

RESUMO: Este trabalho apresenta considerações resultantes de um projeto de extensão intitulado “Dança para pacientes com Doença de Parkinson – 2ª Edição”, 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 11 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.