

DANÇA PARA PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON

Este trabalho apresenta considerações resultantes de um projeto de extensão intitulado “Dança para pacientes com Doença de Parkinson”, 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 6 indivíduos com Doença de Parkinson, que frequentam as aulas de dança duas vezes por semana, com duração de 1 hora. As atividades propostas 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. Optou-se por abordar o conteúdo através de uma aula com atividades cognitivas e criativas, buscando estimular a atenção e a interação com o outro, através do estilo de dança proposto. Os exercícios de aquecimento e alongamento, no início da aula, são utilizados para proporcionar a busca de novas e melhores maneiras de se movimentar no espaço com as possibilidades corporais disponíveis. Viabilizou-se também a progressão de movimentos – do mais simples ao mais complexo, do mais lento ao mais rápido –, para buscar a coordenação motora através de exercícios baseados nas técnicas de dança abordadas, além de incentivar a consciência corporal na busca do relaxamento e da tensão adequada para a realização de cada movimento, bem como se utilizar de diversas repetições com cautela e atenção de acordo com as necessidades e possibilidades de cada um. Embasados em estudos já realizados na área, e comparando com os resultados já obtidos pelo Projeto, acreditamos que há fortes indícios que apontam que a prática regular de Dança contribui para uma melhora da qualidade de vida dos indivíduos que possuem a Doença de Parkinson.