



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Área temática:

Qualidade de vida, envelhecimento ativo e bem sucedido.

APLICAÇÃO DA DANÇA SÊNIOR COMO ESTRATÉGIA DE AVALIAÇÃO COGNITIVA E FUNCIONAL EM IDOSOS

Vanessa Machado Custodio Dantas, acadêmica do 7º semestre de enfermagem da
Faculdade Vale do Salgado- FVS. E-mail: vanessa-mcd@hotmail.com;

Jéssica Rodrigues Brito acadêmica do 7º semestre de Enfermagem da Faculdade
Vale do Salgado- FVS. E-mail: jessbrito@hotmail.com;

Antônia Luana Diógenes acadêmica do 7º semestre de Enfermagem da Faculdade
Vale do Salgado- FVS. E-mail: luana_diogenes@hotmail.com;

Marlene Raianny Alves Gomes Bezerra, acadêmica do 7º semestre de enfermagem
da Faculdade Vale do Salgado- FVS. E- mail: raianny_agb@ Hotmail.com;

Francisca Juliana Grangeiro Martins; Docente do curso de Enfermagem da
Faculdade Vale do Salgado; E-mail: ju_grangeiro@hotmail.com.

INTRODUÇÃO: A Dança Sênior (DS) surgiu em 1974, na Alemanha, sob a liderança
de Ilse Tutt, onde em 1977 foi fundada a Federação Nacional de Dança Sênior na
Alemanha. Foi introduzida no Brasil por Christel Weber em 1978. A partir de 1982

passou a ser aplicada no Ancionato Bethesda culminando com a Criação da Associação de Dança Sênior em 1993 em Pirabeiraba- SC. A mesma é uma atividade grupal que envolve música e atividade física, trabalhando o corpo por meio de coreografias criadas com músicas instrumentais e movimentos ritmados. O trabalho realizado em grupo através da dança sênior é cooperativo, possibilitando maior entrosamento, facilitando a socialização e o enriquecimento das relações interpessoais. Capacidades individuais como mobilidade, flexibilidade, agilidade, resistência, equilíbrio estático e dinâmico, coordenação motora e outras podem ser estimuladas, reativadas ou recuperadas, influenciando positivamente sobre o sentimento de autoestima e eficácia. **OBJETIVO:** Objetiva avaliar a estimulação cognitiva e sensório motora, enfocando os benefícios da dança como estratégia de melhoria na qualidade de vida no tocante da estimulação cognitiva e sensório motora, favorecendo a autoestima e a integração em grupo. **METODOLOGIA:** A dança foi aplicada por alunos do curso Cuidador do Idoso promovido pelo Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial-SENAC em 20 de Setembro de 2012 aos idosos do grupo Renascer de Icó\CE. Os discentes já vinham desenvolvendo atividades grupais juntamente com os mesmos desde o início de referido mês. A dança contou com a participação de 34 idosos com a faixa etária entre 64 a 75 anos. Sendo 28 mulheres e 06 homens. Sendo aplicada no início do encontro para uma melhor avaliação, com duração de 20 minutos. **RESULTADOS:** A partir de observações diretas e diálogo com os idosos, pôde-se evidenciar que os mesmos inicialmente apresentaram certa resistência, dificuldade e até mesmo desistência por ser uma atividade nova no grupo. Verificou-se ainda após a dança com um debate entre facilitadores e idosos, que todos os movimentos trabalhados foram difíceis, considerada até mesmo complicada para alguns. Na avaliação cognitiva verificou-se que a maior parte dos idosos não memorizavam os movimentos tardando assim o tempo da dança.

CONCLUSÃO: Dessa maneira, é possível concluir que a dança sênior pode ser considerada um dispositivo terapêutico importante, na medida em que estimula a atuação, cognição e atividade corporal gerando benefícios para uma melhor qualidade de vida, como funcional e cognitiva, autoestima e sensório motor. Ao dançar todos os sentidos são trabalhados. O idoso entra em contato com suas necessidades e limitações, mas também interage com os outros e percebe que cada um apresenta um tipo de dificuldade e nem por isso é menor que nenhum dos participantes da dança. Sendo assim, este pode ajudar o idoso quanto aos estímulos corporais e cognitivo.

Palavras- chave: Idoso, dança sênior, qualidade de vida.