

TRABALHANDO A EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE COM A DANÇA WORKING PEOPLE IN HEALTH EDUCATION TO DANCE TRABAJANDO LA EDUCACIÓN POPULAR EN SALUD COM LA DANZA

Nancy Nay Leite de Araújo Lioila Batista¹; Rodrigo Santos do Monte²; Sandra Cecília de Souza Lima³; Alexandrina Raquel de Lima Marinho⁴; Deiana Keise Leite Sobral Moita⁵; Lorena de Oliveira Martins Lima⁶

RESUMO

OBJETIVO: Relatar a experiência do uso da dança como meio de se trabalhar Educação Popular em Saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS: As aulas de dança iniciaram em março de 2014, acontecem em espaços comunitários do bairro, duas vezes por semana, duração de 2 horas e média de participantes de 60 pessoas. Os professores de dança foram cedidos pela Fundação Cultural Monsenhor Chaves. O recrutamento dos idosos foi feito pelos profissionais da Estratégia Saúde da Família e NÁSF. Aproveita-se o momento de antes das aulas para se trabalhar questões

pertinentes ao processo Saúde-doença na pedagogia da Educação Popular em Saúde. **RESULTADOS:** Percepção da necessidade de mudanças de hábitos, da importância da atividade física, de alimentação saudável. Mudanças como uso de garrafinhas de água no momento da dança, roupas e calçados adequados. O grupo de participantes deixou de ser de idosos e une diversos ciclos da vida, como: adolescentes e adultos jovens.

Descritores: Dança, promoção de saúde, atividade física, educação popular.

ABSTRACT

OBJECTIVE: To report our experience of using dance as a means of working Popular Health Education

MATERIAL AND METHODS: Dance classes began in March 2014, held in community spaces neighborhood twice a week, lasting for 2 hours and an average of 60 people participating. The dance teachers were provided by Monsignor Keys Cultural Foundation. The recruitment of the elderly was done by the professionals of the Family Health Strategy and NASF. Takes advantage of the time before class

¹ Mestre em Enfermagem e Professora da Faculdade Santo Agostinho. E-mail: nancyloiola@uol.com.br.

² Acadêmico de Educação Física da Faculdade Aliança Maurício de Nassau. E-mail: Rodrigo_mont69@ymail.com.

³ Mestre em Saúde da Família, Fio Cruz/Universidade Federal do Ceará. E-mail: Sandra-hera@hotmail.com.

⁴ Nutricionista da Fundação Municipal de Saúde. Email: Alexandralm2.1@hotmail.com.

⁵ Fisioterapeuta da Fundação Municipal de Saúde. Email ddkeise@hotmail.com.

⁶ Psicóloga da Fundação Municipal de Saúde. E-mail: lorennaluaru@hotmail.com.

Artigo extraído de Relato de experiência na Unidade Básica de Saúde no Bairro Poti Velho em Teresina, Piauí, 2014: trabalhando a educação popular em saúde com a dança

to work with the relevant health-disease process in the pedagogy of Popular Education in Health issues **RESULTS:** Perception of the need to change habits. the importance of physical activity, healthy eating. Changes such as use of water bottles at the time of dancing, clothes and appropriate footwear. The group of participants stopped being elderly and unites several cycles of life. as adolescents and young adults.

Keywords: Dance. Health promotion. Physical activity. Popular education.

RESUMEN

OBJETIVO: Relatar la experiencia del uso de la danza como medio de se trabajar educación popular en salud.

MATERIALES Y MÉTODOS: Las clases de danza empezaron en marzo de 2014, ocurren en espacios comunitarios del barrio, dos veces por semana, duración de 2 horas y media de participantes de 60 personas. Los profesores de danza fueron cedidos por la fundación cultural Monsenhor Chaves. El reclutamiento de los mayores hecho por los profesionales de la estrategia salud de la familia y NASF aprovecha el momento anterior a las clases para trabajarse cuestiones referentes al

proceso salud enfermedad en la Pedagogía de la educación popular en salud. **RESULTADOS:** Percepción de la necesidad de cambios de hábitos de la importancia de la actividad física de alimentación saludable. Cambios como uso de botellitas de agua en el momento de la danza, ropa e calzados adecuados. El grupo de participantes dejó de ser de mayores y une variados ciclos de la vida, como: adolescentes y adultos jóvenes.

Descriptores: Danza, promoción de salud, educación popular.

INTRODUÇÃO:

A dança como forma de expressão corporal das emoções humanas ⁽¹⁾, vem desde os tempos primitivos ⁽²⁾. O corpo se torna um meio de comunicação empática com o mundo ⁽³⁾, um modo de existir, vivenciar e exprimir a relação do homem com a natureza, os deuses e a sociedade ⁽⁴⁾.

A dança é uma forma expressiva de movimentos guiados pela música, desperta emoções positivas, prazer e socialização ⁽⁵⁾. A dança como atividade física torna-se importante, pois age na necessidade de se promover mudanças no estilo de vida. O homem contemporâneo utiliza-se cada vez menos de suas

potencialidades corporais, fator decisivo no desenvolvimento de doenças degenerativas. Promover mudanças no estilo de vida, levando as pessoas a incorporarem práticas de atividade física no seu cotidiano, proporcionando oportunidades de envolvimento com atividades que resultem em gasto energético tornando os indivíduos mais ativos⁽⁶⁾.

A dança é um fenômeno polissêmico, passível de múltiplas configurações sociais como espetáculo, comunicação, ritualização, terapia, estilo de vida e exercício. Pode ser considerada como uma manifestação antropológica e artística. Hoje a dança é considerada uma área de conhecimento autônoma com cursos específicos de formação acadêmico científica e profissional⁽⁷⁾.

Dançar como um modo de existir, conhecimento, arte e religião compõem a dádiva e celebração do viver. Dançar como o estabelecimento de uma ativa relação entre o homem e a natureza. “A dança é um modo de existir”. Não apenas jogo, mas celebração, participação e não espetáculo. A dança está presa à magia e à religião, ao trabalho, à festa, ao amor e à morte. Os homens não sabem todos os momentos solenes de sua existência: A

guerra e a paz, o casamento e os funerais, a sementeira e a colheita⁽⁸⁾. Dançar é uma das manifestações culturais mais antigas da história humana, o primeiro registro de ação de dança possui cerca de 14000 anos e compunha um ato sagrado por isso pode-se propor que a mesma desde a pré-história, sempre esteve presente no mundo humano. Cada comunidade dançou e dança de forma diferente com gestualidades e aspectos culturais muito específicos⁽⁹⁾.

Educação vem do termo em latim “educare” que significa tirar, de dentro para fora. Refere-se ao processo de tirar de dentro de uma pessoa alguma coisa que já está dentro, presente na pessoa. Esse conceito vai estar na essência da Educação Popular⁽¹⁰⁾.

A Educação Popular é uma educação libertadora, esperançosa que preserva a nossa cultura, valoriza as nossas capacidades e permite desenvolver as nossas potencialidades⁽¹¹⁾. O uso da arte e da cultura local como meio de diálogo, permite uma maior abertura entre as pessoas, que passam a se identificar com o conteúdo, aproximando-as de sua realidade⁽¹²⁾.

A Educação Popular compreende que a identidade cultural é a base do

processo educativo e que o “respeito ao saber popular implica necessariamente o respeito ao contexto cultural”⁽¹³⁾.

A Educação Popular possibilita uma experiência de compartilhar o aprender e o saber que vai além da leitura da palavra, levando o educando a aprender a ler de maneira crítica e criativa o seu mundo, a sua própria vida ⁽¹⁴⁾.

Dentro das teorias sociais situa-se a Educação Popular por acreditar que a educação possa contribuir para a transformação social, desempenhando papel fundamental na reconstrução da sociedade, pois considera a cultura e a vida cotidiana das pessoas ⁽¹⁵⁾.

Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência do uso da dança como meio de se trabalhar Educação Popular em Saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS:

A experiência iniciou em março de 2014, no bairro Poti Velho, que se localiza na zona norte de Teresina-Pi, e tem como característica situar-se entre os rios Poti e Parnaíba, possuir uma cultura rica como a dança do boi e a culinária de peixes típicos da região como as piabas. A musicalidade e a dança são muito presentes no cotidiano desta comunidade.

O projeto das aulas de dança para os idosos e comunidade em geral foi criada pelo Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) como parte de suas atividades de promoção em saúde. As aulas acontecem em espaços comunitários do bairro, duas vezes por semana, duração de 2 horas e média de participantes de 60 pessoas. São divididas em aquecimento inicial, parte principal (dança propriamente dita) e finaliza com a volta calma que são exercícios de relaxamento para diminuição da frequência cardíaca e pressão arterial aos valores mais próximos do inicial. Os professores foram cedidos pela Fundação Cultural Monsenhor Chaves em parceria com a Fundação Municipal de Saúde. O recrutamento dos idosos foi feito pelas enfermeiras e Agentes Comunitários da Estratégia Saúde da Família e profissionais do NÁSF da Unidade Básica de Saúde do Poti velho. Aproveita-se o momento de antes das aulas para se trabalhar questões pertinentes ao processo Saúde-doença na pedagogia da Educação Popular em Saúde.

RESULTADOS:

Pode-se perceber que através da dança como instrumento de Educação

Popular em Saúde as pessoas sentem a necessidade de mudanças de hábitos, da importância da atividade física, de alimentação saudável, controle do peso, glicemia e da pressão arterial. Algumas mudanças nos participantes do grupo de dança são visíveis a olho nu como uso de garrafinhas de água no momento da dança, roupas e calçados adequados. Das aulas constituiu-se num grupo de danças, no qual os participantes deixaram de ser apenas de idosos e une todas as gerações como adolescentes, adultos e idosos contribuindo assim para uma melhor interação entre os diversos ciclos da vida. O grupo atualmente é convidado para realizar apresentações em diferentes eventos, pois os integrantes sentem-se confiantes, capazes e estimulados a se apresentarem ao público. Conta com a participação de um único homem.

Para Fonseca ⁽⁵⁾ a dança desperta emoções positivas, prazer e socialização. A dança vem contribuir na melhora e ou manutenção de várias dimensões que estão inseridas na qualidade de vida, entre elas a integração social, a adaptação as condições pré-existentes e aptidão funcional ⁽¹⁶⁾.

Paiva ⁽¹⁷⁾ refere os benefícios advindos da prática regular de atividade

física, neste caso em particular da dança. O trabalho com a dança facilita a orientação têmporo espacial, a consciência corporal, prática mental e a capacidade funcional permitindo a promoção da saúde através da aprendizagem de uma diversidade de movimentos e ritmos,

CONCLUSÃO:

Conclui-se que dançar ajuda na redução dos sintomas de depressão, pois favorece a integração social; estimula a criatividade, facilita a orientação têmporo espacial, a consciência corporal, prática mental e a capacidade funcional permitindo a promoção da saúde através da aprendizagem de uma diversidade de movimentos e ritmos.

Por melhorar a capacidade funcional a dança proporciona aos participantes a realização de tarefas diárias que não conseguiam mais realizar.

A experiência suscita a necessidade de se estimular a participação do sexo masculino no grupo de danças.

O uso da arte e da cultura local como meio diálogo, permite uma maior abertura entre as pessoas, que passam a se identificar com o conteúdo debatido, aproximando-as de sua realidade.

O momento da aula de dança e a própria atividade de dançar propiciam oportunidade de se trabalhar educação popular em Saúde, na qual o conhecimento e o desejo de transformar a realidade são construídos coletivamente. As pessoas se descobrem como sujeitos protagonistas de seu próprio processo de Saúde e adoecimento, de suas próprias vidas, sujeitos de suas histórias.

REFERÊNCIAS:

1. Simões M, Impolcetto FM. Possibilidades para o desenvolvimento da dança e do ballet clássico nas aulas de Educação Física escolar. Revista digital efdeportes.com [Internet]. 2009 ago; 14(135). Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd135/danca-nas-aulas-de-educacao-fisica-escolar.htm>.
2. Silva SS. A dança sentidos e significados. Revista Digital efdeportes.com [Internet]. 2009 dez; 14(139). Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd135/danca-nas-aulas-de-educacao-fisica-escolar.htm>
3. Brasileiro LT, Marcassa LP. Linguagem do corpo: dimensões expressivas e possibilidades educativas da ginástica e da dança. Pro-Posições. 2008 set-dez; 19(3): 195-207.
4. Garaudy R. Dançar a Vida. 4. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
5. Fonseca CC. Análise do esquema corporal e imagem corporal na dança de salão e seus aspectos motivacionais [dissertação]. São Paulo: Universidade São Judas Tadeu; 2008.
6. Assumpção LOT, Moraes PP, Fontoura H. Relação entre atividade física, saúde e qualidade de vida. Notas introdutórias. Revista digital efdeportes.com. [Internet]. 2002 set; 8(52). Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd52/saude.htm>.
7. Ferreira NSA. As pesquisas denominadas "estado da arte". Educ. Soc. 2002 aug; 23(79): 257-72.
8. Morandi C. O descompasso da dança e da educação física. In: Strazzacappa M, Morandi C. Entre a arte e a docência: a formação do artista da dança. Campinas: Papyrus; 2006.
9. Garaudy R. Dançar a vida. 7.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
10. Lima LMM. Educação Popular: O que é isso? Seminário Práticas Alternativas de Educação, Políticas Públicas e Desenvolvimento Sustentável, Bahia, 2004.
11. Freire P. Pedagogia da Autonomia. Saberes necessários a prática educativa. São Paulo: Editora Paz e Terra, 2004.
12. Lima WF, Filho JVAL, Almeida TAM. Cultura, autonomia e saúde: a experiência da implantação do Núcleo de Educação Popular em saúde em Olinda,

Pernambuco (NEPS/PE). Saúde para Debate, Rio de Janeiro, n. 42, p. 118-123, 2008.

13. Freire P, Pedagogia do oprimido. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1975.
14. Santos AS (Org.). Curso Educação Popular em Saúde. Rio de Janeiro, ENSP, 2013.
15. Bertrand Y. Teorias Sociais.In.: Bertrand Y. Teorias Contemporâneas da Educação. Lisboa: Instituto Piaget. 2001. p 151-197.
16. Bourgier P. História da dança no Ocidente. 2.ed. Appenzeller M, tradutora. São Paulo: Martins Fontes; 2001.
17. Paiva ACS, Hernandez ES, Sebastião E, Quadros Junior AC, Cury M, Costa JLR, et al. Dança e envelhecimento: uma parceria em movimento. Rev. bras. ativ. fís. saúde. 2010; 15(1): 70-2.

Sources of funding: No
Conflict of interest: No
Date of first submission: 2015-01-18
Last received: 2015-01-18
Accepted: 2015-02-09
Publishing: 2015-03-31

Corresponding Address

Nancy Nay Leite de Araújo Loiola Batista
Rua Irmã Cândida n 2844, Real Copagre
CEP 64007640, Teresina-PI.
E-mail: nancyloiola@uol.com.br. Teresina /PI.
Fone:(86)99825217