



## PROMOVENDO SAÚDE ATRAVÉS DA CULTURA DA DANÇA: UMA PROPOSTA DE PESQUISA

Itamar Micaíl Santana de Fraga <sup>1</sup>, Luciane Maria Schimdt Alves<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Acadêmico de Enfermagem da Universidade de Santa Cruz do Sul - UNISC

e-mail: [itamar@mx2.unisc.br](mailto:itamar@mx2.unisc.br)

<sup>2</sup>Docente da Universidade de Santa Cruz do Sul - UNISC

**INTRODUÇÃO:** Promoção da Saúde possui um conceito amplo, complexo e em constante processo de construção, podendo ser entendida como as condições de vida de um sujeito e como uma estratégia oriunda de conhecimentos técnicos ou populares, utilizada para enfrentar diferentes empecilhos que a população encontra no âmbito da saúde. Falar em saúde, muitas vezes, pode estar desconexa com o ato de dançar, mas a prática da dança pode ser considerada estrategicamente eficaz, pois envolve o bem-estar físico, psicológico, emocional e social, que estão relacionados à manutenção da autonomia e também da dignidade, além de contribuir como fator positivo na redução dos riscos de morbimortalidade em várias doenças crônicas, o que resulta em uma melhor qualidade de vida, nesse sentido, a prática da dança promove relaxamento, colabora com a diminuição do estresse, da ansiedade e beneficia o estado de humor das pessoas. Com relação aos benefícios sociais a curto prazo ajuda a desenvolver um cenário mais ativo na sociedade, proporcionando melhora nas relações sociais e interculturais; como expectativas de longo prazo, colabora positivamente na integração entre as pessoas, promovendo novos laços de amizade, ampliando contatos nas redes sociais e culturais, o que resulta em maior participação na vida em sociedade, integrando pessoas de várias gerações. Sendo assim, dançar é uma atividade que contribui para a melhoria das condições de saúde.

**OBJETIVOS:** Investigar a percepção dos dançarinos sobre a relação da prática da dança com promoção da saúde; conhecer o perfil sociodemográfico dos dançarinos ligados a grupos culturais; analisar o entendimento dos dançarinos sobre promoção da saúde; analisar a motivação e a importância da prática da dança para a vida desses indivíduos.

**METODOLOGIA:** A pesquisa será qualitativa, descritiva e exploratória. Os dançarinos das entidades tradicionalistas (Centro de Tradições Gaúchas (CTG) e Departamento de Tradições Gaúchas (DTG) pertencentes do Estado do Rio Grande do Sul (RS), serão convidados aleatoriamente por terem grupos de danças adultos participantes de festivais e concursos de danças. Estima-se que serão respondidos 10 questionários por entidade tradicionalista, sendo o número total da

amostra definida por saturação de dados. O questionário qualitativo será respondido através de link disponibilizado no formato on-line no sistema Google Forms. Os critérios de inclusão são: ser maior de 18 anos, ter registro identificado pelo número do cartão tradicionalista e participar de grupo de danças no mínimo há 3 anos. Os locais onde serão realizadas as pesquisas são: CTG Candeeiro da Amizade Vera Cruz; CTG Os Gaudérios, Cachoeira do Sul; CTG Lanceiros de Santa Cruz, Santa Cruz do Sul; CTG Brigadeiro Raphael Pinto Bandeira, Rio Grande; DTG Noel Guarany, Santa Maria; CTG Rincão da Carolina, Santana do Livramento; CTG Raul Silveira, Canguçu; CTG Negrinho do Pastoreio, Caxias do Sul; União Gaúcha João Simões Lopes Neto e CTG Carreiros do Sul ambos da cidade de Pelotas. Após a coleta, os dados serão submetidos a análise temática, proposta por Minayo (2014). A pesquisa foi encaminhada ao Comitê de Ética da UNISC e respeitará todos os preceitos éticos. RESULTADOS ESPERADOS: Espera-se que este estudo possa dar maior visibilidade a sociedade no geral sobre a importante relação da prática da dança com a promoção da saúde, trazendo reflexões sobre a cultura da dança em CTGs e a importância dessa prática para a vida desses indivíduos.

**PALAVRAS CHAVE:** dança, promoção da saúde, enfermagem, dançarinos amadores.