

DANÇA PARA PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON - 3A EDIÇÃO

Coordenador: ALINE NOGUEIRA HAAS

Autor: DJEFRI RAMON PEREIRA

Este trabalho apresenta considerações resultantes de um projeto de extensão vinculado à pesquisa intitulado Dança para pacientes com Doença de Parkinson: 3a Edição, que está sendo desenvolvido junto ao Curso de Licenciatura em Dança na Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (ESEFID/UFRGS). Participam do mesmo 15 indivíduos com Doença de Parkinson que frequentam as aulas de dança duas vezes por semana, com duração de 1 hora. As atividades propostas ocorrem nas segundas e quartas, das 9:00 às 10:00 e das 10:00 às 11:00, na sala 7 do Centro Natatório no Campus da ESEFID. O projeto conta com os seguintes colaboradores: 1 aluna de doutorado, 2 alunas de mestrado, 4 acadêmicos do curso de Licenciatura em Dança e 1 acadêmico do Curso de Educação Física. As aulas são planejadas a partir da busca pela melhora qualitativa no quadro físico, psicológico e emocional dos participantes, direcionando as práticas através do aprendizado básico de técnicas de Dança de Salão. Os exercícios de aquecimento e de mobilização articular, na primeira e segunda parte da aula, são utilizados para proporcionar a busca de melhores maneiras de se movimentar no espaço com as possibilidades corporais disponíveis. Esses exercícios são realizados com o auxílio de cadeiras e de uma barra. Na parte principal da aula, são trabalhados passos básicos do forró e do samba. Nessa parte da aula, optou-se por abordar o conteúdo através de atividades cognitivas e criativas, buscando estimular a atenção e a interação com o outro, através dos estilos de dança propostos. Na parte final da aula, são realizados exercícios de revisão sobre o que foi trabalhado em aula, e encerramos com a declamação de um grito de guerra. Dentro de cada etapa da aula, viabilizou-se a progressão de movimentos - do mais simples ao mais complexo, do mais lento ao mais rápido. A abordagem das aulas busca trabalhar a coordenação motora, através de exercícios baseados nas técnicas de dança, além de incentivar a consciência corporal na busca do relaxamento e da tensão adequada para a realização de cada movimento. Visa, ainda, estimular os alunos, com cautela e atenção, de acordo com as necessidades e possibilidades atreladas à Doença de Parkinson. Com base em estudos previamente realizados na área, comparando-os com os resultados já obtidos pelo Projeto, acredita-se que a prática regular de Dança contribui para

melhoras psicológicas e físicas, melhorando a qualidade de vida dos indivíduos acometidos pela doença.