

CONTRIBUIÇÃO DA DANÇA PARA INCLUSÃO SOCIAL DE IDOSOS

Murilo Ribeiro Rocha¹
Guilherme de Paula Castro²
Gustavo Faustino Gonçalves³
Layra de Souza Feitosa⁴
Vitor Hugo Alves Fernandes⁵
Brunna Thais Reis Sales⁶

RESUMO

O processo de envelhecimento é de constante declínio, onde o idoso sofre mudanças físicas, cognitivas e motoras, fazendo com que ele se sinta incapaz de retomar uma vida socialmente ativa por conta de suas limitações funcionais, assim gerando o isolamento e sedentarismo. O objetivo da pesquisa é analisar a contribuição da dança como meio para inclusão de idosos no meio social. Trata-se de uma revisão de literatura que consiste em reunir, analisar e discutir 5 artigos sobre o tema, entre os anos de 2021 a 2025 utilizando a plataforma de busca Google acadêmico. Os quatro primeiros artigos dizem que a aplicação da dança beneficia o idoso a se integrar novamente ao meio social pois é uma atividade física que proporciona ao público idoso o cuidado ao corpo, movimentos corporais, processo de autoestima e expressão de sentimentos. Já em outro estudo, entretanto, apontaram que idosos que praticam dança em um grupo de convivência apresentam níveis satisfatório de qualidade de vida, que as participações em grupos sociais contribui para o bem estar geral, socialização, inclusão social e comunicação ao integrar o idoso a um grupo. Concluímos que a dança contribui para a inclusão social do idoso ao fazer ele se sentir integrado novamente na sociedade por ser muitas vezes realizada em grupos fazendo com que a interação social e atividade física se torne parte do cotidiano, e que além de benefícios sociais a dança contribui também para a saúde e qualidade de vida da pessoa idosa.

Palavras-chave: Dança; Socialização; Terceira Idade;

¹ Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Universo Goiânia.

² Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Universo Goiânia.

³ Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Universo Goiânia.

⁴ Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Universo Goiânia.

⁵ Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Universo Goiânia.

⁶ Docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Universo Goiânia.