

## **A DANÇA COMO RECURSO TERAPÊUTICO: PERSPECTIVA DE UMA ADOLESCENTE**

KÁSSIA ROBE MEDRAN<sup>1</sup>; KÊNIA ROBE MEDRAN<sup>2</sup>;  
DANUSA MENEGAT<sup>3</sup>:

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pelotas – [kassiaorobe3@gmail.com](mailto:kassiaorobe3@gmail.com)

<sup>2</sup> Universidade Federal de Pelotas – [keniamedran@hotmail.com](mailto:keniamedran@hotmail.com)

<sup>3</sup> Universidade Federal de Pelotas – [danusa.menegat@ufpel.edu.br](mailto:danusa.menegat@ufpel.edu.br)

### **1. INTRODUÇÃO**

O presente trabalho foi desenvolvido no âmbito da disciplina de Desenvolvimento Humano, componente curricular do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pelotas. A disciplina tem como objetivos principais a análise de diferentes paradigmas do desenvolvimento humano, a compreensão das dimensões física, cognitiva e social ao longo das diversas fases da vida, bem como a construção de modelos de intervenção compatíveis com cada etapa do desenvolvimento. Além disso, busca incentivar os estudantes, ainda no primeiro semestre da graduação, a se aproximarem da prática profissional, por meio do contato com terapeutas ocupacionais e do conhecimento de suas áreas de atuação.

Assim, foi realizada uma pesquisa relacionada aos benefícios da dança e a área da Terapia Ocupacional, por meio de um questionário compartilhado com uma adolescente atendida por uma Terapeuta Ocupacional. A discussão possibilita ampliar a compreensão acerca da dança como recurso na Terapia Ocupacional. Para fundamentação teórica, considera-se que a Terapia Ocupacional é uma profissão da área da saúde que utiliza atividades significativas como recurso terapêutico, com o objetivo de promover a autonomia, a funcionalidade e a qualidade de vida do paciente. Nesse contexto, a Arteterapia se torna uma importante ferramenta terapêutica, sendo oficialmente reconhecida como um recurso próprio da Terapia Ocupacional, contribuindo para o autoconhecimento e expressão (COFFITO, 2008).

Segundo Castro e Lima (2007), na década de 1940, Nise da Silveira desenvolveu uma prática clínica em Terapia Ocupacional que se diferenciava das abordagens tradicionais da época, como eletrochoques e a lobotomia. Atuando no Centro Psiquiátrico Nacional Pedro II, no Rio De Janeiro, Nise desenvolveu oficinas de pintura, modelagem e outras expressões artísticas como meio de expressão de sentimentos e angústias dos pacientes. A dança nesse cenário, destaca-se como um instrumento terapêutico capaz de ir além da comunicação verbal, promovendo a ressignificação e fortalecimento pessoal.

### **2. ATIVIDADES REALIZADAS**

O estudo teve como objetivo compreender a dança como recurso terapêutico, a partir da perspectiva de uma adolescente de 18 anos, com limitações motoras. A jovem apresenta diagnóstico de paralisia cerebral do tipo tetraparesia espástica, conforme avaliação realizada por uma neuropediatra. Essa condição neurológica, classificada pelo CID - 10 sob o código G80.0, caracteriza-se por um comprometimento dos quatro membros (superiores e

inferiores). Como consequência, há prejuízos no controle postural e na execução de tarefas do dia a dia.

O contato inicial ocorreu por meio da Terapeuta Ocupacional que atendia a jovem. Posteriormente, ela foi convidada a participar da pesquisa vinculada à disciplina de Desenvolvimento Humano, momento em que o consentimento foi concedido.

De acordo com Nadolny et al. (2020), a dança, embora não exija movimentos de grande intensidade, demanda equilíbrio, coordenação motora e habilidades cognitivas, além de proporcionar benefícios emocionais. Por isso, o Terapeuta Ocupacional desempenha um papel fundamental na adaptação das atividades de dança às necessidades e limitações motoras do paciente, promovendo um ambiente inclusivo e facilitador da expressão corporal. O profissional também atua na avaliação das capacidades motoras, no planejamento de intervenções específicas para estimular o ganho de amplitude de movimento e na facilitação da autonomia e da autoestima da mulher por meio da dança.

Para a coleta de dados, aplicou-se um questionário semiestruturado, contendo questões relacionadas às experiências corporais, emocionais e sociais vivenciadas durante a prática da dança, como: “De que forma a prática da Dança do Ventre influenciou sua percepção sobre o próprio corpo e autoestima?”.

Com a finalidade de tornar a pesquisa mais acessível, foi disponibilizado o contato telefônico da acadêmica responsável, possibilitando que a participante respondesse às perguntas por meio de áudios enviados via aplicativo de mensagens, *Whatsapp*.

A Dança Do Ventre foi utilizada como recurso terapêutico pela participante. Segundo a entrevistada, seu primeiro contato com a Dança Do Ventre ocorreu no ano de 2023, por meio de uma aula experimental. Naquele momento, ela estava em busca de uma instituição que, além de aceitar a sua participação, a acolhesse e respeitasse suas limitações, proporcionando uma inclusão efetiva. Em experiências anteriores, ela havia sido apenas inserida em turmas sem que suas necessidades fossem devidamente consideradas.

Os resultados evidenciaram que a prática da dança se tornou uma fonte de prazer, autoconhecimento e construção de vínculos de amizade. Esses relatos reforçam a relevância da dança como estratégia terapêutica, alinhada aos fundamentos da Terapia Ocupacional e aos princípios defendidos por Nise da Silveira, que reconhecia a arte como meio de promover a autonomia e a expressão plena do ser humano.

De acordo com a adolescente, a prática da Dança Do Ventre em um ambiente acolhedor, trouxe ganhos significativos, como melhora da autoestima, empoderamento e desenvolvimento das habilidades motoras e sociais. A adolescente relatou avanços importantes no aspecto motor, incluindo o desenvolvimento da consciência corporal, equilíbrio, controle postural, sequenciamento de movimentos, imitação, movimentos bilaterais, memória motora e coordenação visuo-motora.

Segundo Lima et al. (2009), a dança revelou-se não apenas um meio de expressão artística, mas também uma potente ferramenta de desenvolvimento físico, social e emocional. Assim, a experiência destaca a importância de práticas que promovam uma inclusão efetiva, indo além da mera presença física nas atividades e garantindo o reconhecimento das individualidade de cada sujeito.

### 3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese, através da pesquisa realizada foi possível identificar a eficácia da dança como recurso terapêutico na Terapia Ocupacional, especialmente quando adaptada às necessidades de cada indivíduo. A partir da experiência compartilhada por uma adolescente com paralisia cerebral, evidenciou-se como a Dança do Ventre, aplicada em um contexto de inclusão, contribui não só para o desenvolvimento motor, mas também avanços significativos na autoestima, na autonomia e na expressão pessoal.

Seu uso terapêutico está associado com os princípios da Terapia Ocupacional, que reconhece nas atividades significativas um instrumento de cuidado e transformação. Além disso, reflete os princípios defendidos por Nise da Silveira, que via na arte um caminho de expressão e de reconstrução da subjetividade.

Por fim, através da análise feita a partir das informações obtidas, compreende-se que a dança, ao ser utilizada com propósito terapêutico, é capaz de romper barreiras impostas por limitações motoras, estimulando o crescimento físico, emocional, social e cognitivo de forma unificada. Além disso, percebe-se não só a ampliação das possibilidades de intervenção da Terapia Ocupacional, mas também reafirma a importância do uso da arte como ferramenta de cuidado e inclusão.

### 4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASTRO, Eliane Dias de; LIMA, Elizabeth Maria Freire de Araújo. Resistência, inovação e clínica no pensar e no agir de Nise da Silveira. **Interface - Comunic, Saúde, Educ**, v.11, n.22, p.365-76, 2007.

CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL – COFFITO. **Resolução nº 350 de 13 de junho de 2008**. Dispõe sobre o uso da Arteterapia como Recurso Terapêutico Ocupacional e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Poder Executivo, Brasília, DF, 2 set. 2013. Disponível em: <<https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3191>>. Acesso em: 02 jun. 2025.

LIMA, Elizabeth Maria Freire de Araújo . PACTO adolescentes: arte e corpo na invenção de dispositivos em terapia ocupacional para produção de vida e saúde na adolescência. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, São Paulo, v. 20, n.3, p.157-163, 2009.

NADOLNY, A. M.; TRILO, M.; FERNANDES, J. R.; PINHEIRO, C. S. P.; KUSMA, S. Z.; RAYMUNDO, T. M. *Senior dance as a resource of the occupational therapist with older adults: contributions in the quality of life*. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 28, n. 2, p. 554–574, 2020.