



IDOSOS E A DANÇA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

ELDERLY AND DANCE: A SYSTEMATIC REVIEW OF LITERATURE

ANCIANOS E DANZA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA

Cássio Lucas Silva de Lima

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas, Brasil

Email: cassiolucas.limaa@gmail.com

Evandro Jorge Souza Ribeiro Cabo Verde

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas, Brasil

Email: caboverde@ufam.edu.br

Lionela da Silva Corrêa

Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas, Brasil

Email: lionela@ufam.edu.br

RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar as pesquisas realizadas no Brasil relacionadas à dança e idosos. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica descritiva do tipo revisão sistemática integrativa. Foram selecionados 12 artigos extraídos das bases de dados *SciELO*, Google Acadêmico e Periódicos CAPES, publicados entre 1990 e 2020. As pesquisas trouxeram como resultados a dança enquanto uma ferramenta de ótimos benefícios, oportunizando aos idosos melhorias na saúde, bem como coordenação motora, aspectos psicológicos e melhor socialização, ampliando as capacidades físicas e lhes proporcionando assim uma maior expectativa de vida. Os participantes dos estudos foram 95% mulheres idosas praticantes de dança. Acreditamos que a área estudada oferece cenários a serem trabalhados onde possuem também ferramentas e instrumentos que auxiliam o seu desenvolvimento. E destacamos que é preciso expandir esse campo de estudo visto que em trinta anos existe um baixo número de publicações, principalmente na região norte e centro-oeste do Brasil.

Palavras-chave: Dança; Idoso; Revisão da Literatura.

ABSTRACT

The aim of this study was to analyze research conducted in Brazil related to dance and the elderly. This is a descriptive bibliographic search of the type of systematic integrative review. Twelve articles were selected, extracted from the *SciELO*, Google Scholar and CAPES Periodical databases, published between 1990 and 2020. The research brought dance results as a tool of great benefits, providing the elderly with improvements in health, as well as motor coordination, aspects psychological problems and better socialization, expanding physical capacities and thus providing them with a longer life expectancy. Study participants were 95% elderly women practicing dance. We believe that the studied area offers scenarios to be worked on where they also have tools and instruments that help their development. And we emphasize that it is necessary to expand this field of study since in thirty years there is a low number of publications, mainly in the north and central-west region of Brazil.

Keywords: Dance; Elderly; Literature Revision.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue analizar las investigaciones realizadas en Brasil relacionadas con la danza y las personas mayores. Se trata de una búsqueda bibliográfica descriptiva del tipo de revisión integradora sistemática. Se seleccionaron doce artículos, extraídos de las bases de datos *SciELO*, Google Scholar y



Periódica CAPES, publicados entre 1990 y 2020. La investigación trajo resultados de la danza como una herramienta de grandes beneficios, brindando a las personas mayores mejoras en la salud, así como en la coordinación motora, aspectos problemas psicológicos y una mejor socialización, ampliando las capacidades físicas y proporcionándoles así una mayor esperanza de vida. Los participantes del estudio fueron 95% mujeres mayores que practicaban danza. Creemos que el área estudiada ofrece escenarios para trabajar donde también cuentan con herramientas e instrumentos que ayudan a su desarrollo. Y destacamos que es necesario ampliar este campo de estudio ya que en treinta años hay un número bajo de publicaciones, principalmente en la región norte y centro-oeste de Brasil.

Palabras clave: Danza; Anciano; Revision de Literatura.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas a população idosa tem aumentado e isso decorre tanto do aumento da expectativa de vida pela melhoria nas condições de saúde quanto pela questão da taxa de fecundidade. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, em 2012 a população com 60 anos ou mais era de 25,4 milhões, superando a marca dos 30,2 milhões em 2017. Os 4,8 milhões de novos idosos em cinco anos correspondem a um crescimento de 18% desse grupo etário, que tem se tornado cada vez mais representativo no Brasil. Vale ressaltar também que o estilo de vida do idoso passou a ser mais ativo, fazendo que essa população procure mais práticas de atividade física regular.

A prática de atividade física é muito importante nesta fase, pois, o processo de envelhecimento leva a um declínio biopsicossocial do indivíduo, caracterizado por uma diminuição das reservas funcionais do organismo e das aptidões físicas, prejudicando a autonomia funcional do idoso (SILVA et al, 2011). Além disso, uma das principais características observadas no comportamento motor do idoso é a lentidão nas respostas motoras, uma vez que as alterações somatossensoriais das vias motoras podem causar, na maioria das vezes, comprometimento da coordenação motora, sendo essa o alicerce do movimento eficiente, que exige uma ampla organização do sistema nervoso, com emprego dos músculos certos, no tempo certo e na intensidade correta, sem gastos energéticos, o que compromete, por exemplo, a percepção motora de um estímulo rítmico-sonoro (BERESFORD et al., 2011).

A prática de alguns esportes e modalidades durante a terceira idade vem trazendo excelentes resultados aos praticantes onde podem vir a retardar alguns sintomas de doenças que acometem esse público (como é o caso da hipertensão arterial, diabetes e até mesmo o Alzheimer, diagnosticadas em maior número mais comumente em idosos).

Uma dessas modalidades é a dança que surge como uma atividade física para propiciar ao idoso um cuidado com o corpo e a mente, além do cuidado com suas relações sociais, contribuindo para o processo de autoestima, devido esta atividade ser realizada em grupo (FONTOURA et al., 2016).

Tibeau (2006) aponta que atividades que utilizam música e movimento, como é o caso da dança, além de motivantes e prazerosas são de grande importância para o desenvolvimento. A dança praticada pelo público idoso pode acarretar em um momento de diversão que resulta em saúde, onde o mesmo colocará seu corpo em movimento e neste momento temos a prática de atividade física, trabalhando assim também a parte psicológica por utilizar a atenção e percepção para aprender a aula e desenvolver a socialização com os colegas de turma.

A dança na terceira idade é algo que vem sendo trabalhado cada vez mais e tem estado em evidência por apresentar resultados satisfatórios aos seus praticantes. Esses resultados quando analisados nas variáveis fisiológicas e neurológicas são observados nos estudos de Antunes e colaboradores (2018) e Silva e colaboradores (2011) que relataram em seus achados que dança enquanto atividade, promove uma melhoria perceptiva do idoso quanto a força, a mobilidade, a jovialidade, autoestima e promovendo a socialização.



Por envolver exercícios com estimulação rítmica-sonora, outro de seus benefícios está relacionado à motricidade geral do idoso que é importantíssima (BERESFORD et al., 2011) como ferramenta para lhes auxiliar a manter uma boa saúde e reduzir traços de algumas doenças que podem lhes acometer nessa fase.

A população idosa ao identificar o benefício da modalidade pode ter como resultados uma melhoria em sua autoconfiança, uma melhor socialização, ajuda no controle de doenças crônicas, melhorando até na concentração, equilíbrio e memória. Desta forma, entendendo o contexto do público idoso no Brasil e os benefícios da prática da dança para este público, este estudo tem como objetivo analisar as pesquisas realizadas no Brasil relacionadas à dança e idoso.

MÉTODO

Caracterização da pesquisa

O estudo é caracterizado como uma pesquisa bibliográfica descritiva de revisão sistemática do tipo integrativa que objetiva resumir as pesquisas acerca do tema ou da questão de forma ordenada, sistemática e abrangente (GOMES; CAMINHA, 2014). E denomina-se integrativa, pois “fornece informações mais abertas sobre um problema/assunto, formando um corpo de conhecimento” (ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2014, p. 9.).

Procedimentos de coletas de dados

A recolha do material bibliográfico foi realizada junto ao banco on-line de publicações da Coordenadoria de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), Google Acadêmico e no Scientific Electronic Library Online (SciELO).

A investigação foi realizada entre os meses de março e maio de 2020, tendo como a expressão de busca: “idoso” AND “dança”, o levantamento foi realizado com delimitação de data das publicações a partir de 1990 por entendermos que o período de 30 anos poderia nos dar uma visualização maior dos resultados.

Procedimento de busca, identificação e seleção dos trabalhos

O processo de seleção, identificação e avaliação dos trabalhos incorporados na revisão, foi realizado por dois pesquisadores a fim de garantir fidedignidade ao estudo e respeitado os processos determinados para realização da pesquisa.

Esse procedimento foi realizado em quatro etapas:

Etapa 1: Busca e seleção nas bases de dados CAPES, Google Acadêmico e SciELO, foram localizados e organizados em uma listagem, foram encontrados um total de 354 estudos retornados após o uso do termo de busca onde: 200 extraídos do Google Acadêmico, 132 extraídos do CAPES e 22 extraídos do SciELO.

Etapa 2: Eliminação após a leitura dos títulos de 309 trabalhos que não apresentavam correlação com os campos de dança e idoso resultando em 45 trabalhos.

Etapa 3: Exclusão de duplicações, onde trabalhos que existiam em bases de dados diferentes, o que gerou um total de 4 trabalhos duplicados que foram excluídos. Totalizando 41 artigos.

Etapa 4: Eliminação após a leitura dos resumos/trabalhos, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão (n=30) gerando um resultado de 11 trabalhos.

A triagem dos trabalhos deu-se através dos critérios de inclusão seguintes: artigos publicados e disponíveis integralmente em bases de dados científicas; artigos publicados a partir de 1990 que já possuam aprovação pela comunidade científica; que apresentem os descritores “Idosos”, “Dança” no título, resumos ou palavras-chave; que abordem idosos na prática da dança; envolver o público-alvo de idosos.

Como critérios de exclusão: artigos que apresentaram avaliações sem apresentar o método utilizado; envolvendo a dança em contexto e/ou intervenções que não sejam com idosos.

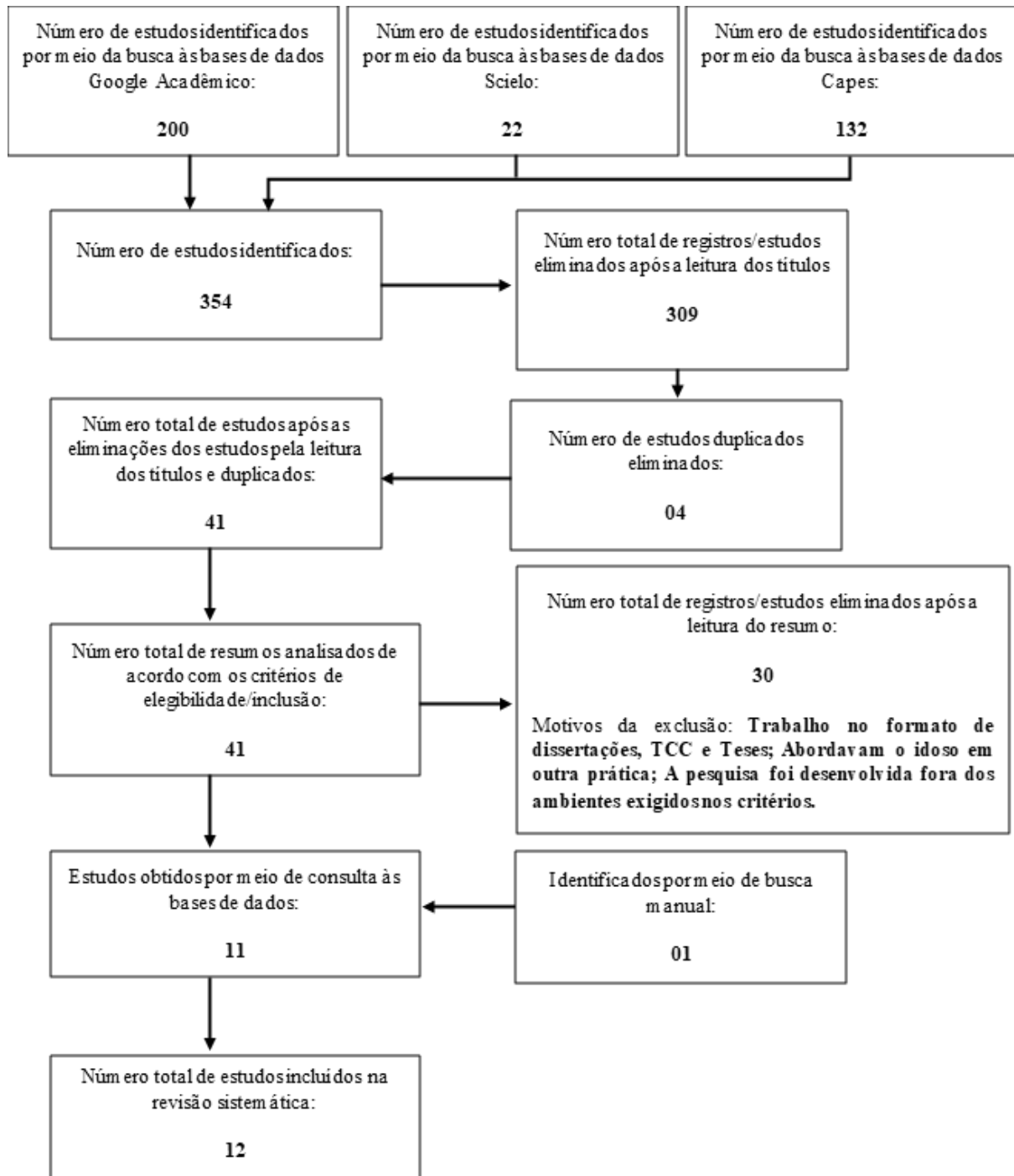
Realizou-se buscas manuais nas bases de dados onde houve a identificação de um trabalho



pertinente a revisão. E desta forma o número final incluídos totalizou 12 artigos. Abaixo temos o fluxograma 1 com as informações e fases

aplicadas ao longo dos estudos para a concepção da revisão sistemática.

Fluxograma 1 – Diagrama de fluxo da informação com as fases da revisão sistemática



Fonte: Construção dos autores.



ANÁLISE DE DADOS

Para o processo de análise de dados o referencial teórico de análise de conteúdo de Moraes (1999) foi utilizado, seguindo suas 5 etapas sendo elas: 1) preparação das informações; 2) transformação do conteúdo em unidades; 3) classificação das unidades em categorias; 4) descrição; e 5) interpretação.

Após a leitura dos trabalhos encontrados, foi feita uma organização em um quadro com as respectivas informações: Ano de publicação, Autor e Título do trabalho.

Resultados e Discussão

Foi encontrado um total de 12 artigos que trabalham acerca da população de idosos incluídos no contexto da dança, desenvolvidos e publicados no Brasil. Os resultados estão distribuídos em cinco categorias: temas trabalhados nos artigos; instrumentos utilizados para realização da pesquisa; publicações por regiões brasileiras; ano de publicação; e público participante da pesquisa. O quadro 1 apresentado a seguir expõe os trabalhos encontrados e incluídos na revisão, os quais estão organizados a partir do ano de publicação.

Tema trabalhado nos artigos

O tema geral mais abordado entre os estudos foram os "benefícios da dança" sendo encontrado em sete trabalhos desenvolvidos a partir desse ponto, os quais trabalham em linhas que visam: analisar acerca da influência na capacidade funcional, análise o equilíbrio dinâmico em praticantes, os benefícios da prática para idosos, o efeito da prática no ânimo de idosos, a influência da prática na força muscular de membros inferiores de idosos, o benefício da prática com relação ao equilíbrio e atividades diárias de idosos, ansiedade e parâmetros funcionais respiratórios de idosos praticantes de dança.

Para Marbá e colaboradores (2016) a prática da dança pode trazer benefícios a diversas

pessoas melhorando sua saúde, entre outros fatores e/ou aspectos independentemente da idade ou classe social. Entendemos que a dança praticada pela pessoa idosa de forma programada e correta trará diversos benefícios e por este motivo acreditamos que a maior parte dos estudos está a favor dos benefícios da dança para o idoso.

Dentre muitos benefícios que a dança proporciona aos idosos, Marques (2003, p. 45) apud Silva e colaboradores (2012) destaca que ela pode proporcionar o prazer, um bom condicionamento físico, capaz de melhorar a circulação periférica, melhorar o sistema cardiorrespiratório, diminuir a pressão arterial, fortalece a musculatura, protege articulações, otimiza a perda calórica, auxilia na prevenção de futuros problemas posturais e de artrose, bem como possibilita o convívio social que influencia positivamente nos efeitos psicossociais.

O segundo tema mais trabalhado foi a "qualidade de vida" presente nas pesquisas que discorreram acerca de: a dança promovendo a qualidade de vida e níveis da qualidade de vida de idosos praticantes de dança. Para Silva e colaboradores (2012) essa fase da vida a dança pode facilitar no processo de socialização acarretando a estimulação de confiança, igualdade, apoio, melhoria no aspecto físico, mental, flexibilidade, postura, força, resistência muscular, resultando na redução de tensões e dores, tais resultados podem ser observados e verificados também na pesquisa de Leal e Haas (2006) onde suas participantes relataram melhorias físicas, psicológicas e no convívio social, reconhecendo ainda em suas falas que a prática lhes trouxe melhorias em sua qualidade de vida.

Os demais temas encontrados foram: exercício e atividade física com o trabalho "Dança para idosos - uma alternativa para o exercício físico"; perfil perceptivo motor em "uma avaliação acerca do perfil perceptivo motor de mulheres idosas submetidas a uma tarefa rítmica-sonora"; e lazer e atividade física com "Hábitos de lazer e atividade física durante o curso de vida em idosos praticantes de dança".

**Quadro 1 –** Relação dos trabalhos e/ou artigos encontrados e incluídos na revisão sistemática

Ano	Autor/ Título	Temas	Instrumentos	Participantes
2007	MONTEIRO, Wagner e colaboradores. Análise do equilíbrio dinâmico em idosas praticantes de dança de salão.	Benefícios da dança	Esteira rolante instrumentada do sistema Gaitway; Sistema de sensores piezoelétricos da marca Kistler inc	45 mulheres
2007	SILVA, Aline Huber da; MAZO, Giovana Zarpellon. Dança para idosos: uma alternativa para o exercício físico.	Exercício e Atividade Física	Questionário	10 mulheres
2007	GOBBI, Sebastião e colaboradores. Efeitos da dança e do treinamento com pesos nos estados de ânimo de idosos.	Benefícios da dança	Lista de Estados de Ânimo - Reduzida e Ilustrada (LEA-RI), a qual apresenta validade de constructo (VOLP; DEUTSCH; OLIVEIRA, 2001).	24 mulheres e 4 homens
2009	CASTRO, Juracy Corrêa e colaboradores. Níveis de qualidade de vida em idosas ativas praticantes de dança, musculação e meditação.	Qualidade de vida	Índice de massa corporal (IMC) ou índice de Quetelet; Questionário World Health Organization Quality of Life Group-old – WHOQOL-OLD	70 mulheres
2010	BENVENUTO, Mira Célia. Uma avaliação acerca do perfil perceptivo motor de mulheres idosas submetidas a uma tarefa rítmica-sonora.	Perfil perceptivo motor	TPR (Teste Padrão Rítmico) de BUONO (2001)	30 mulheres
2011	SILVA, Joseane Rodrigues da e colaboradores. Influência da dança na força muscular de membros inferiores de idosos.	Benefícios da dança	Questionário com dados pessoais e anamnese; Teste de levantar e sentar em 30 segundos para avaliar a força muscular de membros inferiores; Entrevista semi-estruturada	7 mulheres e 3 homens
2011	GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo e colaboradores. Ansiedade e parâmetros funcionais respiratórios de idosos praticantes de dança.	Benefícios da dança	Avaliação antropométrica; Espirometria; Cirtometria; Manovacuumetria	18 mulheres
2015	GIL, Priscila Rodrigues e colaboradores. Hábitos de lazer e atividade física durante o curso de vida em idosos praticantes de dança.	Lazer e atividade física	Ficha diagnóstica; Entrevista semiestruturada	9 mulheres e 3 homens
2015	SILVA, Aline Felipe Gomes da; BERBEL, Andréa Marques. O benefício da dança sênior em relação ao equilíbrio e às atividades de vida diárias no idoso.	Benefícios da dança	Escala de Equilíbrio de Berg; Escala de Lawton	15 mulheres e 4 homens



2017	GASPAR, Gleyciane Aline Araújo e colaboradores. A dança na terceira idade promovendo qualidade de vida	Qualidade de vida	Questionário ordenado com 6 questões	27 mulheres e 3 homens
2018	ANTUNES, Dariadison e colaboradores. Dança para idosos: os benefícios revelados pela prática.	Benefícios da dança	Questionário	7 mulheres
2019	SANTOS, Tatiane Aparecida Marque dos e colaboradores. A influência da dança sênior na capacidade funcional em idosas.	Benefícios da dança	Questionário Anamnese; Manovacuômetro portátil digital modelo MVD-300; Teste de Sentar e Alcançar; Teste de Caminhada de Seis Minutos (TC6'); Questionário Whoqol-Old com 24 questões	19 mulheres

Fonte: Construção dos autores.

Com tal análise pudemos perceber que as pesquisas com idosos e dança, apesar de todas as vertentes encontradas, se encaminham para dois temas principais (benefícios da dança e qualidade de vida) que são comumente vistos quando trabalhamos acerca de saúde e atividade física, tal fenômeno é explicado por Prado e Sayd (2004) que relatam 70% dos grupos que estudam o envelhecimento buscam levá-lo pra dentro da sua área/sub-área previamente estabelecida como sociologia, medicina, educação física, e etc. Os outros 30% são grupos que contam com um olhar das ciências biológicas e da saúde mais presente, estes são mais recentes criados a partir de 1995, tal dado nos mostra a necessidade de se explorar mais esse nicho de pesquisa, e desenvolver estudos acerca do idoso enquanto praticante de dança frente ao processo de envelhecimento em outros cenários.

Instrumentos utilizados para realização das pesquisas

Observamos que o instrumento mais utilizado entre os achados foram os “Questionários Próprios” que são instrumentos desenvolvidos pelos pesquisadores embasados em suas necessidades de respostas para seus estudos, onde foi identificado seu uso em cinco trabalhos e tal evidência pode ser explicada por Chaer, Diniz e Ribeiro (2011) que discorrem que

tal instrumento é poderoso para obter dados por se tratar do mesmo ter um custo razoável, manter o anonimato dos participantes, facilitando o manejo de dados e garantindo ao pesquisador uma uniformidade nos dados, traços que o tornam de certa forma bastante requisitado e utilizado como observado nos resultados.

Em segundo, os instrumentos mais utilizado foi a “entrevista semi-estruturada” utilizado em dois trabalhos, que segundo Manzini (2004) em sua composição possui perguntas principais e outras perguntas inerentes a pesquisa e para o autor, tal ferramenta pode permitir ao pesquisador encontrar informações mais livres e respostas não padronizadas, o que em uma análise geral é mais trabalhoso e exige um maior grau de atenção e trabalho na extração de informações das respostas o que pode a grosso modo, nos explicar o baixo uso da mesma entre os achados. De acordo com May (2004, p. 149) em sua essência a entrevista possui um caráter aberto onde o entrevistado responde de acordo com seu entendimento, o que não significa deixá-lo falar livremente, o pesquisador deve manter sua linha de foco.

Outro instrumento utilizado também em dois trabalhos foi o Manovacuômetro que seu uso deu-se devido as necessidades individuais e objetivos dos pesquisadores, onde o instrumento de modo geral tem o objetivo de aferir as pressões respiratórias estáticas máximas,



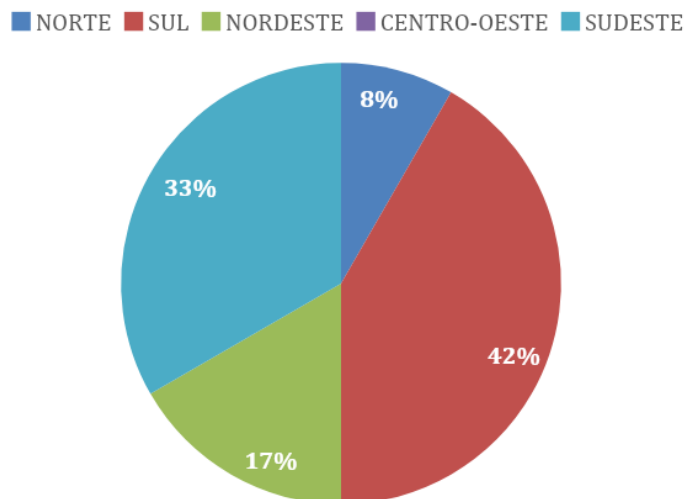
tratando-se de um teste simples, voluntário, não invasivo, onde a pressão inspiratória e expiratória máxima (PI_{máx} e PE_{máx}) serão coletadas (SANTOS et al., 2017). Para uma maior visualização, o quadro 1 que contém a distribuição dos instrumentos utilizados para a realização dos estudos.

Os demais instrumentos foram utilizados de acordo com a necessidade e os objetivos de cada trabalho, sua frequência de uso foi de apenas um, no caso em seu estudo. É válido destacar que entre os instrumentos utilizados com o público idoso, existem aqueles que não são exclusivos para serem aplicados ao público idoso, como é o caso do Manovacuômetro, o TPR - Teste Padrão Rítmico, a Esteira rolante instrumentada do sistema Gaitway[®] ou o Sistema de sensores piezoelétricos. O uso desses instrumentos dependerá de fatores como o protocolo aplicado na pesquisa e/ou os objetivos que o pesquisador pretende atingir com a aplicação, respeitando e preocupando-se sempre com os limites e capacidades dos participantes.

Publicações por regiões brasileiras

Com base nos achados, pudemos analisar que desde 1990 até o ano de 2020 a região sul tem publicado mais trabalhos acerca do público idoso e a dança representando um total de 42% dos achados. De acordo com a projeção de população realizada pelo IBGE (2018) verificou-se que já em 2029 o Sul do Brasil será a primeira região a experimentar um alto índice de idosos acima do número de crianças de até 14 anos. Com isso a tendência de novos empregos relacionados à saúde tende a crescer, bem como o alto índice de estudos desenvolvidos na região pode ser explicado por tal fenômeno (BENITES, 2019). Seguindo temos a região sudeste com 33% que ainda de acordo com projeção de população (revisão 2018) realizada pelo IBGE será a segunda região a alcançar um aumento no índice de idosos, Prado e Sayd (2004) explicam que os grupos que produzem acerca do envelhecimento estão concentrados nas regiões Sul e Sudeste, especificamente no Rio Grande do Sul, São Paulo e Rio de Janeiro.

Gráfico 1 – Distribuição por região brasileira das publicações dos trabalhos



Fonte: Construção dos autores.

Em seguida a região nordeste com 17% dos trabalhos achados, e pôr fim a região norte com 8% das publicações representando apenas um dos trabalhos encontrados, tal dado chega a ser preocupante visto que na cidade de Manaus existem projetos e programas que desenvolvem o trabalho com idosos há algum tempo, entre eles

temos: A Fundação Universidade Aberta da Terceira Idade (FUnaTI) com 12 anos de atuação realizado em sua sede; O Programa Conviver realizado no Parque Municipal do Idoso; a Universidade do Estado do Amazonas (UEA) criou em 2007 a Universidade Aberta da Terceira Idade (UnATI); O Projeto Vidativa ampliado em



2014, realizado por meio da Agência Amazonense de Desenvolvimento Econômico e Social (AADES) órgão do Governo do Estado do Amazonas; O Programa de Atenção à Saúde do Idoso (PROASI) instituído em Manaus, no dia 28 de Janeiro de 2003 e acontece em sua sede sendo coordenado por professores da escola de enfermagem da UFAM; O Programa Idoso Feliz Participa Sempre (PFIPS) em seus 26 anos de existência acontece nas dependências da Universidade Federal do Amazonas (UFAM).

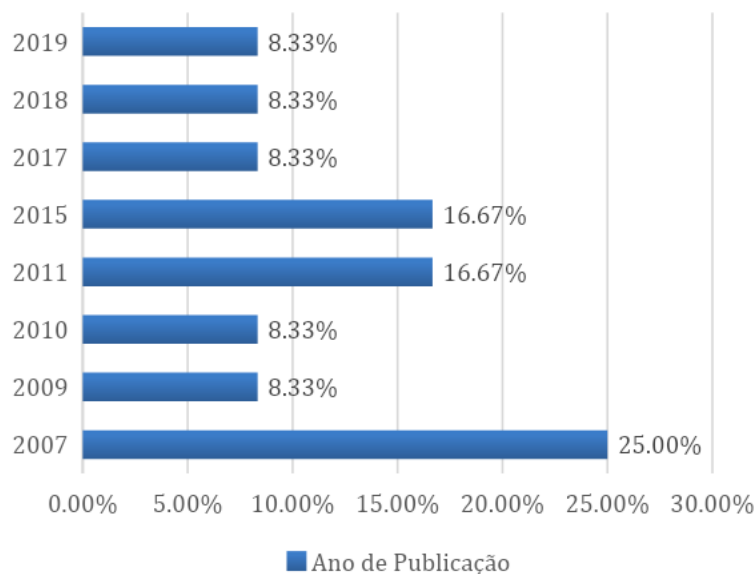
Tais projetos/programas em seus muitos anos de atuação têm atendido a milhares de idosos como relatado em seus sites e portais, oferecendo-lhes atividades físicas, assistências à saúde, promovendo em suas ações uma maior qualidade de vida e acarretando benefícios aos seus alunos, com isso fica-se o questionamento do por que não haverem mais trabalhos e publicações ao longo desses anos com os idosos

e suas práticas sendo que existe todo esse contexto e cenário disponível para a realização de produções, pesquisas e estudos?

Não encontramos a resposta para esta pergunta nesta pesquisa, mas destacamos que existe uma necessidade latente na sociedade nortista no que diz respeito a dança e idosos, visto o número expressivo de projetos/programas que atuam com esta modalidade.

A região centro-oeste não apresentou estudos dessa característica, resultando em um total de zero publicações dentro dos nossos critérios o que também é um resultado preocupante visto que possui suas universidades e centros de pesquisa, bem como suas populações de idosos em crescimento, outro dado que precisa receber uma atenção visto que possui suas particularidades culturais e demográficas, o que poderia trazer/gerar grandes contribuições em pesquisas e dados.

Gráfico 2 – Distribuição dos trabalhos por ano de publicação



Fonte: Construção dos autores.

A revisão tomou como ponto de partida o ano de 1990 até 2020 e ainda assim compreendendo esse período de trinta anos e com as palavras-chave utilizadas nos buscadores, encontramos um número total de 12 trabalhos que se adequam a revisão. O gráfico 2 expõe a distribuição dos trabalhos a partir do ano de publicação e nele podemos observar que dentro do tema da revisão, o ano de 2007 apresentou um

maior número de publicações com 25% ou seja três trabalhos, os anos de 2011 e 2015 seguiram apresentando uma margem de 16,67% com dois trabalhos e os demais trabalhos estão distribuídos entre os anos 2009, 2010, 2017, 2018 e 2019 onde cada um representa um índice de 8,33% ou um trabalho publicado por ano.

Não se sabe ao certo o motivo da baixa publicação de pesquisas relacionadas ao idoso



praticante de dança, mas destacamos que em um período de trinta anos consideramos esta temática ainda pouco explorada. Talvez as respostas para a falta de publicações anterior ao ano de 2007 esteja relacionada a ausência das publicações nas bases de dados pesquisadas e pelo fato de as pesquisas ainda encontrarem-se apenas de forma impressa. Mas, a realidade de termos encontrado apenas um trabalho em alguns anos e zero trabalhos em outros anos, abre espaço para entendermos a lacuna existente em relação a grande população idosa praticante de dança no Brasil ainda não pesquisada.

Público participante da pesquisa

Em relação ao público participante nas pesquisas, divididos por gêneros, pudemos verificar que as mulheres representam a maior parte dos participantes da pesquisa com um total de 95% enquanto os homens são um total de apenas 5%. Os trabalhos relatam ainda que houve desistências por parte dos participantes por não cumprirem com os critérios de elegibilidade. Acerca das participações nos trabalhos podemos verificar que a maior parte do público é de mulheres, pois as mesmas são as mais envolvidas nos programas de atividades, objetivando um envelhecimento mais ativo e também visando manter-se saudável durante o processo. Verificando os trabalhos encontrados para realização da revisão, de 292 participantes dos estudos o sexo masculino representa uma fatia menor que 30% em todos e isso pode ser justificado por Valerio (2001) apud Medeiros e colaboradores (2014) que discorre em sua dissertação que muitos homens não participam de atividades físicas por preconceito, pois tem consciência dos benefícios acarretados pela prática porém fazem do discurso de que estão na fase de descansar. No processo de envelhecimento, o idoso seguindo um padrão da masculinidade tende a intensificar suas emoções, seu machismo e competitividade, isso em decorrência do mesmo perceber uma baixa no seu poder de mando e sendo colocado em uma posição mais secundária e com isso tende a se sentir humilhado, incapacitado ou inútil (MEDEIROS et al., 2014).

Espera-se que este preconceito por parte da população masculina em relação a prática de atividade física, especialmente a dança, possa ser alterado para forma positiva. É preciso conscientizar a população de forma geral os benefícios da prática da atividade física e expressar que essas práticas não possuem gêneros, sendo possível ser praticadas por todos aqueles se sintam à vontade em participar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir de um estudo de revisão sistemática, foram identificados e analisados 12 artigos desenvolvidos e publicados no Brasil a partir do ano de 1990 até 2020. Além de mapear e definir os temas trabalhados pelos autores e os instrumentos utilizados pelos mesmos, identificamos as regiões e o ano das publicações.

Com relação aos temas trabalhados podemos verificar que apesar do público idoso no contexto da dança não ser algo novo, os estudos desenvolvidos dentro dessa área são pouco explorados, havendo então uma necessidade de expandir esse campo de estudo para verificar mais intrinsecamente essa relação do público frente a prática, bem como o comportamento do envelhecimento a aplicação da dança. Os instrumentos utilizados vêm de encontro a necessidade da pesquisa devendo facilitar ao pesquisador encontrar as respostas às suas pesquisas, oferecendo assim diversas possibilidades de desenvolvimento de estudos.

Verificou-se também que as publicações abrangendo idosos e dança tem sido relativamente baixa, pois em uma pesquisa considerando um período de trinta anos houve um retorno de 12 publicações e dessas 42% publicadas pela região sudeste. Com isso podemos visualizar a necessidade de se incentivar a produção e publicação por partes das demais regiões brasileiras, o que poderia enriquecer o acervo de conhecimentos por possuímos diversos cenários e contextos diários diferentes experimentados e vividos pelos idosos. Considerando todo exposto ao longo da revisão, concluímos que a área estudada oferece diversos cenários a serem trabalhados onde possuímos



também ótimas ferramentas e instrumentos que nos auxiliam no desenvolvimento, sendo de grande importância essas publicações e/ou produções para entendermos as mudanças e

processos experimentados por esse público que vem tendo um aumento considerável em sua expectativa de vida ao longo dos anos justamente por estar se colocando em uma vida mais ativa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTUNES, Dariadison e colaboradores. Dança para idosos: os benefícios revelados pela prática. **Revista CPAQV**, v. 10, n. 2, p. 1-10, 2018.

BERESFORD, Heron e colaboradores. Uma avaliação da eficácia da estimulação rítmico-sonora voltada para idosas. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 14, n. 1, p. 59-64, 2011.

BENITES, Vagner. Com mais idosos entre os pacientes do RS, estudo aponta alta na oferta de empregos na área de saúde. **Secretaria de Planejamento, Orçamento e Gestão - RS**, Rio Grande do Sul, RS, 11 nov., 2019. Disponível em: < <https://planejamento.rs.gov.br/com-mais-idosos-entre-os-pacientes-do-rs-estudo-aponta-alta-na-oferta-de-empregos-na-area-de-saude#:~:text=Estado%20com%20o%20maior%20percentual,%C3%A1rea%20ao%20longo%20do%20per%C3%ADodo>>. Acesso em: 29 jun. 2020.

BENVENUTO, Mira Célia. Uma avaliação acerca do perfil perceptivo motor de mulheres idosas submetidas a uma tarefa rítmica-sonora. **ACTA brasileira do movimento humano**, v. 1, n. 1, 2010.

CASTRO, Juracy Corrêa e colaboradores. Níveis de qualidade de vida em idosas ativas praticantes de dança, musculação e meditação. **Revista brasileira geriatria e gerontologia**, v. 12, n. 2, p. 255-265, 2009.

CHAER, Galdino; DINIZ, Rafael Rosa Pereira; RIBEIRO, Elisa Antônia. A técnica do questionário na pesquisa educacional. **Evidência**, v. 7, n. 7, p. 251-266, 2011.

ERCOLE, Flávia Falci; MELO, Laís Samara de; ALCOFORADO, Carla Lúcia Goulart Constant. Integrative review versus systematic review. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 9-11, 2014.

FONTOURA, Luiza Cristina e colaboradores Dança na terceira idade: benefícios biopsicossociais na vida do idoso. **Disciplinarum Scientia**. Série: Ciências Humanas, v. 17, n. 1, p. 75-81, 2016

GASPAR, Gleyciane Aline Araújo e colaboradores. A dança na terceira idade promovendo qualidade de vida. **Revista diálogos acadêmicos**, v. 6, n. 2, 2017.

GIL, Priscila Rodrigues e colaboradores. Hábitos de lazer e atividade física durante o curso de vida em idosos praticantes de dança. **Revista kairós gerontologia**, v. 18, n. 2, p. 227-245, 2015.

GOBBI, Sebastião e colaboradores. Efeitos da dança e do treinamento com pesos nos estados de ânimo de idosos. **Revista da educação física**, v. 18, n. 2, p. 161-168, 2007.



GOMES, Isabelle Sena; CAMINHA, Iraquitan de Oliveira. Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano. **Movimento**, Porto Alegre, RS, v. 20, n. 1, p. 395-411, jan./mar., 2014.

GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo e colaboradores. Ansiedade e parâmetros funcionais respiratórios de idosos praticantes de dança. **Fisioterapia em movimento**, v. 24, n. 4, p. 683-688, 2011.

IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo demográfico 2018:** Estatísticas Sociais. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/busca.html?searchword=idosos&searchphrase=all>>. Acesso em: 22 mar. 2020.

LEAL, Indara Jubin; HAAS, Aline Nogueira. O significado da dança na terceira idade. **Revista brasileira de ciências do envelhecimento humano**, v. 3, n. 1, p. 64-71, 2006.

MANZINI, Eduardo José. Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL SOBRE PESQUISA E ESTUDOS QUALITATIVOS, 2004, Bauru. **Anais...** Bauru, SP: USC, 2004.

MARBÁ, Romolo Falcão; SILVA, Geusiane Soares da; GUIMARÃES, Thamara Barbosa. Dança na promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida. **Revista científica do ITPAC**, v. 9, n. 1, 2016.

MAY, Tim. **Pesquisa social:** questões, métodos e processos. 3. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2004.

MEDEIROS, Paulo Adão de e colaboradores. Participação masculina em modalidades de atividades físicas de um Programa para idosos: um estudo longitudinal. **Ciência & saúde coletiva**, v. 19, n. 8, p. 3479-3488, 2014.

MONTEIRO, Wagner e colaboradores. Análise do equilíbrio dinâmico em idosas praticantes de dança de salão. **Fisioterapia em movimento**, v. 20, n. 4, p. 125-136, 2007.

PRADO, Shirlei Donizete; SAYD, Jane Dutra. A pesquisa sobre envelhecimento humano no Brasil: grupos e linhas de pesquisa. **Ciência & saúde coletiva**, v. 9, n.1, p. 57-68, 2004.

SANTOS, Tatiane Aparecida Marque dos e colaboradores. A influência da dança sênior na capacidade funcional em idosas. **Revista saúde integrada**, v. 12, n. 23, p. 31-43, 2019.

SANTOS, Roberta Magalhães Guedes dos e colaboradores. Manovacuometria realizada por meio de traqueias de diferentes comprimentos. **Fisioterapia & pesquisa**, v. 24, n. 1, p. 9-14, 2017.

SILVA, Aline Felipe Gomes da; BERBEL, Andréa Marques. O benefício da dança sênior em relação ao equilíbrio e às atividades de vida diárias no idoso. **ABCS health sciences**, v. 40, n. 1, p. 16-21, 2015.

SILVA, Aline Huber da; MAZO, Giovana Zarpellon. Dança para idosos: uma alternativa para o exercício físico. **Cinergis**, v. 8, n. 1, p. 25-32, 2007.

SILVA, Joseane Rodrigues da e colaboradores. Influência da dança na força muscular de membros inferiores de idosos. **Revista kairós gerontologia**, v.14, n. 1, p.163-179, 2011.



SILVA, Fabio Junio Santos; MARTINS, Lenisse; MENDES, Catia Rodrigues dos Santos. Benefícios da dança na terceira idade. Faculdade União de Goyazes – FUG. In: Seminário de Pesquisas e TCC da FUG, 4, 2012. **Anais...** Trindade, GO: FUG, 2012. p. 24-41.

TIBEAU, Cynthia Cleusa Pasqua Mayer. Motricidade e música: Aspectos relevantes das atividades rítmicas como conteúdo da educação física. **Revista brasileira de educação física, esporte, lazer e dança**, v. 1, n. 2, p. 53-62, 2006.

Dados do autor:

Email: cassiolucas.limaa@gmail.com

Endereço: Rua Santa Rita, 65A, Parque São Pedro, Bairro Tarumã, Manaus, AM, CEP 69021-220, Brasil.

Recebido em: 29/10/2020

Aprovado em: 13/11/2020

Como citar este artigo:

LIMA, Cássio Lucas Silva de; CABO VERDE, Evandro Jorge Souza Ribeiro; CORRÊA, Lionela da Silva. Idosos e a dança: uma revisão sistemática da literatura. **Corpoconsciência**, v. 24, n. 3, p. 108-120, set./ dez., 2020.