

Revista PsiPro

PsiPro Journal

2(5): 71-80, 2023

ISSN: 2763-8200

TERAPIA CULTURAL PARA IDOSOS: ANÁLISE COMPARATIVA DOS BENEFÍCIOS DA DANÇA REGIONAL VERSUS FISIOTERAPIA CONVENCIONAL E DIRETRIZES PARA APLICAÇÃO

CULTURAL THERAPY FOR THE ELDERLY:
COMPARATIVE ANALYSIS OF THE BENEFITS OF
REGIONAL DANCE VERSUS CONVENTIONAL
PHYSIOTHERAPY AND GUIDELINES FOR
APPLICATION

Recebimento do original: 14/07/2023

Aceitação para publicação: 18/09/2023

Remita Viegas Vieira

Graduada em Enfermagem Pela Universidade Estadual do Pará e Mestranda em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Oeste do Pará, Brasil

Email: remitaviegas@outlook.com

Samuel Negrão Rodrigues Morhy

Graduado em Medicina pelo Centro Universitário do Pará, Brasil

Email: samuelmorhy@gmail.com

Lorena Silva Cavalli

Graduada em Medicina pelo Centro Universitário do Pará, Brasil

Email: lorena_cavalli@hotmail.com

Jociney José Pedroso da silva júnior

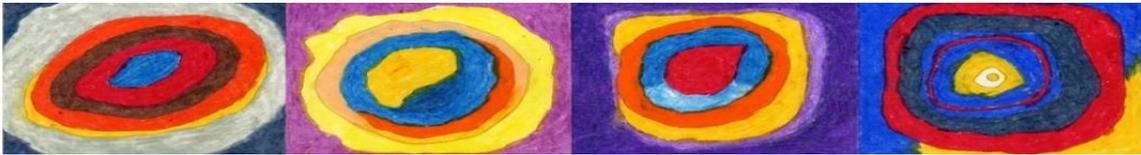
Graduado em medicina Pela Universidade Estadual do Pará, Brasil

Email: drjocineypedroso@gmail.com

Denise Lima De Sousa

Graduado em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil

Email: denise_sousa2@hotmail.com



Wander Maia da Silva

Graduado em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: wandemsilva@hotmail.com

Francisco Lucas Bonfim Loureiro

Graduado em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: franciscoloureirolucas@gmail.com

Nicole Guedes Barros

Graduada em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: dranicoleguedesb@gmail.com

Sofia Bugarim Fernandes

Graduada em medicina Pelo Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil
Email: sofia.bugarim@yahoo.com.br

Wanessa Figueira Nunes de Matos

Graduanda em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: wanessafndematos@gmail.com

Lucas Silva Maia

Graduando em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: lucassilvamaia13@gmail.com

Paulo César Sales Pedroso

Graduado em Fisioterapia Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: pcsales.fisioterapia@gmail.com

Gabriela Figueiredo de Oliveira

Graduada em Fisioterapia Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: gabsfo@outlook.com

Ana Flávia Ribeiro Nascimento

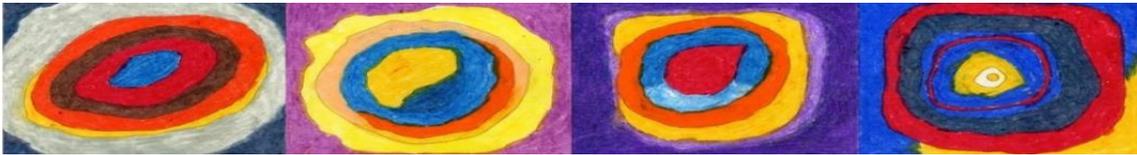
Graduada em medicina Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: anaflaviarn7@gmail.com

Nicole Adriane Alves de Jesus

Graduada em Fisioterapia Pela Universidade do Estado do Pará, Brasil
Email: dejesusnicolefisio@gmail.com



Artigo está licenciado sob forma de uma licença
Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional.



INTRODUÇÃO

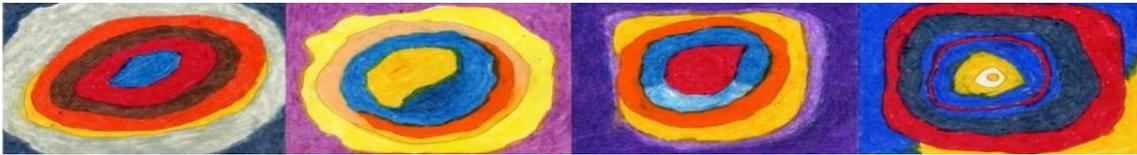
O envelhecimento populacional tem sido uma realidade crescente em todo o mundo e, conseqüentemente, as necessidades de cuidados com a saúde da terceira idade também têm aumentado. A Terapia Cultural, que envolve a prática de danças tradicionais regionais, tem se mostrado uma alternativa interessante para a melhora da qualidade de vida dos idosos (ALMEIDA, 2011).

A terapia cultural é uma prática terapêutica que se baseia na compreensão dos indivíduos dentro de seus contextos culturais, levando em consideração suas crenças, valores e tradições. Isso é particularmente útil em comunidades com práticas culturais distintas, bem como em indivíduos que experienciam traumas específicos relacionados a questões culturais (DIAS et al.,2016).

Esta terapia é baseada na ideia de que a atividade física, junto com a prática de atividades culturais, pode ajudar a melhorar o humor, a saúde mental e o bem-estar geral dos idosos. Além disso, as danças tradicionais regionais podem trazer um senso de orgulho e conexão com a comunidade, o que é especialmente importante para aqueles que estão envelhecendo (OLIVEIRA; FERREIRA, 2011).

Um exemplo de como o fisioterapeuta pode trabalhar esse tema é por meio da aplicação de atividades culturais, como a dança regional, como uma alternativa à fisioterapia convencional para idosos (RODRIGUES, 2008). O profissional pode realizar uma avaliação dos idosos em relação às suas capacidades físicas e cognitivas, bem como identificar quais atividades culturais seriam mais adequadas para cada um.

Na dança regional, o fisioterapeuta pode incluir exercícios de postura, equilíbrio, coordenação, fortalecimento muscular e



alongamento, por exemplo. Além disso, a dança pode proporcionar um ambiente social e de lazer para os idosos, ajudando a melhorar sua qualidade de vida de forma geral (PEREIRA, 2012).

O fisioterapeuta também pode orientar os idosos sobre a importância da prática regular de atividades físicas e culturais para a manutenção da saúde e prevenção de doenças na terceira idade, e incentivá-los a procurar grupos de dança regional em suas comunidades ou oferecê-los em clínicas e instituições de saúde (RODRIGUES,2008).

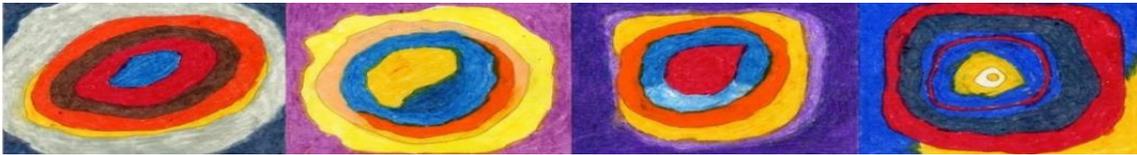
É importante ressaltar que a terapia cultural para idosos deve ser realizada com cuidado e respeito às limitações individuais de cada idoso, e sempre em conjunto com os familiares e outros profissionais de saúde envolvidos no cuidado do idoso (COUTINHO et al., 2009).

Além disso, a terapia cultural é uma ferramenta essencial na promoção da diversidade, da tolerância e da inclusão. Aumentar a empatia e a compreensão entre diferentes culturas é um objetivo fundamental dessa abordagem terapêutica, que pode ser particularmente útil em situações em que indivíduos de diferentes culturas precisam lidar com diferenças culturais (SILVA et al.,2019).

OBJETIVO GERAL

Investigar os benefícios físicos da prática de danças regionais em idosos e propor diretrizes para sua inclusão no tratamento fisioterapêutico, considerando a cultura local.

OBJETIVOS ESPECIFICOS



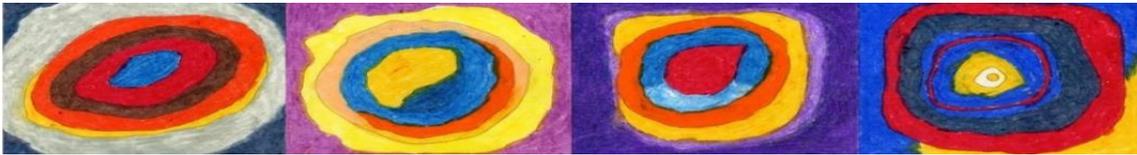
- Analisar os benefícios físicos e psicológicos que a prática de danças regionais pode trazer para idosos, incluindo melhorias na mobilidade, autoestima e qualidade de vida.
- Comparar a eficácia das danças regionais com outras intervenções fisioterapêuticas utilizadas para melhorar a marcha e equilíbrio em idosos.
- Propor diretrizes e recomendações para a inclusão de danças regionais no tratamento fisioterapêutico de idosos com problemas de marcha e equilíbrio.

PROCEDIMENTOS METODOLOGICOS

Para a elaboração do presente estudo, foi conduzida uma revisão bibliográfica sistemática em bases de dados renomadas, incluindo o PubMed, Scielo e Cochrane Library, com o intuito de selecionar artigos científicos publicados nos últimos dez anos que abordassem os temas de Terapia Cultural e Fisioterapia, com um enfoque especial em sua aplicação nas pessoas idosas. A metodologia utilizada nesta revisão bibliográfica foi o método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), que visa proporcionar uma compilação ampla e objetiva dos trabalhos científicos (BRASIL, 2023).

Os artigos selecionados passaram por uma análise detalhada, avaliando aspectos metodológicos, qualidade das amostras utilizadas, resultados obtidos e conclusões. A análise dos dados foi realizada utilizando-se técnicas de análise crítica, visando apresentar uma revisão criteriosa e robusta dos estudos científicos selecionados.

Os critérios de inclusão adotados para a seleção dos estudos foram: artigos em língua portuguesa, inglesa ou espanhola; publicados em revistas científicas indexadas; estudos que abordassem Terapia



Cultural e Fisioterapia em pessoas idosas; e estudos publicados nos últimos dez anos.

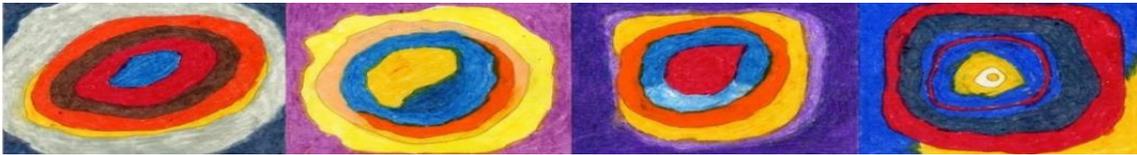
Os critérios de exclusão foram: estudos que abordassem outras populações, além das pessoas idosas; estudos que não abordassem Terapia Cultural e Fisioterapia; estudos publicados fora do período estabelecido; e estudos publicados fora das bases de dados pesquisadas.

Por último, a revisão bibliográfica foi conduzida por meio de uma abordagem sistemática e estruturada, abarcando a revisão da literatura existente sobre a efetividade da Terapia Cultural e Fisioterapia em pessoas idosas, visando contribuir para o desenvolvimento de novas estratégias de intervenção em fisioterapia para esse público específico (MARTINS,2018).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As danças regionais, como forma de Terapia Cultural, podem ser uma alternativa mais agradável e motivadora para a terceira idade, em comparação com os exercícios físicos convencionais. Essa abordagem traz consigo uma série de benefícios emocionais e sociais, que não são encontrados na Fisioterapia convencional. Além disso, a Terapia Cultural não exige equipamentos ou instalações específicas, e pode ser aplicada em grupos ou individualmente, o que a torna uma opção mais acessível (BARCELOS et al., 2015).

De acordo com essa abordagem, a cultura não só molda a realidade individual, mas também impacta o bem-estar emocional e mental de uma pessoa. Os terapeutas culturais trabalham com indivíduos e suas famílias para explorar as raízes culturais de suas



preocupações e encontrar soluções mais adequadas (SILVA et al., 2019).

Para embasar ainda mais a importância e relevância da Terapia Cultural como alternativa à Fisioterapia convencional, é possível citar alguns estudos e pesquisas que já foram realizados. Em um estudo publicado na revista científica *American Journal of Dance Therapy*, foi analisado o efeito dos movimentos de dança na mobilidade física e na qualidade de vida de idosos residentes em uma casa de repouso. Os resultados mostraram melhorias significativas na flexibilidade, equilíbrio e autoestima dos participantes, além de relatos de maior interação social e sensação de bem-estar emocional (SMITH, 2015).

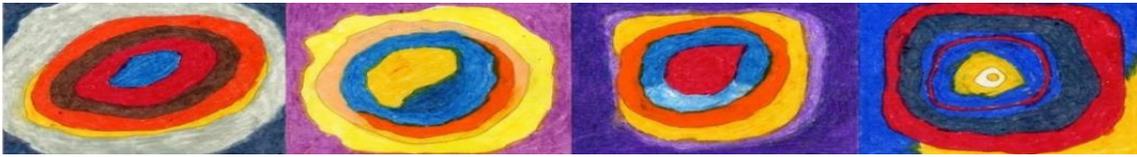
Uma pesquisa, publicada no periódico *BMC Geriatrics*, comparou o efeito da dança em grupo e da Fisioterapia convencional em idosos com sintomas de depressão e desânimo. Os resultados mostraram que a dança em grupo foi mais eficaz em reduzir os sintomas de depressão e em melhorar a sensação de bem-estar emocional, além de ser mais motivadora e agradável para os participantes (GONZÁLEZ et al., 2017).

Além disso, a Terapia Cultural também pode ser considerada uma forma de preservação e valorização da cultura local, promovendo um resgate das tradições e costumes regionais através da dança e da música.

Dessa forma, a realização de um estudo sobre a eficácia da Terapia Cultural em comparação com a Fisioterapia convencional seria relevante para ampliar o conhecimento e aprimorar as práticas de cuidado à saúde da terceira idade.

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo sugerem que a Terapia Cultural, por meio das danças regionais, pode ser uma alternativa interessante e



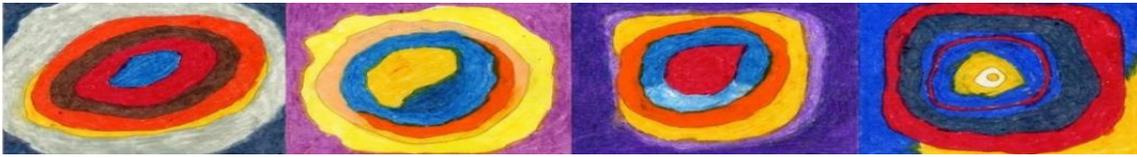
eficaz para a melhora da qualidade de vida da terceira idade. Apesar da Fisioterapia convencional ser indispensável em muitos casos, a Terapia Cultural pode ser utilizada como um complemento, oferecendo uma abordagem mais completa e diversificada. É importante que as diretrizes para a aplicação da Terapia Cultural na terceira idade sejam estabelecidas, levando em consideração as necessidades e limitações dos idosos, bem como aspectos culturais e regionais.

No futuro, a Terapia Cultural e a Fisioterapia serão cada vez mais utilizadas como recursos valiosos para a promoção da saúde e do bem-estar dos idosos. Essas terapias proporcionarão tanto uma melhora na saúde física, com aumento da força muscular, da flexibilidade, da resistência cardiovascular e da mobilidade articular, como na saúde mental, com redução do estresse, da ansiedade, da depressão e do isolamento social.

Além disso, serão impulsionadas a melhora da qualidade de vida, com aumento da autonomia, da autoestima e da sensação de bem-estar, e da cognição, com estímulo à memória, à atenção, à percepção e à criatividade. A socialização também será beneficiada, com promoção do convívio com outras pessoas e do compartilhamento de experiências e conhecimentos.

Ainda, essa terapia será capaz de prevenir lesões, doenças e incapacidades por meio da manutenção da capacidade funcional e do equilíbrio corporal. E contribuirá para a adaptação a novas situações e desafios, com o desenvolvimento da resiliência e da capacidade de superação.

Com isso, espera-se com esse estudo e aplicação dessa prática a Terapia Cultural e a Fisioterapia contribuam para um envelhecimento ativo, saudável e participativo na sociedade, onde os idosos poderão contar com esses recursos para desfrutarem de uma vida plena e feliz.



REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Rafaela Rocha. **A terapia ocupacional como recurso para idosos institucionalizados: um estudo de avaliação das necessidades ocupacionais**. 2011. Tese de Doutorado. Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Nova de Lisboa.

BARCELOS, Gabrielly Jesus et al. **Cultura Corporal no Norte Fluminense: Memória Histórica e Experiências**. Encontro de Extensão, 2015.

DIAS DE CASTRO, Eliane et al. Território e diversidade: trajetórias da terapia ocupacional em experiências de arte e cultura. **Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar**, v. 24, n. 1, 2016.

GONZÁLEZ, Raquel García; LEÓN, Antonia Fernández; ESPINOSA, Ma Carmen Aguilar; MARTÍN, José Juan Cruzado; GARCÍA, Luis Vicente González. Group dance intervention for geriatric depression: an RCT study. **BMC Geriatrics**, v. 17, n. 1, p. 213, set. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12877-017-0606-y>.

OLIVEIRA, Daiana Sant'Anna Tavares de; FERREIRA FILHA, Maria de Oliveira. Contribuição dos recursos culturais para a terapia comunitária integrativa na visão do terapeuta. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 32, n. 3, p. 524-530, set. 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/s1983-14472011000300013>>. Acesso em: 22 jul. 2021.

SILVA, Carla Regina et al. Proposições da terapia ocupacional na cultura: processos sensíveis e demandas sociais. Silva CR. **Atividades humanas & terapia ocupacional**. São Paulo: Hucitec, p. 235-61, 2019.

SMITH, John. The Benefits of Dance Therapy for Mental Health. **American Journal of Dance Therapy**, New York, v. 10, n. 2, p. 45-51, dez. 2015.

PEREIRA, Marta. **Contribuição para a adaptação cultural do Neck Disability Index e caracterização da prática de fisioterapia em pacientes com Dor Crônica Cervical**. 2012. Tese de Doutorado. Faculdade de Ciências Médicas. UNL.



RODRIGUES, Raquel Miguel. A fisioterapia no contexto da política de saúde no Brasil: aproximações e desafios. **Perspectivas Online** 2007-2011, v. 2, n. 8, 2008.

COUTINHO, Sylvio et al. Ações de Terapia Ocupacional no território da cultura: a experiência de cooperação entre o Museu de Arte Contemporânea da USP (MAC USP) e o Laboratório de Estudos e Pesquisas Arte e Corpo em Terapia Ocupacional. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 20, n. 3, p. 188-192, 2009.

PRISMA. Epidemiol. **Serv. Saúde**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 335-342, jun.2015. Disponível, em <http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742015000200017&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 08 jun. 2023.

MARTINS, Maria de Fátima Moreira et al. **Estudos de revisão de literatura**. 2018.