

## PROJETO DANÇA E PARKINSON/UFRGS: EXPERIÊNCIAS PRÁTICAS E EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 2ª edição, de 19/04/2021 a 22/04/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-96-9

**DUARTE; Maria Vitória Andrezza<sup>1</sup>, HAAS; Aline Nogueira<sup>2</sup>, DELABARY; Marcela dos Santos<sup>3</sup>, PEREIRA; Djefri Ramon<sup>4</sup>, WOLFFENBUTTEL; Mariana<sup>5</sup>**

### RESUMO

A doença de Parkinson (DP) é a segunda mais prevalente enfermidade neurodegenerativa em todo o mundo (ELBAZ et al., 2016). Ela é progressiva e crônica, causando diversos sintomas motores e não-motores que impactam negativamente na qualidade de vida (QV). A dança, quando associada ao tratamento medicamentoso, pode ser considerada uma terapia de reabilitação complementar para pessoas com DP. Estudos e revisões sistemáticas têm demonstrado que a dança pode proporcionar melhorias nos aspectos motores e não-motores da DP, assim como, na QV. O objetivo desse relato de caso e experiência é descrever as experiências práticas e evidências científicas do projeto de extensão vinculado à pesquisa “Dança & Parkinson”, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). O projeto “Dança & Parkinson” ocorre na Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança (ESEFID) da UFRGS. O mesmo encontra-se na sua 6ª edição e recebe pessoas diagnosticadas com DP provenientes da APARS (Associação de Parkinson do Rio Grande do Sul), Clínica de Fisioterapia da UFRGS e Hospital de Clínicas de Porto Alegre, encaminhadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Participam do projeto 20 pessoas com DP, seus familiares e/ou cuidadores, e alunos de graduação, mestrado e doutorado da ESEFID/UFRGS. As aulas de dança são gratuitas e ocorrem duas vezes por semana, com duração de 1 hora. As atividades das aulas de dança são planejadas visando a melhora da qualidade de vida e do bem-estar dos participantes. Para que os objetivos da aula sejam atingidos, a mesma é dividida em três partes. A primeira parte é composta por um aquecimento articular, realizado sentado em uma cadeira. Na segunda parte, são ministradas atividades na posição em pé que visam o fortalecimento, equilíbrio e ritmo, segurando a parte de trás da cadeira, que serve como “barra” para apoio das mãos. Na terceira parte, são ministrados passos básicos de Samba e Forró, e, também, são propostas atividades de improvisação em pequenos e grande grupo que estimulam a criatividade, imaginação e memória. Devido à pandemia da COVID-19, a partir de abril de 2020, as aulas de dança ofertadas no projeto passaram a ser ministradas no formato online, através de gravação de vídeos postados no canal do Youtube e de vídeo aulas realizadas em pequenos grupos no Messenger/Facebook e/ou no WhatsApp. Desde o início do projeto foram realizados dois estudos: um estudo de revisão sistemática com meta-análise e um ensaio clínico não-randomizado. No estudo de revisão sistemática com meta-análise, Delabary et. al (2017) apontam que a dança é capaz de auxiliar nos parâmetros motores da DP e na mobilidade funcional. No ensaio clínico

<sup>1</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, maria.vitoriaad@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, alinehaas02@hotmail.com

<sup>3</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, marcela\_delabary@yahoo.com.br

<sup>4</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, djefri@gmail.com

<sup>5</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, marianawolfffenbuttel@hotmail.com

não-randomizado, Delabary et. al (2020) verificaram que a prática da dança brasileira (Samba e Forró) ocasionou melhoras na mobilidade funcional e na marcha de pessoas com DP. A proposta realizada pelo projeto “Dança & Parkinson/UFRGS”, dentro de uma universidade pública federal e gratuita, também poderia ser aplicada dentro do Sistema Único de Saúde (SUS), propondo atividades de dança para pessoas com DP, como integrante das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Estudos demonstram que a terapia medicamentosa proporciona um alívio momentâneo para os sintomas da DP; porém, induz a efeitos colaterais e apresenta uma grande variação dos sintomas. A dança, devido a seu caráter lúdico e de socialização, pode ser considerada um agente terapêutico eficiente na melhora dos sintomas da DP, influenciando positivamente na qualidade de vida e bem-estar dessa população. Dessa forma, entendemos que a inclusão da dança dentro Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) e dentro do Sistema Único de saúde (SUS), pode ser uma alternativa viável e econômica para auxiliar na reabilitação e melhora dos sintomas da DP. Referências: 1. DELABARY, Marcela S. et al. Effects of dance practice on functional mobility, motor symptoms and quality of life in people with Parkinson’s disease: a systematic review with meta-analysis. *Aging Clinical and Experimental Research*, v.30, n.7, p. 727-735, 2018. 2. DELABARY, Marcela S. et al. Can Samba and Forró Brazilian rhythmic dance be more effective than walking in improving functional mobility and spatiotemporal gait parameters in patients with Parkinson’s disease? *BMC Neurology*, v.20, p. 305, 2020. 3. ELBAZ, Alexis et al. Epidemiology of Parkinson’s disease. *Revue Neurologique*, v. 172, n. 1, p. 14-26, 2016.

**PALAVRAS-CHAVE:** DANÇA, DOENÇA DE PARKINSON, PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE.

<sup>1</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, maria.vitoriaad@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, alinehaas02@hotmail.com

<sup>3</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, marcela\_delabary@yahoo.com.br

<sup>4</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, djefri@gmail.com

<sup>5</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, marianawolffenbuttel@hotmail.com