A DANÇATERAPIA COMO ESTRATÉGIA NA PROMOÇÃO DE SAÚDE DO ADOLESCENTE: UM ESTUDO DE REVISÃO

[1]Josué Tadeu Lima de Barros Dias

[1]Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). Petrolina, Pernambuco, Brasil.

Área temática: Educação Física
Link do ORCID do 1º autor (campo opcional): https://orcid.org/0000-0002-8689-4169

INTRODUÇÃO: O Brasil passa rapidamente pela globalização e industrialização, o que causa alterações populacionais, culturais e de saúde. A tecnologia moderna parece elevar o índice de sedentarismo entre jovens e predispondo-os, entre outros males, à obesidade, depressão e ansiedade. A dançaterapia é uma terapia psicodinâmica da família das terapias expressivas que busca na mesma intensidade o certo e errado, a queda e o auge, a lembrança e o esquecimento, a partir do movimento corporal, do som, do gesto, do ritmo, da emoção e do silêncio. **OBJETIVO:** Portanto, este trabalho teve como objetivo avaliar as publicações referentes promoção da saúde, aplicabilidade e os benefícios da dançaterapia na saúde do adolescente. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada com publicações entre 2015 e 2022, nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico combinando os descritores: dança; terapia e adolescentes. A análise temática foi organizada em três categorias: Dança Circulares, Dança de Roda e Dança Livre que abordam o tema e após seleção criteriosa, foram incluídos estudos em português, inglês e espanhol e excluídas revisões de literatura. **RESULTADOS:** A terapia pela dança teve impacto positivo em todos os estudos, independente da abordagem utilizada. Foram encontrados 14 artigos relacionando a dança e a melhora na saúde física e mental dos adolescentes, sendo atribuída ao aumento da afetividade, reconhecimento do próprio corpo e seu domínio próprio, controle de níveis hormonais associados à depressão e ansiedade, sociabilidade, gerando bem-estar físico, mental e social. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A dançaterapia favorece a inclusão social, perceptível pelo desenvolvimento e evolução dos participantes em ambientes familiar, escolar e social, relatados por pessoas do convívio deles. Portanto, a dança atua de maneira substancial no cotidiano dos praticantes, entretanto, verifica-se uma necessidade de mais pesquisas controladas para construirmos uma visão mais consistente sobre intervenções com dança, ponderando a estrutura científica racionalista em que se pauta nossa visão de saúde, que dificulta a valorização da arte enquanto ferramenta terapêutica.

Palavras-chave: Dançaterapia; Promoção de Saúde; Saúde do Adolescente.