclóricas. Pode ser considerada como uma estratégia para prevenção da inatividade, para a socialização e para a promoção da qualidade de vida no envelhecimento. Na maioria das vezes é aplicada em roda, o que possibilita reviver cantigas e cirandas da infância (FRANCO *et al.*, 2016 *apud* NADOLNY *et al.*, 2020). Suas coreografias são simples, podendo ser praticada tanto em pé como sentado, o que permite melhor participação de indivíduos com mobilidade reduzida, além de ser passível de adaptação para idosos que apresentam algum quadro de limitação.

Já o iDance, o grupo dirigido por Lindsay Eales, em Edmonton, no Canadá, mencionado no artigo “Reflexões Narrativas sobre Transições Ocupacionais” é um programa de dança para pessoas com e sem deficiência, que torna o universo da dança acessível a todos, oferecendo um ambiente inclusivo onde os indivíduos podem aprender a dançar explorando formas de danças tradicionais e processos de movimento criativo. O programa visa, através da natureza emotiva da dança, desenvolver potencial de cura, promoção da saúde e bem estar (EALES, 2010). De acordo com Ferreira (2005) a dança, ao abrir espaço para a inserção de diferentes corpos, ao trabalhar a conexão do movimento com as marcas de identidade corporal daquele que a executa, desconstrói e reforma as representações do corpo na sua performance, expondo aspectos como a ambivalência e a (im)perfeição (FERREIRA, 2005).

Em todos os artigos analisados as danças foram utilizadas como um recurso em terapia ocupacional trazendo diversos benefícios para os participantes, como melhorias

físicas, cognitivas, emocionais e habilidades de interação social, sendo estas estabelecidas como categorias de análise.

3.1 Melhorias físicas, cognitivas e emocionais

Em relação às melhorias físicas, a prática da Dança Sênior especificamente, trouxe aos participantes a melhoria da coordenação motora, estabilidade, mobilidade articular, energia, disposição e equilíbrio. Foi verificado, de acordo com os relatos dos idosos, efeitos benéficos, trazidos pela dança para a ativação neuromuscular, melhora do equilíbrio e da postura corporal, assim como para a agilidade (NADOLNY *et al.*, 2019). Para além dos benefícios citados, um estudo realizado por Fong Yan *et al.* (2018) *apud* Nadolny *et al.*, (2019) os participantes reportaram uma melhora na marcha, e foi verificada redução no risco de quedas. Outros estudos também apontam aumento da força física, perda de peso, redução da fadiga e de dores, melhora na capacidade funcional, aumento de força, agilidade, resistência aeróbica, flexibilidade e melhora no desempenho de atividade de vida diária (OLIVEIRA *et al.*, 2009; ANDRADE E FURTADO, 2012; SILVA E BERBEL, 2015; DELABARY *et al.*, 2016 *apud* NADOLNY *et al.*, 2019).

As melhorias físicas ficaram mais evidentes na prática da dança e ao final de cada sessão da oficina, os participantes foram perguntados o que sentiram durante a realização, e a maioria relatou se sentir bem. No estudo analisado, uma tabela aponta o detalhamento da análise pós- oficina sendo possível notar a ausência de dificuldade no decorrer das sessões. Em relação aos benefícios percebidos, destacaram-se a melhora na concentração e na memória, na movimentação e exercício do corpo, socialização, melhora no humor, no equilíbrio, na coordenação e na agilidade. Nenhum participante relatou ausência de benefícios. Ademais, de acordo com um estudo realizado por Cassiano (2009) a partir da prática da Dança Sênior, também notou-se melhorias significativas nas áreas de lazer, ludicidade, cognição e motricidade (CASSIANO, 2009 *apud* NADOLNY *et al.*, 2019).

Quanto às melhorias cognitivas, os resultados apareceram na melhora dos níveis de atenção, concentração, foco e memória. A dança por meio de composições coreográficas estimula a memória, através de movimentos coordenados em várias direções, com sequências repetidas e execução de passos (NADOLNY *et al.*, 2019). Segundo O'Sullivan e Schmidt (2004),

[...] coordenação é a habilidade de expressar respostas motoras suaves, precisas e controladas. O movimento coordenado é caracterizado por fatores como, velocidade, distância, direção, cadência e tensão muscular apropriada, recebendo influências sinérgicas adequadas de fácil reversão entre grupos musculares opostos e fixação proximal, permitindo mobilidade distal ou manutenção de uma postura através de estabilização central.

Existe também o potencial de armazenamento de coreografias que pode ser resgatado através da memória. Além disso, para seguir os comandos verbais das instrutoras durante a prática da dança é necessário atenção, concentração e foco. (NADOLNY *et al.*, 2019). Houve também uma reflexão a partir da dança no contexto do quintal do CAPS, citado pelo artigo “Paisagens Acolhedoras”, onde em uma das ocasiões da dança, os participantes levaram relatos, também resgatados através da memória sobre lembranças da época de infância em que muitos moraram em casas com grandes quintais, como o do CAPS, onde costumavam brincar. (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2013).

Com relação ao componente emocional, os estudos apontaram que a dança trouxe benefícios para a autoestima. Segundo Tavares *et al.* (2016) a autoestima pode ser caracterizada como o sentimento, o apreço e a consideração que uma pessoa sente por si própria, ou seja, o quanto ela gosta de si própria, como ela se vê e o que pensa sobre si mesma. Os relatos dos participantes relacionaram a prática da dança a coisas prazerosas bem como a melhora da autoestima de quem a praticou. Para além da autoestima, emergiram outros sentimentos relacionados ao campo emocional como os sentimentos de satisfação, liberdade e empoderamento, sensação de pertencimento e a construção de identidades próprias, todos decorrentes da prática da dança.

No artigo “Reflexões narrativas sobre transições ocupacionais”, a autora conta a história sobre como a dança mudou sua vida, sendo o autoconhecimento uma de suas principais conquistas. Através da autoconsciência, autorreflexão e autoanálise, ela conta que suas conquistas são decorrentes da liberdade que a dança, o espaço e as pessoas proporcionam. Junto a isso, acresce, de acordo com Oliveira e Araújo (2013) que as Danças Circulares trouxeram para os participantes formas de identidades próprias e sensação de pertencimento.

3.2 Habilidades de Interação Social

No que se refere às habilidades de interação social, todos os artigos analisados evidenciaram a socialização advinda da participação e consideraram que a dança abre espaço para o local se tornar um ambiente com potencial de troca para aqueles que o frequentam. Apontam para o aumento da interação social por parte dos participantes, seja através de relatos de experiência pessoal, ou por observação. É identificado, também, a troca de experiências e, conseqüentemente, a oportunidade de conhecer novas culturas e tradições. O conhecimento de novas culturas e tradições se deu através da compreensão que o significado dos movimentos adotados advém de uma herança cultural, retomando diversas culturas mundiais, seus ritmos, coreografias e significados (FLEURY e GONTIJO, 2006 *apud* Nadolny *et al.*, 2019). Além disso, no trabalho com as danças circulares, o fato do terapeuta focalizador explicar como é a dança, sua origem, a cultura em que é dançada,

e ensinar os passos e ritmos que a compõem também pode ser considerado como ampliação de novas culturas (OLIVEIRA E ARAÚJO, 2013). De acordo com Oliveira e Araújo (2013),

O trabalho com as danças e a devolutiva que a roda proporcionou foram singulares, uma vez que o contato e a aproximação entre os dançantes se fez, na maior parte das danças, pelas mãos dadas, mas também pelo olhar, já que todos se viam na horizontalidade da roda. Esse contato interativo também se deu pelo respeito e acolhimento ao movimento do outro e pelo cuidado de não invadir o espaço alheio, causando desconforto. Desse modo, olhar, tocar, perceber e perceber-se nesse contexto resultou em um simbolismo próprio de totalidade e integralidade (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2013, p.579).

Ademais, a dança trouxe para os participantes afetos no contato com o outro, compartilhamento de histórias de vida, vivências e acolhimento. No artigo "Reflexões Narrativas", a dança foi importante na inclusão social de determinados participantes, sendo que dois deles eram cadeirantes, e ao final relataram que se sentiram abraçados pelo grupo. Para além dos potenciais da dança enquanto recurso terapêutico evidenciados nos estudos, o fato de todas as práticas serem em grupo favoreceu a socialização e o bem-estar, possibilitando a troca de experiência entre os participantes. Segundo Andrade e Furtado (2012) *apud* Nadolny *et al.*, (2019) a socialização advinda da participação de um grupo de dança ficou evidente, pois surgem novas amizades, nota-se melhora do humor dos participantes e sentimentos de alegria e felicidade.

Portanto, "a dança serve como mediadora das relações humanas, sendo considerada uma atividade de lazer/recreação que cria um espaço de experiências enriquecedoras" (CASSIANO *et al.*, 2009 *apud* NADOLNY, 2019). Para o campo da Terapia Ocupacional, a participação social é um aspecto importante e de modo singular quando utiliza a dança como recurso terapêutico é possível fazer a interação do coletivo, respeitando a gestologia simples, intensa e singular de cada integrante (MACHADO e COSTA, 2019). A dança como recurso terapêutico ocupacional demonstrou nesta revisão que proporciona interações sociais e essas podem transformar o cotidiano, promovendo autonomia, independência e bem estar.

4 CONCLUSÃO

Nos artigos analisados, a dança como um recurso terapêutico ocupacional potencializa a participação dos indivíduos na vida cotidiana, bom funcionamento corporal, bem estar mental, social e sua própria forma de autoconhecimento. Tem a capacidade de resgatar memórias, traz sentimentos de pertencimento, proporciona vivências de afetos, produz interações sociais e constrói identidades. Além disso, há claramente benefícios nos níveis de atenção, concentração e foco por estimulação dos movimentos e do aprendizado das coreografias que são sequências gravadas na memória e vivenciadas em grupo. É possível também resgatar memórias da infância. Dessa forma, a dança foi selecionada como técnica principal para este estudo por proporcionar benefícios não somente físicos mas também cognitivos emocionais e sociais.

Pessoas com deficiência, idosos e pessoas em sofrimento mental, populações abordadas nos artigos, em geral na sociedade vivem processos de restrição na participação social, e o uso da dança e seus benefícios ampliaram suas possibilidades de interação social. A dança vem sendo utilizada em intervenções terapêuticas ocupacionais e especificamente nos artigos analisados abordam uma visão clínica e argumentativa do seu impacto no tratamento de indivíduos e os notórios benefícios para os mesmos.

Quanto a dificuldades encontradas, podemos destacar como limitação para este estudo o número reduzido de artigos disponíveis que abordam a dança como um recurso da Terapia Ocupacional. Notamos que se faz necessário a realização de pesquisas e a divulgação de mais estudos voltados para o tema, uma vez que ficou evidente a relevância do assunto principalmente para o campo da Terapia Ocupacional.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Marcus Vinicius Machado de e Costa, Márcia Cabral da. Movimento de Artes e Ofícios: perspectiva ética-política-estética de constituição da terapia ocupacional. *In: SILVA, Regina Carla. Atividades Humanas e Terapia Ocupacional: saber-fazer, cultura, política e outras resistências.* Logo Editora, 2019.
- CAMARGO, Daiana e FINCK, M. C. Sílvia. A dança inserida no contexto educacional e sua contribuição para o desenvolvimento infantil. **InterMeio: Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação**, Campo Grande, MS, v.32, n.32, p.62 - 74, jul./dez. 2010.
- CASSIANO, J., SERELLI, L., TORQUETTI, A., FONSECA, K., & CÂNDIDO, S. Dança Sênior: um recurso na intervenção terapêutica ocupacional junto a idosos hígidos. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v.6, n.2, p.204-2012, 2009.
- CASTRO, Eliane Dias. A dança; O trabalho corporal e a apropriação de si mesmo. **Rev.Ter.Ocup.USP**, v.3, n.1/2, p.24-32, jan/dez, 1992.
- COSTA, Anny G.M., BARROSO, Maria G.T., VIEIRA, Neiva F.C. **A dança como meio de conhecimento do corpo para promoção da saúde dos adolescentes.** s.d.
- EALLES, Lindsay. **Reflexões Narrativas sobre Transições Ocupacionais.** Trabalho 41, p 69-70, 2012, DOI10.3233/WOR-2012-1229.
- FERREIRA, E. L. **Corpo, movimento, deficiência: as formas dos discursos da/na dança em cadeira de rodas e seus processos de significação.** Juiz de Fora: CBDCR, 2005.
- FIGUEIREDO, V. A construção de significação na dança. **Revista Poíeses**, v.11, n.15, p.147-159, 2010. <https://doi.org/10.22409/poiesis.1115.147-159>.
- GREGORUTTI, Carolina Cangemi; ARAÚJO, Rita C. T. Idosos institucionalizados e depressão: atividades expressivas e seu potencial terapêutico. **RBCEH**, Passo Fundo, v. 9, n. 2, p. 274-281, maio/ago., 2012.
- LIBERMAN, Flávia. **Danças em terapia ocupacional.** 2 ed. São Paulo: Summus, 1998.
- NADOLNY, A. M., TRILO, M., FERNANDES, J. R., PINHEIRO, C. S. P., KUSMA, S. Z. & RAYMUNDO, T. M. A Dança Sênior como recurso do terapeuta ocupacional com idosos: contribuições na qualidade de vida. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v.28, n.2, p.554-574, 2020. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1792>.
- OLIVEIRA, Ingrid B. S., ARAÚJO, Lucivaldo da Silva. Paisagens acolhedoras em um tempo desutilizadas: Ressonâncias da dança em uma clínica corporal em saúde mental. **Cad. Ter. Ocup.** UFSCar, São Carlos, v. 21, n. 3, p. 575-582, 2013.
- O`SULLIVAN, S. B; Schmitz, T. J. **Fisioterapia: avaliação e tratamento.** 4 ed. São Paulo: Manole, 2004.

RIZZOLLATTI, G., FADIGA, L., GALLESE, V., FOGASSI, L. Premotor cortex and the recognition of motor actions. **Cognitive Brain Research**, 3, 1996.

SILVA, Joseane Rodrigues *et al.* Influência da dança na força muscular de membros inferiores de idosos. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v.14, n.1, p.163-179, 2011. ISSN 2176-901X.

STOKOE, Patrícia e HARF, Ruth. **Expressão corporal na pré escola**. 3 ed. São Paulo: Summus, 1987.