

DANÇA CIRCULAR COMO TERAPIA COMPLEMENTAR NO TRATAMENTO DO DIABETES MELLITUS

ISABELA ALVES RODRIGUES, MARCELLO ÁVILA MASCARENHAS

Introdução

Cada vez mais tem aumentado o número de idosos diagnosticados com diabetes *mellitus* (DM) no Brasil. Assim, é preciso estimular eles à mudança de estilo de vida, controle e/ou redução do peso, dieta alimentar balanceada e a prática de atividade física regular. A dança surge como uma alternativa de atividade física, que contribui para melhora da qualidade de vida de idosos e apresenta uma aceitação relevante por essa população.

Objetivo

Avaliar a dança circular na promoção da saúde de 11 mulheres diabéticas residentes na região central do Rio Grande do Sul.

Metodologia

Projeto aprovado pelo CEP-IPA

CAAE 573.817- 28767514.2.0000.5308

Grupo

Mulheres idosas	Diabéticas	N=11	51 à 84 anos
-----------------	------------	------	--------------

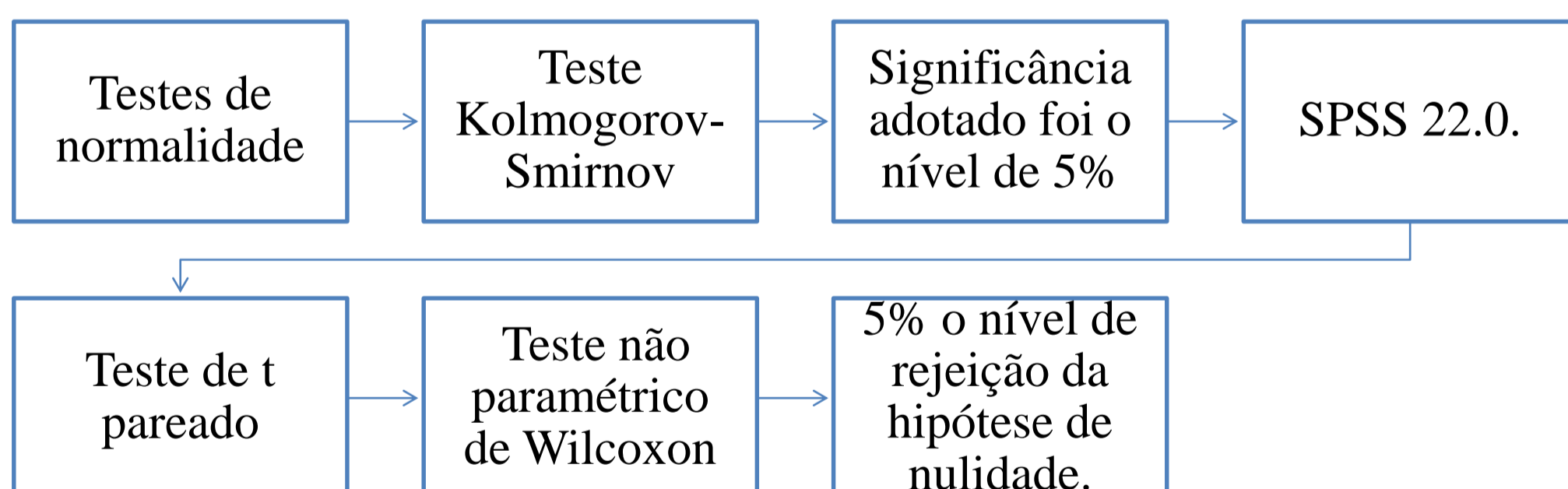
Atividade física

Dança circular	50 minutos	3 x por semana	12 semanas
----------------	------------	----------------	------------

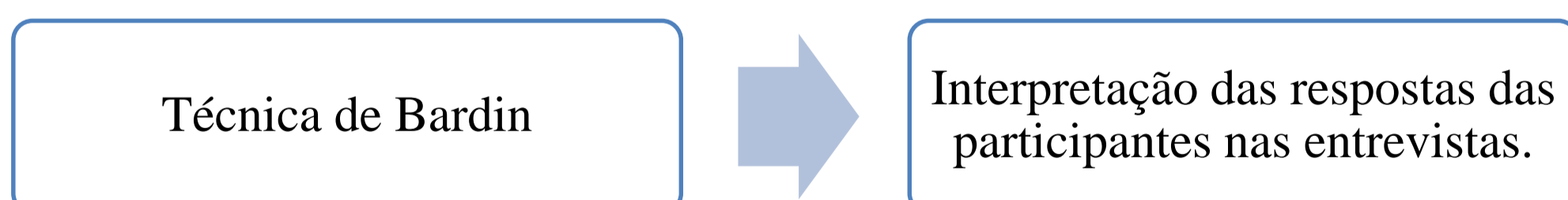
Os instrumentos utilizados :

- Análise do perfil sociodemográfico
- Avaliação antropométrica
- Avaliação dos níveis glicêmicos na fase inicial e final
- Escala de qualidade de vida (*Whoqol-Brief*)

Análise quantitativa



A análise qualitativa



Resultados e discussão

Perfil Sociodemográfico

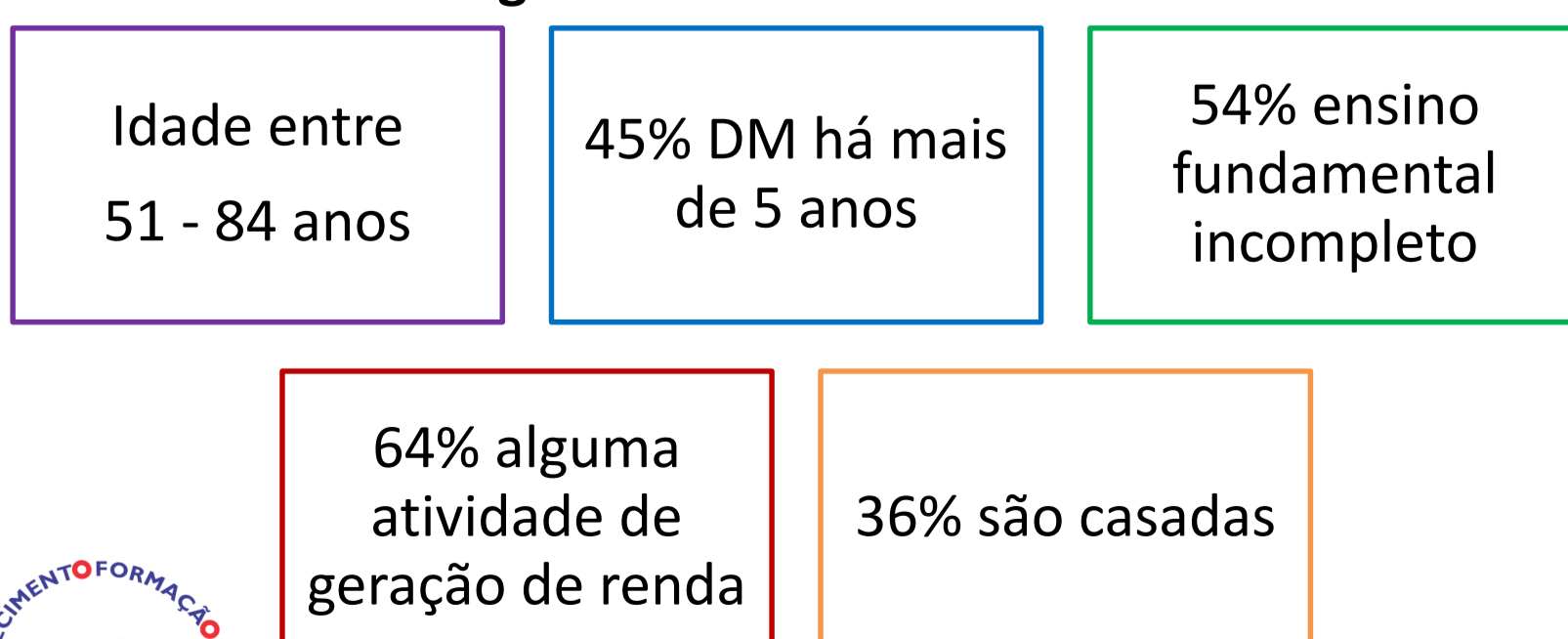


Tabela 1: Perfil antropométrico

Variáveis	AVALIAÇÕES		p-valor
	Antes Media (±DP)	Após Media (±DP)	
Peso	75,76(±14,40)	75,25(±13,06)	0,450
IMC	30,54(±5,56)	30,34(±5,07)	0,456
Circunferência Quadril	108,20(±10,36)	107,20(±10,97)	0,665
Circunferência Abdominal	106,30(±15,08)	104,30(±14,92)	0,071

Tabela 2: Perfil biométrico

Variáveis	AVALIAÇÕES		p-valor
	Antes Media (±DP)	Após Media (±DP)	
Glicap	160,00 (±14,96)	152,00 (±11,84)	0,279
GliJJ	148,88(±65,62)	147,88(±51,15)	0,924
HbG	7,66 (±1,49)	7,61(±1,48)	0,858
PA Sistólica	147,13(±20,78)	137,25(±14,93)	0,023
PA Diastólica	80,42(±8,08)	81,84(±9,67)	0,493

Tabela 3: Avaliação da qualidade= WHOQOL

Variáveis	AVALIAÇÕES		p-valor
	Antes Media (±DP)	Após Media (±DP)	
Domínio Físico	68,18 (±23,39)	69,48 (±25,57)	0,476
Domínio Psicológico	66,67 (±14,19)	70,45 (±13,49)	0,024
Domínio Rel. Social	71,21 (±16,40)	73,48 (±15,73)	0,082
Domínio Ambiente	63,35 (±13,69)	65,62 (±12,96)	0,087

Conclusão

O estudo evidência que a dança circular contribui para promoção de mulheres com diabetes *mellitus*, entretanto é necessário novos estudos, com maior amostra e por períodos mais prolongados para que se possa verificar a sua influência em longo prazo.

Referências

- World Health Organization – WHO. *Ageing and health* Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs404/en/>. Campos ACV, Ferreira EF, Vargas AMD. Determinantes do envelhecimento ativo segundo a qualidade de vida e gênero. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(7):2221-2237, 2015.
- Dawalibi, NW, Anacleto GMC, Witter C, Goulart RMM, Aquino RC. *Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da Scielo. Estudos de Psicologia. Campinas* 1 30(3) | 393-403 | julho setembro 2013.
- American Diabetes Association. *Diabetes Care. The Journal of clinical and applied research and education. January 2015 Volume 38, Supplement 1/2015.*