



HAAS, Aline Nogueira; WOLFF, Silvia Susana; LIMA, Isadora de Souza Maia. A DANÇA COMO MÉTODO DE REABILITAÇÃO COMPLEMENTAR PARA PACIENTES DE AVC: ATIVIDADES DESENVOLVIDAS EM PORTO ALEGRE, RS. DANCE AS A COMPLEMENTARY REHABILITATION METHOD FOR STROKE PATIENTS: ACTIVITIES IN PORTO ALEGRE, RS. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Professor Adjunto do Curso de Licenciatura em Dança da UFRGS e orientadora do trabalho. Professora temporária do Curso de Licenciatura em Dança da UFPEL e bolsista PDJ/CNPQ. Acadêmica de graduação do Curso de Licenciatura em Dança da UFRGS e bolsista BIC/UFRGS.

### RESUMO

Este texto apresenta considerações resultantes de uma pesquisa sobre o uso da dança como método de reabilitação complementar para pacientes de AVC de Porto Alegre, RS. A mesma está sendo desenvolvida junto ao Curso de Licenciatura em Dança na Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (ESEF/UFRGS). Participam da pesquisa 7 pacientes crônicos de AVC que freqüentam aulas de dança uma vez por semana, com duração de 1 hora. As atividades propostas são planejadas a partir de um pensamento somático que direciona práticas advindas de uma série de formas e técnicas de dança, buscando otimizar o aprendizado e o controle motor dos participantes do estudo. Os resultados obtidos oferecem uma série de reflexões que apontam para a formatação de estratégias e atividades educativas em dança que permitam a inclusão de pessoas portadoras de necessidades especiais. Destaca-se ainda que esse estudo cria oportunidades para que os alunos do Curso de Licenciatura em Dança da UFRGS exercitem na prática as relações do ensino da dança com princípios pedagógicos delineados nos PCN's, principalmente o princípio da inclusão e dos temas transversais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Reabilitação. Dança. Educação Somática. Pacientes de AVC.

### ABSTRACT

This text presents considerations resulting from a research on the use of dance as a complementary rehabilitation method for stroke patients of Porto Alegre, RS. This study is being developed at the dance undergraduate course in the Superior school of Physical Education at the Federal University of Rio Grande do Sul (ESEF/UFRGS). Seven chronic stroke patients participated in the research and take dance classes once a week for 1 hour. The activities are planned taking a Somatic approach as starting point which directs practices from a series of different dance techniques and forms, aiming at an optimization of motor learning and control of the participants. The result offers a series of reflections that point to the planning of educational strategies and activities in dance that allow for the inclusion of people with special needs. One shall highlight that this study creates opportunities for undergraduate dance students of UFRGS to exercise in practice the relationship among the teaching of dance and pedagogic principles found in the national curricular parameters, mainly the principle of inclusion and other transversal themes.

**KEYWORDS:** Rehabilitation. Dance. Somatic Education. Stroke Patients.

### Introdução

Um Acidente Vascular Cerebral (AVC) representa uma radical mudança na vida de um ser humano e requer um longo, árduo e complexo processo de

reabilitação. O popularmente chamado “derrame” atinge um número cada vez maior de brasileiros jovens, colocando nosso país na lista de nações com maior índice de AVC.

Dessa forma, faz-se necessário um número cada vez maior de programas de intervenção terapêutica para este tipo de população. Constatou-se que as intervenções terapêuticas tradicionais tendem a ser enfadonhas, penosas e não-sociáveis (WOLFF, 2010). Já as que propõem o uso de práticas artísticas, como a dança, apresentam um maior caráter lúdico, social, integrativo e divertido (BERROL; KATZ apud DAUDT; DUGAS, 2002).

Assim, este estudo apresenta os resultados de uma proposta de dança como método de reabilitação complementar para pacientes de Acidente Vascular Cerebral (AVC) na cidade de Porto Alegre, RS. O mesmo tem relação com o projeto de extensão intitulado “A dança como método de reabilitação para pacientes de AVC” que está sendo desenvolvido junto ao Curso de Licenciatura em Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) desde o ano de 2011 e é a continuação da Tese de Doutorado de Wolff (2010) intitulada “Momento de transição: em busca de uma nova eu dança”, defendida no Programa de Pós-Graduação em Artes da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) – Bolsa CAPES para Doutorado-Sandwich, PDEE (Programa de Doutorado com Estágio no Exterior), 2008/2009.

Vale destacar que a primeira etapa da pesquisa para a referida tese, incluindo a área da Neurociência, foi realizada no Departamento de Ciências da Reabilitação da Faculdade de Medicina da Universidade de Maryland, sob orientação da cinesiologista Profa. Dra. Jill Whittall e do neurologista Prof. Dr. Andreas R. Luft. Posteriormente, ela teve continuidade junto à Universidade de Zurique, na Suíça, onde o Professor Luft leciona. A partir daí, deu-se continuidade aos estudos desenvolvidos fora do Brasil dentro da UFRGS, para contribuir de forma significativa no panorama de reflexões, descobertas e caminhos que possibilitem o ensino da dança para portadores de AVC na cidade de Porto Alegre, RS, colocando a UFRGS e a região Sul do Brasil no Centro das pesquisas para desenvolvimento deste campo multidisciplinar altamente promissor.

O interesse em realizar essa pesquisa está relacionado à experiência de uma das pesquisadoras e da orientadora do projeto na área da dança para pessoas portadoras de necessidades especiais. No ano de 2009, foi fundado o Curso de Licenciatura em Dança na UFRGS e, desde sua fundação, uma das áreas de interesse de pesquisa e extensão é na área da dança para esse tipo de população.

### **Desenvolvimento da proposta de dança para pacientes de AVC na cidade de Porto Alegre/RS**

Participaram da proposta de dança 7 pacientes crônicos de AVC. As aulas ocorreram em uma sala para a prática da dança na Escola Superior de Educação Física da UFRGS, onde o curso de Licenciatura em Dança está sediado.

As aulas de dança ocorriam uma vez por semana com duração de 60 minutos. A aula era dividida em três momentos: **1ª parte:** Exercícios de consciência corporal: avaliação dos limites individuais, realizados em uma cadeira com apoio de tronco e braços; **2ª parte:** Trabalho na barra: princípios de ballet adaptado - pliê, transferência de peso, marcha; Trabalho de centro: marcha em diferentes ritmos, exercícios de equilíbrio, trabalho de simetria corporal, dança em duplas, passos básicos de dança de salão, giros, equilíbrio em grupo, trabalho de improvisação; **3ª parte:** relaxamento na cadeira; discussão em grupo.

As atividades propostas foram planejadas a partir de um pensamento somático que direciona práticas advindas de uma série de formas e técnicas de dança, buscando otimizar o aprendizado e o controle motor dos participantes do estudo (WOLFF, 2010).

As aulas eram acompanhadas por uma das pesquisadoras, por duas acadêmicas do curso de Licenciatura em Dança e uma acadêmica do Curso de Fisioterapia da UFRGS. Essa integração entre a área da Arte e da Saúde proporcionou uma troca produtiva de conhecimentos, o que resultou em um dinâmico processo de planejamento das aulas. A cada semana as atividades eram revistas e repensadas a partir da visão de cada uma das áreas. Além disso, o projeto proporcionou às acadêmicas de cada área a oportunidade de aprofundar na prática conhecimentos teóricos adquiridos em seus cursos de graduação.

A coleta de dados foi realizada em duas etapas: a primeira etapa foi realizada antes do início das aulas de dança; e, a segunda etapa, realizada após as aulas de dança. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram o *Berg Balance Scale* (BBS), proposta e validado por Berg (BERG et al., 1992) e o *Timed Up And Go Test* (TUG), proposto e validado por Podsiadlo e Richardson (1991).

O TUG é realizado com o objetivo de medir a velocidade do indivíduo na marcha, incluindo sua habilidade para levantar-se de e sentar-se em uma cadeira, assim como para contornar objetos. No momento em que inclui a cadeira e o contorno de um objeto este teste adiciona a possibilidade de se mensurar a agilidade do indivíduo para sua mobilidade cotidiana. O BBS tem o objetivo de mensurar a capacidade de equilíbrio do paciente. Os instrumentos supra-citados compõem o instrumental utilizado para coleta de dados em grande parte dos protocolos de pesquisa da área da reabilitação, como pôde ser observado por uma das pesquisadoras deste projeto ao participar, como paciente de AVC, de protocolos de pesquisa junto ao Departamento de Ciências da reabilitação da faculdade de medicina da Universidade de Maryland.

### **Resultados Parciais**

Os dados coletados no BBS indicam melhoras no equilíbrio dos sujeitos da pesquisa, antes e depois da prática da dança, nos seguintes movimentos: sentar e levantar; ficar de pé sem apoio; sentar em um banco com as costas sem suporte, mas com os pés apoiados no chão; levar o braço estendido para frente de pé; pegar um objeto no chão de pé; virar para olhar para trás por cima do ombro direito e do esquerdo de pé; levar um pé à frente sem apoio de pé; colocar os pés alternadamente em um degrau ou banco em pé sem apoio.

Ocorreu melhora também no tempo de realização do teste TUG na maioria dos sujeitos de pesquisa. Nesse teste os sujeitos levantavam de uma cadeira com apoio, sem braços, caminhavam 3 metros, contornavam um objeto, voltavam rumo a cadeira e sentavam novamente.

Encontramos relações entre nossa experiência e o estudo realizado por Macko et al (2008), no qual foram investigados os efeitos de um programa de atividade física adaptada na função da mobilidade e na qualidade de vida de pacientes crônicos de AVC. Assim como em nossa pesquisa, as atividades realizadas em grupo no estudo referenciado colaboraram para a melhora no quadro funcional dos participantes.

### **Considerações Finais**

Os resultados obtidos oferecem uma série de reflexões que apontam para a

formatação de estratégias e atividades educativas em dança que permitam a inclusão de pessoas portadoras de necessidades especiais.

Considerando-se a quase inexistência na literatura de estudos relacionando a dança à pacientes de AVC, este estudo pode preencher uma lacuna no que concerne ao uso dessa forma artística como terapia complementar de reabilitação para esses pacientes. Além disso, os resultados obtidos poderão servir de base para futuras explorações acerca das qualidades específicas da dança como movimento expressivo executado a um pulso rítmico, as quais são tão pertinentes para a obtenção de ganhos máximos em mobilidade funcional (WOLFF, 2010; HACKNEY et al., 2007).

Destaca-se que esse estudo cria oportunidades para que os alunos do Curso de Licenciatura em Dança da UFRGS exercitem na prática as relações do ensino da dança com princípios pedagógicos delineados nos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997), principalmente o princípio da inclusão e dos temas transversais (saúde, ética e pluralidade cultural).

### Referências

- BERG, K., WOOD-DAUPHINEE, S., WILLIAMS, J., MAKI, B. Measuring balance in the elderly: validation of an instrument. **Canadian Journal of Public Health**, jul. ago./1992. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1468055?dopt=Abstract>>. Acesso em 24 fev. 2009.
- BRASIL, SECRETARIA DE EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Brasília, MEC/SEF, 1997.
- DAUDT, M.C.; DUGAS, C. Evaluation of a specific balance and coordination programme for individuals with traumatic brain injury, **Brain Injury**, v. 16, n. 3. p. 231-244, 2002.
- HACKNEY, M. E.; KANTOROVICH, S.; EARHART, G. M. A Study on the Effects of Argentine Tango as a Form of Partnered dance for those with Parkinson Disease and the Healthy Elderly. **American Journal of Dance Therapy**, v.29, n.2, p.112, dez. 2007.
- Richard F.**
- MACKO, R. F.; BENVENUTI, F.; STANHOPE, S.; MACELLARI, V.; TAVIANI, A.; NESI, B., WEINRICH, M.; STUART, M. Atividade Física Adaptativa melhora função da mobilidade e qualidade de vida na Hemiparesia crônica. **Journal of Rehabilitation Research & Development**, v. 45, n. 2, 2008, p. 323–328.
- PODSIADLO, D.; RICHARDSON, S. The timed “up & go”: a test of basic functional mobility for frail elderly persons, **Journal of the American Geriatrics Society**, n. 39, p.142- 148, 1991.
- WOLFF, S. S. **Momento de Transição: em busca de uma nova “Eu” dança**. 2010. 118 f. Tese (Doutorado). – Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Artes. Programa de Pós-Graduação em Artes. Campinas, 2010.