



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

A DANÇA CIRCULAR COMO FERRAMENTA FORTALECENDO O AUTOCUIDADO DOS IDOSOS EM UMA UBS DE NATAL/RN.

CABRAL, YASMIN BEZERRA¹, FRUTUOSO, MARIA DE LOURDES²,
BARBOSA, VANESSA CRISTINA SIMÕES³.

INTRODUÇÃO: O envelhecimento é visto atualmente como uma etapa do ciclo de vida, que requer cuidados por parte de quem envelhece no intuito de melhorar a qualidade de vida. Nessa perspectiva, torna-se importante que os idosos pratiquem atividades que lhes proporcionem prazer como as danças circulares. Assim, dança circular constitui-se em uma prática de efeito terapêutico na área da saúde que propicia aos idosos a oportunidade de contato face a face com outros idosos que também vivenciam uma história de cuidado. **OBJETIVO:** relatar a experiência vivenciada com *dança circular* por alunos do 5º período do curso de enfermagem da UNP/Natal/RN. **METODOLOGIA:** O grupo se encontra semanalmente, tendo uma média de 15 pessoas, em sua maioria idosos. **RESULTADOS:** a roda de dança circular é uma tecnologia de cuidado simples, podendo ser utilizada em qualquer espaço comunitário com local e horário definidos. Os dançantes são acolhidos pela enfermeira e focalizadora do grupo e tem duração de 2h. Também ocorre intervalos entre as músicas e nesse momento os idosos expressam através da fala os sentimentos diante desta atividade. No encerramento, estes finalizam compartilhando como se sentem após a atividade. *A roda de dança* tem sido uma estratégia que estimula os idosos a se cuidarem. **CONCLUSÃO:** *a roda de dança* vem demonstrando ser uma ferramenta de integração que contribui para o fortalecimento dos idosos e melhoria da autoestima.