



## SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA XXVIII SIC

paz no plural



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2016: SIC - XXVIII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2016
<b>Local</b>	Campus do Vale - UFRGS
<b>Título</b>	DANÇA CIRCULAR COMO TERAPIA COMPLEMENTAR NO TRATAMENTO DO DIABETES MELLITUS
<b>Autor</b>	ISABELA ALVES RODRIGUES
<b>Orientador</b>	MARCELLO MASCARENHAS

# DANÇA CIRCULAR COMO TERAPIA COMPLEMENTAR NO TRATAMENTO DO DIABETES *MELLITUS*

ISABELA ALVES RODRIGUES, MARCELLO ÁVILA MASCARENHAS

Centro Universitário Metodista – IPA

**Introdução:** Estimando-se para o ano de 2030, cerca de 11,3 milhões de idosos diagnosticados com diabetes *mellitus* (DM) no Brasil. Com o crescimento do número de diabéticos, aumentam também, as complicações crônicas causadas pela doença, evidenciando a DM, como um problema de saúde pública. Assim, é preciso estimular os idosos à mudança de estilo de vida, controle e/ou redução do peso, dieta alimentar balanceada e a prática de atividade física regular. A dança apresenta-se como a atividade física mais procurada pelos idosos, tendo 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. **Materiais e métodos:** O estudo foi desenvolvido por um período de 12 semanas, nos meses de abril, maio e junho de 2015, com a realização de 50 minutos de dança cada encontro. Os instrumentos utilizados foram: análise do perfil sociodemográfico, escala de qualidade de vida (*Whoqol-Brief*), avaliação antropométrica e avaliação dos níveis glicêmicos na fase inicial e final da pesquisa. **Resultados e discussão:** Verificou-se que os perfis das participantes assemelham-se com os apresentados em outros estudos: idade média de  $69,63 \pm 4,5$  anos, ensino fundamental incompleto, renda de um salário mínimo, sobrepeso, e 45% tinham outras doenças crônicas associadas ao DM. Ao final do estudo, as participantes apresentaram pequena redução do peso corporal, circunferência abdominal e na glicemia casual. A pressão arterial sistólica apresentou melhor resultado com ( $p < 0,05$ ). Além dos aspectos biométricos, verificou-se que a da dança circular contribuiu também para a melhora dos aspectos psicológicos ( $p < 0,05$ ) das participantes. **Conclusão:** O estudo evidência que a dança circular contribui para promoção da saúde 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.