

## DANÇA DE SALÃO, ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO DE CASO

### Ballroom dancing, elderly and quality of life: a case study

### Bailes de salón, envejecimiento y calidad de vida: un estudio de caso

**Gabriely Lopes Barreto**

<https://orcid.org/0009-0008-3485-8474>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Faculdade de Medicina, Departamento de Terapia Ocupacional, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

**Claudia Reinoso Araujo de Carvalho**

<https://orcid.org/0000-0003-4105-9191>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Faculdade de Medicina, Departamento de Terapia Ocupacional, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

**Resumo: Introdução:** O processo de envelhecimento resulta em alterações fisiológicas, biológicas e em mudanças nos papéis e posições sociais, que podem influenciar nas escolhas e metas ocupacionais. A dança de salão, enquanto atividade de lazer, tem despertado interesse entre pessoas idosas, resultando em melhor qualidade de vida. **Objetivo:** Compreender a vivência da dança de salão no cotidiano de um homem idoso, bem como favorecer reflexões para a prática dos terapeutas ocupacionais. **Métodos:** Trata-se de estudo de caso exploratório e qualitativo. A coleta de dados ocorreu no primeiro semestre de 2023 e incluiu entrevistas narrativas, observação, registros no diário de campo, aplicação da Escala de Participação e da Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais, a fim de avaliar a qualidade de vida. **Resultados:** A dança de salão, especialmente o forró, desempenha papel significativo para o lazer do participante, conferindo-lhe sentido e valores pessoais. A análise da Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais e da escala de Participação indicam, respectivamente, a manutenção de todos os papéis desempenhados ao longo da vida - exceto o de estudante, o qual não pretende retomar - e a não restrição à participação. Através das entrevistas, observa-se que a dança colabora na criação de vínculos, autoestima, manutenção das estruturas corporais e ressignificação de valores e crenças sobre si mesmo e sobre os outros. **Conclusão:** A dança de salão é uma atividade de lazer significativa para o participante, proporcionando-lhe sentido e valores pessoais, contribuindo para a autoestima e promovendo a intergeracionalidade, aspectos que devem ser considerados na prática do terapeuta ocupacional.

**Palavras-chave:** Terapia Ocupacional. Atividades de Lazer. População Idosa. Dança.

**Abstract: Introduction:** The aging process results in physiological and biological changes, as well as shifts in social roles and positions that can influence occupational choices and goals. Ballroom dancing, as a leisure activity, has sparked interest among the elderly, leading to an improved quality of life. **Objective:** To understand the experience of ballroom dancing in the daily life of an elderly man and to encourage reflections for occupational therapists' practice. **Methods:** This is an exploratory and qualitative case study. Data collection took place in the first semester of 2023 and included narrative interviews, observation, field diary records, the application of the Participation Scale and the Occupational Roles Identification List to assess the quality of life. **Results:** Ballroom dancing, especially forró, plays a significant role in the participant's leisure, providing him with a sense of purpose and personal values. The analysis of the Occupational Roles Identification List and the Participation Scale indicates the maintenance of all life roles except for being a student, which he does not intend to resume, and unrestricted participation, respectively. Through interviews, it is observed that dance contributes to the creation of bonds, self-esteem, maintenance of bodily structures, and the redefinition of values and beliefs about oneself and others. **Conclusion:** Ballroom dancing is a meaningful leisure activity for the participant, giving him a sense of purpose and personal values, contributing to self-esteem, and promoting intergenerational connections. These aspects should be considered in the occupational therapist's practice.

**Key Words:** Occupational Therapy. Leisure Activities. Elderly. Dancing.

**Resumen: Introducción:** El proceso de envejecimiento conlleva cambios fisiológicos y biológicos, así como modificaciones en los roles y posiciones sociales, que pueden influir en las elecciones y metas ocupacionales. La danza de salón, como actividad de ocio, ha despertado interés entre las personas mayores, resultando en una mejor calidad de vida. **Objetivo:** Comprender la experiencia de la danza de salón en la vida cotidiana de un hombre mayor y fomentar reflexiones para la práctica de los terapeutas ocupacionales. **Métodos:** Se trata de un estudio de caso exploratorio y cualitativo. La recolección de datos tuvo lugar en el primer semestre de 2023 e incluyó entrevistas narrativas, observación, registros en el diario de campo, aplicación de la Escala de Participación y de la Lista de Identificación de Roles Ocupacionales, con el fin de evaluar la calidad de vida. **Resultados:** La danza de salón, especialmente el forró, desempeña un papel significativo en el ocio del participante, otorgándole sentido y valores personales. El análisis de la Lista de Identificación de Roles Ocupacionales y la Escala de Participación indica, respectivamente, el mantenimiento de todos los roles desempeñados a lo largo de la vida, excepto el de estudiante, el cual no tiene intención de retomar, y la no restricción a la participación. A través de las entrevistas, se observa que la danza contribuye a la creación de vínculos, la autoestima, el mantenimiento de las estructuras corporales y la ressignificación de valores y creencias sobre uno mismo y sobre los demás. **Conclusión:** La danza de salón es una actividad de ocio significativa para el participante, proporcionándole sentido y valores personales, contribuyendo a la autoestima y promoviendo la intergeneracionalidad, aspectos que deben ser considerados en la práctica del terapeuta ocupacional.

**Palabras claves:** Terapia Ocupacional. Actividades Recreativas. Personas Mayores. Baile

#### Como citar:

Barreto, L. P.; Carvalho, C. R. A. (2024). Dança de salão, envelhecimento e qualidade de vida: um estudo de caso. Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup. 8(4), 2809 – 2823. 10.47222/2526-3544.rbto60866.

## Introdução

O processo de envelhecimento humano resulta tanto em alterações fisiológicas e biológicas quanto em mudanças nos papéis e posições sociais, o que pode influenciar nas escolhas de atividades e metas ocupacionais mais significativas. As perdas de algumas habilidades podem impor a ressignificação de novas formas de realizar tarefas importantes, bem como, mudanças de objetivos de vida, motivações e preferências individuais (OMS, 2015).

De acordo com as estimativas populacionais realizadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2023), a projeção para a população idosa no Brasil em 2043 será de 25,04%, tendo um aumento de 6,84% em relação ao ano de 2023. Estes dados nos levam a refletir acerca da qualidade de vida dessa população e das escolhas ocupacionais que geram motivação e potencializam a independência e autonomia nesta etapa da vida.

As ocupações são a base que fundamentam a identidade e o sentido de competência de uma pessoa, gerando impactos diretos para a saúde e um significado e valor particulares a cada indivíduo. As ocupações podem ser definidas como:

Atividades diárias personalizadas que as pessoas fazem como indivíduos, nas famílias e com comunidades para ocupar o tempo, trazer sentido e propósito à vida (...). O vasto leque de ocupações é categorizado por atividades de vida diária, atividades de vida diária instrumentais, gestão da saúde, descanso e sono, educação, trabalho, brincar, lazer e participação social (AOTA, 2020, p.69).

O terapeuta ocupacional atua com pessoas, grupos e populações com o objetivo de possibilitar a sua participação, utilizando-se do envolvimento do cliente em ocupações significativas e o contexto em que este se encontra para promoção de saúde, bem-estar e qualidade de vida (AOTA, 2020). A qualidade de vida também é consequência da compreensão do indivíduo dentro de seu contexto cultural e está relacionada aos seus objetivos, padrões, expectativas e preocupações consigo mesmo (Oliveira et. al, 2017). Tendo em vista a busca por melhorias na qualidade de vida, tem-se a dança como importante aliada das pessoas idosas no que se refere a estes aspectos.

A dança é uma manifestação artística que apresenta diversas definições, dentre elas, pode-se dizer que é uma “[...] sequência de movimentos corporais executados de maneira ritmada, em geral ao som de música.” (Ferreira, 1999, p.604). Para além desta definição, “a dança é fruto da necessidade do homem de expressar-se, mostrar e sentir seu corpo” (Gusso, 1997, p.10). Mediante a isto, as pessoas podem fazer uso da dança profissionalmente, como esporte, para a gestão da saúde ou, ainda, como forma de lazer.

Segundo Martinelli (2011), o lazer é uma ocupação que possibilita a escolha pessoal e está diretamente relacionado à volição, gerando prazer e realização pessoal, podendo também adquirir um caráter de expressão de capacidades a ser explorado pelo terapeuta ocupacional.

Agrega-se a essa discussão a reflexão de Oliveira et. al (2017) acerca da importância da dança enquanto escolha ocupacional para as pessoas idosas e seus impactos para a qualidade de vida. Os autores apontam que a dança recebe grande atenção da população idosa por proporcionar um ambiente descontraído e divertido, possibilitando a identificação com indivíduos de características culturais semelhantes, interação social, bem como a expressão de suas emoções e o resgate de sentimentos vividos em experiências do passado, colaborando para uma melhor qualidade de vida.

A dança a dois, a qual será usada para reflexão desta pesquisa, é relacionada às danças de salão, as quais "são executadas por pares enlaçados onde o cavalheiro enlaça a cintura da dama a fim de conduzi-la pelos salões dos bailes" (Faria, 2011, p.19). Alguns tipos de dança de salão mais comuns praticadas pelas pessoas idosas, oferecidas em academias de dança, são: forró, bolero, soltinho e samba de gafieira.

A dança possibilita a inserção social, expressividade e autoconhecimento. Segundo Liberman (2002), proporciona também ao indivíduo a compreensão das potencialidades de seu corpo, envolvendo também o sentimento de pertencimento.

Neste contexto, o objetivo primordial deste estudo consistiu em compreender, mediante uma abordagem de estudo de caso, a vivência da dança de salão no cotidiano de um homem idoso, bem como favorecer reflexões para a prática dos terapeutas ocupacionais.

## **Metodologia**

A pesquisa configura-se em um estudo de caso de caráter exploratório e de natureza qualitativa. A abordagem qualitativa, segundo Minayo et. al (2009), propõe um estudo sobre a produção humana em aspectos não quantificáveis, como suas crenças, atitudes, valores e significados.

Pesquisas de caráter exploratório, de acordo com Gil (2002), tem por objetivo familiarizar com o problema, a fim de construir hipóteses ou torná-lo mais explícito, visando o aprimoramento de ideias e descoberta de intuições envolvendo levantamento bibliográfico, entrevistas e análises de resultados.

O Estudo de Caso é uma modalidade de pesquisa que se caracteriza por um envolvimento profundo e extenso de um caso específico de maneira que permita o seu conhecimento amplo e detalhado e que possa gerar hipóteses ou teorias acerca de uma temática (Gil, 2002). Ademais, o estudo proposto pode ser classificado, dentro da modalidade de estudo de caso, como instrumental, propondo-se a compreender melhor um caso específico para aproximar-se de algo mais amplo, orientar estudos ou ser instrumento para pesquisas posteriores (Ventura, 2007).

A pesquisa foi realizada com uma pessoa idosa do sexo masculino, a qual será identificada no decorrer do texto pela letra R, a fim de ter garantido o sigilo de sua identificação e os princípios éticos da pesquisa. O Sr. R. possui 74 anos e frequenta bailes de forró, participou de aulas de dança de salão e mantém bom envolvimento com essa atividade há mais de 20 anos. O participante mora sozinho, está aposentado, ainda realiza atividade laboral como autônomo, possui o ensino fundamental completo, é viúvo e tem uma filha adulta.

A escolha da inclusão do participante na pesquisa aconteceu devido ao seu envolvimento significativo com a atividade de dança de salão e outras relacionadas a ela, tais como viagens para festivais, idas frequentes à parques, clubes e ambientes públicos onde ocorrem as práticas de dança. Suas características pessoais - expressar-se bem, ser comunicativo e disponível - favoreceram e contribuíram com a efetividade das informações e para a qualidade dos dados.

O período de coleta de dados se deu no primeiro semestre de 2023 e envolveu principalmente entrevistas narrativas do tipo histórias de vida, observação das atividades de dança, que foram registradas no diário de campo da pesquisadora; e de forma complementar, a fim de analisar a qualidade de vida, a aplicação da Escala de Participação e da Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais.

A Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais foi criada por Frances Oakley em conjunto com outros autores e tem como propósito identificar os papéis desempenhados pelos indivíduos e a importância destes ao longo da vida (Oakley et. al, 1986). Este instrumento consiste em duas partes, sendo a primeira capaz de avaliar os papéis ocupacionais a julgar pelo tempo (passado, presente e futuro), e na segunda parte o indivíduo identifica o grau de valoração atribuída a cada papel, caracterizando em: nenhuma importância, alguma importância ou muita importância (Cordeiro, 2005). O instrumento também permite a avaliação das perdas e ganhos dos papéis ocupacionais ao longo do tempo, mediante às respostas obtidas (Cordeiro, 2005).

A Escala de Participação avalia o envolvimento de um indivíduo em uma situação da vida. Esta situação pode referir-se à interação e participação em aspectos e áreas mais amplas da vida em comunidade e inclui os seguintes domínios: Comunicação, Mobilidade, Cuidados pessoais, Vida doméstica, Interações interpessoais, Principais áreas da vida - educação, emprego, vida econômica, etc. - Comunidade, vida social e cívica (Bakirtzief, 2003). Esta escala é composta por 18 perguntas fechadas com opções de resposta: "Não especificado", "Sim", "Às vezes", "Não" ou "Irrelevante, eu não quero, eu não preciso" e, em caso de resposta diferente de "Sim", é avaliado até que ponto isso representa um problema para o entrevistado, o qual pode responder: "Não é problema", "Pequeno", "Médio" ou "Grande" (Bakirtzief, 2003). Ao final da realização da entrevista são somados os pontos e o valor total deve estar entre 0 e 72. A média considerada adequada pela escala é 12. Um resultado maior que a média pode indicar que o entrevistado sofre restrições à participação (Bakirtzief, 2003).

O roteiro das entrevistas englobou 21 questões categorizadas em torno das seguintes temáticas: história de vida; a relação do participante com a dança de salão; a percepção do participante sobre a dança de salão; informações sobre o cotidiano; e motivação para prática da dança de salão.

As entrevistas foram gravadas em áudio utilizando-se o *smartphone* da pesquisadora. A observação das atividades que envolvem a dança de salão deu-se por meio do acompanhamento do senhor R em tais atividades, cujas informações significativas foram registradas em diário de campo.

### **Coleta de dados**

A coleta de dados foi realizada por meio de encontros marcados previamente por telefone na casa do Sr. R, além de encontros nos bailes e práticas de forró, nos quais o Sr. R avisava por telefone que estaria indo a algum local e nos encontrávamos lá, o que permitiu que a pesquisadora pudesse observar a atividade sendo realizada pelo participante.

As entrevistas corroboraram para a identificação de fatores que favorecem o desempenho em atividades significativas e a importância do lazer para a vida do Sr. R. e juntamente com estes dados, os encontros em bailes de forró contribuíram para a análise do ambiente, permitindo reflexões acerca da acessibilidade para a prática da dança de salão por pessoas idosas.

### **Análise de dados**

Após a transcrição das entrevistas e a leitura atenta dos registros em diário de campo, a análise deu-se com enfoque no cotidiano, na reflexão crítica do contexto sociocultural e ambiental, na auto percepção do entrevistado e vivências proporcionadas pela dança de salão. Os registros no diário de campo foram interpretados por meio de associações e inferências.

Foi adotada a Análise Temática proposta por Minayo (2009) como o referencial analítico no estudo, com o objetivo de identificar os elementos essenciais de significado presentes em uma comunicação, cuja presença ou frequência possam ter relevância para o objeto de análise em questão. A Análise Temática é uma técnica de análise qualitativa que se destaca pela sua flexibilidade, permitindo sua aplicação com diferentes abordagens teóricas, conjuntos de dados de diferentes tamanhos e para uma variedade de interesses e temas de pesquisa (Silva et. al, 2020).

Os protocolos, utilizados em complementaridade para análise da qualidade de vida, foram interpretados segundo as respectivas instruções indicadas em seus manuais.

### **Aspectos éticos**

Este estudo integra a pesquisa intitulada "Participação Sociocultural da População Idosa", aprovada pelo parecer 3.121.146, de 24 de janeiro de 2019, e pelos pareceres 3.917.355, de 16 de março de 2020 e 6.119.454. de 15 de junho de 2023, decorrentes de suas emendas e atualizações metodológicas, a fim de assegurar a integridade e o compromisso ético com o participante.

### **Apresentação do caso**

O Sr. R. possui 74 anos, residia em um sítio com a sua filha e sua esposa e, após o falecimento desta, passou a morar sozinho em casa própria em um bairro da Zona Norte do Município do Rio de Janeiro, onde vive há 19 anos. Tem o Ensino Fundamental completo, é aposentado há 28 anos e autônomo, trabalhando desde os 12 anos de idade na indústria gráfica perto de sua casa, a qual era de seu pai, e agora divide o negócio com seus dois irmãos idosos e também aposentados. Após o falecimento de sua esposa não se casou novamente. Atualmente não pratica nenhuma religião mas relata já ter feito parte

de algumas delas. Em relação a sua saúde física, relata apenas apresentar “problema na próstata” (sic), tendo que tomar um remédio de uso contínuo, mas refere que isso não o atrapalha em seus afazeres diários.

Acorda cedo, realiza suas tarefas domésticas, de jardinagem, de autocuidado e vai “à pé” para a gráfica, onde trabalha em média 6 horas por dia. Ao voltar do trabalho organiza-se para ir a bailes de forró e, caso não tenha nenhum disponível, opta por permanecer em casa assistindo à televisão ou por ir à praça jogar cartas. O Sr. R. não apresenta dificuldades para realizar atividades fora de casa, como por exemplo, ir ao mercado ou ir ao banco: possui um carro próprio e o utiliza para transitar pela cidade. Refere gostar de sair, passear, “bater-papo”, “tomar uma cervejinha” de vez em quando (sic) e ir para a casa de sua filha aos domingos. Menciona animação para ir ao forró e diz que fica na expectativa durante todo o dia sempre que planeja ir aos bailes.

## **Resultados e discussão**

Durante os encontros o Sr. R. mostrou-se preocupado com seu conforto, optando por realizar as entrevistas em sua casa em dias e horários definidos por ele. Apresentou-se sempre muito solícito para participar da pesquisa demonstrando interesse pelo tema e disponibilidade para ser contactado quando fosse necessário. As conversas fluíram de modo a respeitar as respostas do entrevistado, o qual optou por evitar falar acerca de determinados eventos de sua vida pessoal, bem como, evidenciar aspectos que identificou como de maior relevância, além de mostrar preocupação em responder às perguntas realizadas com objetividade e clareza.

Quanto aos encontros que possibilitaram a observação participante em bailes de forró frequentados pelo Sr. R., este costumava contactar a pesquisadora via *WhatsApp* e ligação telefônica para avisar qual seria a programação de eventos que desejava ir convidando-a para que o acompanhasse. Demonstrou sempre estar à vontade com a presença da pesquisadora, transitando livremente pelos espaços, conversando com outras pessoas, dançando, mostrando-se satisfeito e realizado.

O Forró, um ritmo autenticamente brasileiro, apresenta diversas categorias, como Xote, Baião e Pé-de-Serra, cada uma com seu ritmo variando do mais lento ao mais rápido. Essa diversidade faz com que sejam trabalhados equilíbrio, postura, respiração e condicionamento físico. Além disso, por ser dançado de forma mais próxima, o Forró promove uma maior aproximação entre os praticantes, resultando em amizades sólidas, ampliação do círculo social e até mesmo relacionamentos românticos (Andrade & Silva, 2007).

Para o Sr. R. o forró parece reunir elementos que trazem significado à dança enquanto uma ocupação. Segundo Salles & Matsukura (2016), a ocupação configura-se como uma necessidade humana básica que depende da subjetividade da experiência e que dá significado à vida, não sendo algo que surge apenas do indivíduo, mas da interação da pessoa com o ambiente em que está inserida. Pode-se admitir à ocupação uma forma, uma função e um significado. A forma está relacionada aos aspectos visíveis da ocupação. A função refere-se à maneira como a ocupação influencia o desenvolvimento, a saúde, a adaptação e a qualidade de vida. Já o significado diz respeito à subjetividade das vivências

proporcionadas pela participação em ocupações, onde são atribuídos valores culturais, pessoais e sociais (Costa et. al, 2017).

A Escala de Participação contribuiu para a análise do envolvimento do senhor R. nas diversas situações da vida. Segundo o Manual da Escala de Participação traduzido por Bakirtzief (2003):

[...] Uma situação da vida refere-se à interação e participação de alguém nos aspectos e áreas mais amplas da vida normal ou da vida em comunidade. Essas situações podem incluir: áreas sociais, econômicas, cívicas, interpessoais, domésticas e educacionais da vida diária que qualquer pessoa, independentemente de sua saúde, idade, sexo ou casta experimenta, em maior ou menor grau. Quando uma pessoa experimenta problemas nessas situações normais da vida, definimos isso como uma restrição à participação, porque sua doença/deficiência restringe seu envolvimento ou participação na vida diária (BAKIRTZIEF, 2003, p.5).

Ao final da realização do referido protocolo, o senhor R. obteve pontuação igual a 5, o que indica que não possui restrições à Participação. Tal pontuação explica-se pelo fato do participante ter respondido "Não" quando perguntado: "Você viaja para fora da sua cidade com tanta frequência quanto os seus pares?", "Você participa de atividades recreativas com a mesma frequência que seus pares?", "Você visita outras pessoas na comunidade com a mesma frequência que seus pares?" e "Você participa tão ativamente quanto seus pares das festas e rituais religiosos?" Porém, quando perguntado até que ponto essas restrições apresentam um problema ao entrevistado, o mesmo respondeu a todas estas com "Não é um problema", o que indica que ele está satisfeito com a sua participação em situações de vida.

Analisando a rotina previamente descrita do participante, pode-se considerar que as principais ocupações realizadas por ele atribuídas como de maior importância são: Lazer e Trabalho, nesta ordem, sendo as ocupações as quais mais dedica seu tempo e demonstra prazer ao realizá-las.

Vale destacar que apesar de ser aposentado e não necessitar de renda extra, o Sr. R. continua trabalhando na gráfica que era de seu pai, atribuindo a esta ocupação um significado pessoal e que exerce uma função de dar sentido à sua vida. Apesar de a atividade laboral ocupar parte do seu dia, o participante dedica-se ao lazer em seu tempo livre, dando ênfase a praticar a dança de salão.

Acerca do tempo livre, os estudos de Munõz Espinosa & Salgado Gómez (2006) indicam que este é considerado como parte do comportamento ocupacional das pessoas e corresponde a realização de atividades não obrigatórias que possuem motivação pessoal e intrínseca. As autoras também apontam para os aspectos que influenciam a reflexão do uso do tempo livre na velhice, a qual implica na mudança ou perda de papéis ocupacionais, na presença de patologias, das próprias características proporcionadas pelo processo de envelhecimento, bem como nos contextos socioeconômicos envolvidos e a falta de interação em áreas mais amplas da vida em comunidade. Todos estes aspectos determinam a transição nas áreas de produtividade e de tempo livre, podendo levar, em muitos casos, a um desequilíbrio ocupacional na vida de pessoas idosas.

Mediante a esta reflexão, as ocupações escolhidas para serem desempenhadas durante o tempo livre irão apresentar um significado individual e único pois estão relacionadas às experiências prévias adquiridas durante a vida, portanto, sempre serão diferentes para cada pessoa (Costa et. al, 2017). A exemplo da prática da dança de salão, esta atividade pode adquirir diversos significados a depender de quem a realiza: pode ser utilizada como atividade física, aquisição e manutenção das capacidades físicas, ou pode significar um estilo de vida em que a dança está atrelada ao contato social, criação de vínculos de amizade ou até mesmo vínculos amorosos.

Pôde-se, então, analisar o significado da dança de salão na vida do senhor R., o qual pratica desde os 52 anos de idade, quando, após o falecimento de sua esposa, sua filha passou a frequentar aulas em uma academia de dança. O Sr R. a acompanhava nas aulas e passou a ter interesse em aprender a dançar também: "[...] *danço bolero, soltinho, samba de gafeira e forró, as outras danças eu não quis fazer aula porque não gostei. Ia nos bailes dançar com a minha filha sempre*".

Com o passar dos anos foi adquirindo preferência por ir somente a bailes de forró, relatando que possui mais afinidade por este estilo de dança e que, mesmo quando arrisca outra modalidade, seu corpo automaticamente volta a fazer passos de forró ao longo da dança. Justifica também que por não frequentar mais bailes de outras danças de salão, já não se lembra dos passos que um dia aprendeu: "[...] *não me lembro mais como se dança, fazer os passos, aquelas coisas que eu fazia... as vezes eu me arrisco a fazer um samba, eu gosto de dançar samba, aí às vezes eu começo a fazer e depois eu mudo para o forró na mesma hora. Meu corpo está viciado em forró*".

Através da aplicação da Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais, o Sr. R. identificou com "Muita importância" os papéis de Trabalhador, Serviço Doméstico e Passatempo/Amador, sendo os três papéis desempenhados por ele tanto no passado quanto no presente e aponta interesse em continuar realizando no futuro. Destaca como tendo "Alguma importância" os papéis de Estudante - o qual realizou apenas em seu passado; Amigo e Membro de Família - os quais realizou no passado, realiza no presente e pretende continuar desempenhando no futuro. Os resultados obtidos pela aplicação do instrumento apontam para a manutenção, ao longo do tempo, de todos os papéis que desempenhou no decorrer de sua vida, exceto o de estudante, o qual, ainda que tenha avaliado como sendo de alguma importância, demonstrou que não pretende desenvolvê-lo no futuro.

Apesar de não ter obtido ganhos de seus papéis ocupacionais, pela análise da narrativa, foi possível notar que o senhor R. não identifica este fato como relevante para o seu cotidiano. Quando perguntado quais papéis o participante não desempenha, mas gostaria de desempenhar, respondeu: "*Eu acho que nenhum, não. Estou satisfeito, sou feliz comigo mesmo*". E, para além disso, também foi perguntado quais atividades ele realiza no seu dia a dia e considera que são importantes, obtendo como resposta: "*O mais importante para mim é dançar. Só*". A partir da análise da narrativa e dos instrumentos de avaliação aplicados, evidencia-se o papel da dança de salão, principalmente o forró, enquanto atividade significativa de lazer, a qual produz sentido e valores particulares ao senhor R.

A observação de seu comportamento no ambiente dos bailes e as respostas às questões elaboradas nas entrevistas indicam um bom nível de satisfação pessoal. Quando perguntado se ele percebe alguma



mudança em relação à sua autoestima, respondeu: *"Sim, melhorei muito em muitas coisas. Me sinto muito bem, graças a Deus"*. Também foi perguntado se percebe alguma mudança em seu corpo depois que começou a dançar e a resposta foi: *"Emagreci um pouco, tenho mais disposição para fazer as coisas. Dançando me dá mais disposição"*. Outra afirmação significativa do Sr. R., ao ser questionado sobre sua motivação para continuar dançando, evidencia sua percepção dos efeitos positivos da dança:

*"O prazer de viver. Me faz bem, melhora a minha saúde e tudo mais, e eu conheço muita gente, é a coisa muito maravilhosa, a gente faz satisfazer várias pessoas... senhoras de idade que não sabem dançar, aí eu faço dançar e vejo elas felizes, isso me satisfaz muito, estar fazendo bem a uma pessoa". (Senhor R.)*

Foi observado através da ida aos bailes de forró que o participante demonstra cuidado com sua aparência, evidenciando preocupação em apresentar-se bem. Além disso, ele exhibe confiança ao convidar pessoas para dançar, iniciar e manter conversas, bem como demonstrar e ensinar passos aos seus pares, caso estejam enfrentando dificuldades durante a dança. Ademais, o participante caminha pelo ambiente cumprimentando cordialmente todas as pessoas conhecidas e também se sente à vontade para oferecer sugestões sobre a organização dos eventos, enfatizando que sua opinião é valorizada pelos organizadores.

Observa-se que os demais praticantes de forró que participam dos eventos prontamente aceitam dançar com o Sr. R., demonstrando alegria e conforto diante de sua condução, sua simpatia e habilidade em dominar os passos. A partir da observação e contato com o participante, nota-se que ele apresenta a agilidade necessária para dançar músicas mais rápidas, tônus muscular preservado, alinhamento postural e equilíbrio adequados, noções de ritmo, resistência cardiovascular e percepção espacial, o que favorece o seu desempenho nos bailes, contribuindo para sua boa autoestima.

De acordo com a literatura, dentre as mudanças psicossociais e emocionais que englobam o processo de envelhecimento, não raramente podem ser observadas a diminuição da autoestima e do bem-estar psicológico e subjetivo, além do aumento da ansiedade. Esses fatores podem levar ao desenvolvimento da depressão e, a longo prazo, podem influenciar negativamente, gerando a diminuição das capacidades funcionais e cognitivas, resultando em prejuízos na qualidade de vida da população idosa (Oliveira et. al, 2017).

Para Moral-Garcia et. al (2018) autoestima refere-se à maneira como uma pessoa se percebe e se valoriza, podendo ser positiva ou negativa. Além disso, fatores como o apoio social e a capacidade de se manter independente desempenham um papel importante nesse processo. A autopercepção - que se refere às crenças que um indivíduo tem sobre si mesmo - está relacionada à autoestima e é obtida pela análise das experiências pessoais. Portanto, se confere à autopercepção uma abordagem multidimensional, integrando os aspectos cognitivos (autoimagem) com aspectos afetivos (autoestima).

A autoestima para as pessoas idosas está relacionada com a admiração, valorização e importância que estas atribuem a si, juntamente com a participação positiva na sociedade e com as relações familiares e de amizade. Além disso, a busca pela qualidade de vida ultrapassa os aspectos básicos da saúde geral

do indivíduo e também reflete a compreensão e posição que ele ocupa em seu contexto cultural e social. Portanto, a qualidade de vida abrange seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações consigo mesmo e está intimamente relacionada aos hábitos de vida, como a prática de exercícios físicos e a socialização. Esses elementos têm o potencial de promover a saúde física e mental (Oliveira et. al, 2017).

Silva et. al (2018) concluíram em seus estudos que os benefícios da prática da dança de salão são amplamente observados quando consideramos o contexto biopsicossocial. Isso significa que a dança de salão contribui para melhorar ou manter a capacidade funcional do corpo, a função motora e cognitiva, a aptidão física, a percepção e imagem corporal, o equilíbrio, a comunicação, a autoestima, a inclusão social, a satisfação e valorização pessoal, a sociabilização, o prazer e o bem-estar.

Com o processo de envelhecimento, podem ocorrer diversas alterações degenerativas que afetam fisicamente as pessoas idosas, o que leva à redução das capacidades motoras e à perda de massa muscular, conhecida como sarcopenia, o que resulta em uma diminuição da força e potência muscular, podendo causar movimentos mais lentos, prejuízos no equilíbrio postural e na agilidade, possivelmente comprometendo o desempenho neuromuscular e a coordenação motora. Para mitigar estes impactos, a busca por atividades físicas se faz importante (Salles et. al, 2017).

De acordo com Salles et. al (2017), a dança de salão é reconhecida como uma atividade física que proporciona inúmeros benefícios aos seus praticantes, pois, melhora o condicionamento aeróbio, auxilia na manutenção da força muscular e promove agilidade, equilíbrio, ritmo, coordenação motora e percepção espacial, aumento da resistência cardiovascular, flexibilidade e alinhamento postural. Estes benefícios físicos podem resultar em uma mudança no estilo de vida, minimizando os efeitos negativos associados ao processo de envelhecimento.

Retomando aos conceitos de função, significado e forma da ocupação, definidos por Costa et. al (2017), tem-se que a dança de salão enquanto atividade física exerce a função de promover alterações significativas no condicionamento, na autopercepção, no bem-estar e nas relações sociais, contribuindo, assim, para uma autoestima positiva dos praticantes desta modalidade de dança.

Os ambientes de bailes de forró são os preferidos do Sr. R. e, embora sejam predominantemente frequentados por pessoas mais jovens, por volta dos 30 anos de idade, isso não impede que o senhor R. desfrute de sua atividade de lazer. Por conta de suas habilidades de desempenho e domínio dos passos e ritmos, ele consegue se inserir facilmente nesses espaços. A sua destreza e experiência permitem que ele seja bem-recebido e se integre de forma natural, mesmo em um contexto etariamente diverso.

É evidente que nos bailes ele consegue encontrar parceiras de dança com facilidade e estabeleceu várias amizades com pessoas mais jovens em decorrência disso. Também foi possível notar que ele consegue manter conversas longas com assuntos variados mesmo com pessoas de gerações diferentes da dele. Isto se comprova em sua narrativa, quando expõe que estar em contato com pessoas de diferentes gerações o faz sentir-se bem:

*Isso faz eu me sentir bem porque eu não vejo a idade, todo mundo para mim é igual. Não é porque é de idade ou que é novo, para mim todo mundo é igual. Eu já dancei com uma menina de 5 ou 6 anos, e dançava muito. Foi em Aldeia Velha. Eu estava parado, ela me viu dançando, ela fez assim com a mão [estendeu a mão]. Eu dancei com ela uma música, dancei outra música, aí ela pegou uma senhora que estava do meu lado, pegou minha mão e a mão dela, juntou com a minha mão, a gente ficou dançando e eu fiz amizade com essa senhora. Ela era francesa. (Senhor R.)*

Com a fala do entrevistado pode-se perceber que ele narra um acontecimento que envolve a sua geração e uma geração muito mais nova, demonstrando que no forró há espaço para pessoas de diferentes idades e o que as une é a motivação para dançar.

Dá-se o nome de intergeracionalidade a interação entre grupos de pessoas de diferentes idades e estágios de vida que se encontram e compartilham experiências, contribuindo para o crescimento e desenvolvimento mútuos. Essa interação promove a quebra de paradigmas e preconceitos, fortalece a cidadania e facilita a inclusão por meio de relacionamentos harmoniosos e produtivos entre as gerações (Martins, 2013).

De acordo com Samagaio (2021), o conceito de Geração refere-se a um grupo de pessoas com idades semelhantes, embora haja variações individuais, dentro de uma faixa etária relativamente pequena. Esses membros compartilham um sentimento de estarem juntos na sociedade, diferenciando-se de outros grupos pela idade, bem como pelas suas referências sociais, culturais e históricas.

A dança de salão desempenha um papel significativo na promoção da interação entre diferentes gerações, pois é praticada tanto por pessoas mais jovens quanto por pessoas idosas. Essa modalidade de dança cria ambientes democráticos e inclusivos. Nas academias de dança observamos uma diversidade de turmas que abrangem tanto a população idosa quanto os mais jovens. Essas academias oferecem opções de aulas pagas e também adotam formatos de bolsas de estudo, nos quais alunos voluntários participam das aulas, auxiliando os professores e os alunos pagantes em uma espécie de monitoria.

No caso dos bailes frequentados pelo senhor R., muitos deles ocorrem em praças públicas, no espaço externo ao Museu de Arte Moderna do Rio de Janeiro, ou até mesmo em casas de show em ambientes fechados e pouco iluminados. Portanto, a maioria destes espaços não possui ar condicionado, cadeiras, cantinas ou lanches coletivos e tendem a tocar músicas com ritmos mais acelerados, além de possuírem escadas para acessar os salões e banheiros sem acessibilidade. Esses aspectos podem gerar barreiras e dessa maneira, dificultar a participação de outras pessoas idosas nesses ambientes, levando-as a buscar alternativas, como bailes de dança de salão em academias de dança ou em outros locais que ofereçam maior conforto e comodidade.

A partir das informações colhidas nas entrevistas, foi possível refletir acerca da participação do Sr. R. nos festivais de forró, que costumam ter a duração de dois a três dias e também ocorrem em outros municípios do Rio de Janeiro. A participação nesta atividade implica em deslocamento, acampamento

em barracas, planejamento prévio para a realização da viagem e manutenção das condições físicas adequadas no decorrer do festival, que deve incluir a qualidade de sono, alimentação, higiene pessoal, dentre outras. O participante conta com uma rede de apoio de amigades que dividem o transporte para o local dos eventos, o que lhe garante maior conforto e segurança.

Outro aspecto importante a se destacar é a disparidade de gênero e idade presente nos ambientes de danças de salão. Tradicionalmente, os homens, conhecidos como "cavalheiros", têm o papel de liderar os passos e tomar a iniciativa de convidar para dançar. Enquanto isso, as mulheres, chamadas de "damas", são esperadas para receber e responder à condução proposta pelos cavalheiros. Como resultado, muitas mulheres idosas que possuem menor agilidade, resposta lenta à condução, pouco equilíbrio ou baixo conhecimento dos passos, acabam sendo chamadas com menos frequência para dançar em comparação às mulheres mais jovens. Dessa forma, muitas idosas optam por ir a bailes de dança de salão que ofereçam acompanhantes em que elas possam pagar para escolher com quem e em que momento dançar.

Atualmente, em espaços de dança a dois frequentados por pessoas mais jovens tem-se um movimento para acolher mudanças a fim de tornar a dança a dois mais inclusiva. Deste modo, a pessoa conduzida tem mais autonomia para propor passos e até mesmo convidar o condutor para dançar e este, por sua vez, tem se preocupado mais em estar suscetível a uma condução compartilhada. Além do que, cresce o número de mulheres que aprendem a conduzir e o número de homens que aprendem a serem conduzidos.

Neste sentido, nota-se que o senhor R. acolhe positivamente as mudanças e quebras de paradigmas nos formatos de dançar a dois: mesmo estando em contato com pessoas de diferentes gerações que aderem a essas transformações, ele não expressa objeções ou desconforto em relação a elas. Este fator aponta para a possibilidade de trocas entre as diferentes gerações, resultando em aprendizados mútuos em prol da prática de uma atividade em comum.

## **Conclusão**

Este estudo se propôs a analisar os efeitos da dança no envelhecimento a partir do estudo de caso de um homem idoso com autonomia e independência para desempenhar suas ocupações. Foram abordados a história de vida; a relação do participante com a dança de salão; a percepção do participante sobre a dança de salão e o papel da dança em seu cotidiano, bem como as relações intergeracionais proporcionadas pela dança.

A dança, no caso analisado, evidenciou-se como um fator protetivo no envelhecimento. A prática da dança proporcionou ao participante uma experiência enriquecedora de socialização, favorecendo relações intergeracionais e desempenhando um papel organizador no lazer. Esses elementos são cruciais para o bem-estar psicossocial e emocional das pessoas idosas, contribuindo para a mitigação do isolamento social.

O participante, um homem idoso, viúvo e que reside sozinho, apresenta atributos favoráveis à participação na prática de dança. Fatores como tranquilidade financeira e ausência de papéis como o de cuidador representam facilitadores para seu envolvimento. No entanto, é crucial ressaltar que este perfil não representa a realidade de todas as pessoas idosas, limitando a generalização dos resultados.

O participante demonstrou boa capacidade física, permitindo-lhe desfrutar da prática da dança e das atividades relacionadas a ela. Além disso, o estudo evidenciou a relação de "mão dupla" entre a prática desta atividade e o aumento das capacidades físicas do participante. Esse fator destaca o potencial da dança como uma ferramenta para promover a saúde física e funcional das pessoas idosas.

Este estudo de caso, ao analisar de maneira profunda a relação da qualidade de vida do participante com a dança de salão, contribuiu para a reflexão acerca da abordagem centrada na ocupação - utilizada pelos terapeutas ocupacionais. Portanto, conclui-se que a dança de salão como atividade de lazer possui potencial para ser pensada na prática destes profissionais, que estudam, intervêm e analisam a influência das ocupações humanas para a promoção e prevenção em saúde, para a qualidade de vida e para a participação. Compreender a importância de determinadas atividades para o cotidiano promove a possibilidade de intervenção com foco nos fatores do cliente, a ampliação de repertório de atividades e permite que o terapeuta ocupacional avalie e analise novas formas de adaptar a atividade para que seja desempenhada com o máximo de independência e autonomia possível.

## Referências

- Andrade, M. S., & Silva, C. A. F. (2007). Dança de salão e relações intergeracionais. *Corpus et Scientia*, 3(1), 40-57. <http://apl.unisiam.edu.br/revistas/index.php/corpusetscientia/article/view/167/133>
- Bakirtzief, Z. (2003). Escala de Participação: Manual do usuário. 4(1). ALM. <https://www.leprosy-information.org/toolkits/ntd-morbidity-and-disability-toolkit/participation-scale-p-scale>
- Cordeiro, J. J. R. (2005). *Validação da Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais em pacientes portadores de doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) no Brasil*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de São Paulo]. <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/20599>
- Costa, E. F., Oliveira, L. S. M., Corrêa, V. A. C., & Folha, O. A. D. A. C. (2017). Ciência Ocupacional e Terapia Ocupacional: algumas reflexões. *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional - REVISBRATO*, 1(5), 650-663. <https://doi.org/10.47222/2526-3544.rbto9687>
- Faria, Í. R. (2011). *A dança a dois: processos de criação em dança contemporânea*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual Paulista]. <http://hdl.handle.net/11449/86834>.
- Ferreira, A. (1999). *Novo Aurélio Século XXI: o dicionário da língua portuguesa*. 3ª ed. Rio de Janeiro. Nova Fronteira, p. 604.
- Gomes, D., Teixeira, L., & Ribeiro, J. (2021). *Enquadramento da Prática da Terapia Ocupacional: Domínio & Processo 4ª Edição. Versão Portuguesa de Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process 4th Edition (AOTA - 2020)*. Politécnico de Leiria. <https://doi.org/10.25766/671r-0c18>
- Gil, A. C. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa*. (4ª. ed). Atlas.
- Gusso, S. (1997). *História da dança: processo evolutivo da arte corporal* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Paraná]. <https://hdl.handle.net/1884/61441>

- IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. (2023). *Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação*.  
[https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html?utm\\_source=portal&utm\\_medium=popclock](https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html?utm_source=portal&utm_medium=popclock)
- Liberian, F. (2002). Trabalho corporal, música, teatro e dança em Terapia Ocupacional: clínica e formação. *Cadernos - Terapia Ocupacional: Produção de conhecimento e responsabilidade social*. 8(3), 39-43. <https://conectato.files.wordpress.com/2012/04/artigo-3.pdf>
- Martinelli, S. A. (2011). A IMPORTÂNCIA DE ATIVIDADES DE LAZER NA TERAPIA OCUPACIONAL / THE IMPORTANCE OF LEISURE ACTIVITIES INTO OCCUPATIONAL THERAPY. *Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional*, 19(1).  
<https://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/429>
- Martins, S. M. F. (2013). *A idade dos afectos: avaliação de necessidades de contacto intergeracional na aldeia de santa isabel (santa casa da misericórdia de lisboa)* [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Lisboa]. [https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/7654/1/master\\_susana\\_fernandes\\_martins.pdf](https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/7654/1/master_susana_fernandes_martins.pdf)
- Minayo, M. C. S.; Deslandes, S. F.; Gomes, R. (2009). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. (21ª ed.) Editora Vozes Limitada.  
<https://wp.ufpel.edu.br/franciscovargas/files/2012/11/pesquisa-social.pdf>
- Moral-García, J. E., Orgaz García, D., López García, S., Amatria Jiménez, M., & Maneiro Dios, R. (2017). Influencia de la actividad física en la autoestima y riesgo de dependencia en personas mayores activas y sedentarias. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(1), 162–166.  
<https://doi.org/10.6018/analesps.34.1.294541>
- Muñoz Espinosa, I., & Salgado Gómez, P. (2006). Ocupaciones de tiempo libre: Una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 22(2), 259. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2006.110>
- Oakley, F., Kielhofner, G., Barris, R., & Reichler, R. K. (1986). The role checklist: development and empirical assessment of reliability. *The Occupational Therapy Journal of Research*. 6(3), 157-170.
- Oliveira, D., Favero, F., Condonhato, R., Moreira, C.R., Antunes, M. D., Nascimento, R. A. (2017). Investigação dos fatores psicológicos e emocionais de idosos frequentadores de clubes de dança de salão. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.* 20(6), 802-810.  
<http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562017020.170089>
- Organização Mundial da Saúde – OMS. (2015). Relatório mundial de envelhecimento e saúde. <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>
- Salles, M. M., & Matsukura, T. S. (2016). O uso dos conceitos de ocupação e atividade na Terapia Ocupacional: uma revisão sistemática da literatura. *Card. Ter. Ocup. UFSCar*, 24(4), 801-810.  
<http://dx.doi.org/10.4322/0104-4931.ctoAR0525>
- Salles, P. G., Silva, E. B. da, Mendes, J. da S., & Farias, J. T. (2017). Influência da dança de salão na coordenação motora de idosos. *Revista Presença*, 2(8), 55-66.  
<https://revistapresenca.celsolisboa.edu.br/index.php/numerohum/article/view/84>
- Silva, J., Araújo, L., Xavier, M., & Amaral, B. (2018). Envelhecimento e qualidade de vida: os idosos nos passos da dança de salão. *Revista Saúde Física e Mental - ISSN 231790*, 6(2), 43-57.  
<https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/SFM/article/view/3580/2445>
- Silva, M. R. da, Barbosa, M. A. de S., & Lima, L. G. B. (2020). Usos e possibilidades metodológicas para os estudos qualitativos em Administração: explorando a análise temática. *Revista Pensamento Contemporâneo Em Administração*, 14(1), 111–123.  
<https://doi.org/10.12712/rpca.v14i1.38405>

Samagaio, F. (2021). Geração. Conceitos-chave em Sociologia Da Infância. *Perspetivas Globais*, 121–125. <https://doi.org/10.21814/uminho.ed.36.33>

Ventura, M. M. (2007). O Estudo de Caso como Modalidade de Pesquisa. *Rev. SOCERJ*. 20(5), 383-386. [http://sociedades.cardiol.br/socerj/revista/2007\\_05/a2007\\_v20\\_n05\\_art10.pdf](http://sociedades.cardiol.br/socerj/revista/2007_05/a2007_v20_n05_art10.pdf)

**Contribuição das autoras:** G.L.B.: Elaboração do estudo, coleta de dados, formatação, análise dos dados, escrita do texto. C.R.A.C.: Elaboração do estudo, análise dos dados, orientação e revisão do texto.

**Fonte de financiamento:** Financiado pela FAPERJ - Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro, Processo SEI 260003/000579/2023.

**Recebido em:** 08/09/2023

**Aceito em:** 02/08/2024

**Publicado em:** 31/10/2024

**Editores:** Sarah Lins e Ricardo Lopes Correia