

Benefícios da Dança Esporte para Pessoas com Deficiência Física

Douglas Martins Braga*

Andréa Passarelli Galão e Melo**

Rita Helena Duarte Dias Labronici***

Márcia Cristina Bauer Cunha****

Acary de Souza Bulle de Oliveira*****

RESUMO

A dança é uma das formas mais antigas de comunicação e expressão utilizadas pela humanidade, podendo ser observado um crescimento contínuo desta arte. Desde 1940, vem sendo utilizada como meio terapêutico para pacientes com as mais diversas doenças.

Transgredindo o aspecto terapêutico, a dança tem como principal função fornecer um caminho para a reabilitação por um meio não convencional.

O objetivo deste trabalho é apresentar a dança como modalidade esportiva para pessoas com deficiência física e os possíveis benefícios que esta atividade pode propiciar para tais pessoas.

Unitermos: Dança esporte, deficiência física.

Introdução

As pessoas com deficiência física, durante muitos anos, foram confinadas a fazer parte de uma camada excluída da sociedade. As barreiras arquitetônicas encontradas, basicamente em todos os lugares, e a valorização das limitações inseriram o deficiente físico na camada inativa da sociedade, o que contribui para o isolamento dessa população no contexto social.

Dados do Censo Demográfico 2000, divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), demonstraram que o Brasil possui 24,5 milhões de pessoas (14,5% da população) com alguma deficiência, entre os vários tipos e etiologias, constituindo, assim, um número significativo de nossa população¹.

A terminologia “deficiência física” opõe-se à palavra eficiente e muito se confunde com doença, incapacidade, desvantagem. A palavra deficiente

caracteriza-se por perdas ou alterações que podem ser temporárias ou permanentes, incluindo uma anomalia, um defeito ou uma perda de um membro, órgão, tecido ou qualquer outra estrutura do corpo, inclusive das funções mentais; representa a exteriorização de um estado patológico².

A abordagem médico-científica das deficiências físicas teve seu desenvolvimento fortemente marcado no pós-guerra, surgindo, assim, a reabilitação física para os portadores de deficiência, sendo um dos elementos de um amplo sistema para garantir o acesso do deficiente aos bens sociais. Foi, portanto, nesse contexto sociopolítico que se estabeleceu a legitimidade social de uma determinada prática de reabilitação, que, fundada na razão científica e localizada em centros especializados, colocou a atividade física na busca de melhores níveis de desempenho funcional, o eixo central em torno do qual projeta a inserção do deficiente físico na vida social³.

* Fisioterapeuta. Especializando em Hidroterapia na Reabilitação de Doenças Neuromusculares da Unifesp-EPM. Fisioterapeuta Responsável pelo Setor Artístico do CPSP.

** Coreógrafa e Bailarina. Especializada em Interfaces Artística e Terapêutica pela USP. Coordenadora do Setor Artístico do CPSP.

*** Fisioterapeuta. Mestre em Neurociências pela Unifesp-EPM. Coordenadora da Fisioterapia do CPSP.

**** Fisioterapeuta. Doutoranda em Neurociências da Unifesp-EPM.

***** Doutor em Neurologia e Chefe do Setor de Doenças Neuromusculares da UNIFESP-EPM.

Segundo Barros, na reabilitação é importante analisar acertos e erros das práticas inovadoras, escrevendo e inventando possibilidades; talvez seja necessário aproximarmos nossos conhecimentos antropológicos, culturais, artísticos e éticos daqueles científicos; reinventar a reabilitação, humanizá-la, valorizar o criativo, transformar os caminhos “da deficiência” em experiências cujos sentidos possam ser compartilhados como formas do expressar-se, do diferenciar-se. Surge, assim, a atividade física adaptada, mais especificamente a dança para pessoas com deficiência física⁴.

A atividade física adaptada é utilizada como meio preventivo e terapêutico na área da saúde. Desde as mais remotas civilizações, a história demonstra que os povos buscaram diferentes formas de atividade física para eliminar dores, para melhorar o valor e o rendimento da população⁵.

A atividade física envolve: os jogos, os desportos, a ginástica e a “dança”. Embora a dança compartilhe dos mesmos meios que os jogos e os desportos, deles difere porque o movimento não é usado para alcançar algum fim em particular, mas com um só vínculo de expressão artística⁶.

O deficiente físico, mesmo aquele que não se encaixa em outras modalidades do desporto adaptado, pode encontrar na dança a possibilidade de desenvolver seu talento, permitindo assim um ganho físico, psíquico e cultural, além de melhor inclusão social pelo palco da vida: do belo, do real e do imaginário, porém concreto.

O objetivo deste trabalho é apresentar a dança, enquanto esporte, para portadores de deficiência física e analisar os benefícios que esta atividade pode propiciar para tais pessoas.

Histórico da dança inclusiva no mundo e no Brasil

No mundo

A dança inclusiva teve seu início na Suécia, Alemanha e na Grã-Bretanha ao término da década de 1960, e se estabeleceu em outros países por volta da década de 1970, sendo atualmente praticada em mais de cinquenta países com aproximadamente 5.500 bailarinos, divididos em 4.000 deficientes e 1.500 não-deficientes⁷.

A dança em cadeiras de rodas, regulamentada em 1989 pelo International Sports Organization For The Disabled (ISOD), com sede em Munique, foi reconhecida oficialmente pelo European Paraolympic Committee (EUROPC), em 1993, e também pelo

International Paraolympic Committee (IPC). No ano de 1998, foi fundado o Internacional Wheelchair Dance Committee (WDSC)⁷.

Em 1975, aconteceu a primeira competição nacional, na Escandinávia, e no ano de 1977 ocorreu a primeira competição internacional, na Suécia. Desde então, as competições tornaram-se mais frequentes e sistematizadas, destacando-se os campeonatos Europeus; 1985, nos Países Baixos da Europa, 1987 na Bélgica (ambos não-oficiais), 1991 na Alemanha (primeiro campeonato reconhecido pelo ISOD), 1993 na Noruega (primeiro campeonato reconhecido pelo EUROPC), 1995 na Alemanha (campeonato reconhecido pelo EUROPC), 1997 na Suécia (campeonato reconhecido pelo EUROPC e ISOD). Neste mesmo ano, houve os campeonatos na Grécia e nos Países Baixos, reconhecidos pelo EUROPC e IPC⁷.

Campeonatos internacionais, desde 1990, abertos para todas as nações, como Bélgica, Estônia, Finlândia, Alemanha, Japão, Países Baixos da Europa, Polônia, Romênia, Suécia. Campeonatos mundiais: 1998 no Japão e em 2000 na Noruega⁷. Na América Latina, o único país que atualmente tem a dança como modalidade para competição é o México⁸.

No Brasil

No Brasil, a dança foi desenvolvida por grupos independentes, vinculados a clubes, universidades, associações de deficientes, prefeituras municipais, centros de reabilitação e algumas escolas de dança isoladas. Porém, não existem grupos oficialmente regulamentados e mantidos pelos órgãos governamentais⁹.

A dança como atividade para pessoas com deficiência física é um trabalho relativamente recente, com pouca tradição e sem muitos documentos que ofereçam subsídios para a discussão desta proposta. Há, na atualidade, um esforço crescente para seu desenvolvimento⁹.

No Brasil, como no Exterior, observamos que os grupos possuem algumas diversidades em relação ao número de participantes, idade e ao método utilizado. Alguns são compostos por deficientes físicos que utilizam cadeira de rodas (cadeirantes), outros por dançarinos portadores de deficiências múltiplas (auditivas, físicas, mentais) e outros, ainda, de dançarinos portadores de deficiência física (cadeirantes) e dançarinos não-deficientes (não-cadeirantes)⁹. Sabe-se que, atualmente, no Brasil, existem cerca de 35 grupos de dança¹⁰, destacando-se entre eles a Cia. de Dança Arte Sem Barreiras, pertencente ao Clube dos Paraplégicos de São Paulo (CPSP).

Em julho de 2001, aconteceu o Primeiro Encontro Nacional de Dança para Pessoas com deficiência física, em Macaé, Rio de Janeiro. O encontro contou com a participação de dez companhias e grupos de dança, apresentando seus melhores trabalhos, contando com o apoio da Fundação Nacional de Arte (Funarte), órgão vinculado ao Ministério da Cultura¹¹. Neste mesmo ano foi realizado na Universidade de Campinas o primeiro Simpósio Internacional de Dança em Cadeira de Rodas, com o apoio da Associação Brasileira de Desporto em Cadeiras de Rodas – ABRADCAR, tendo como objetivos principais um crescimento contínuo dos grupos no Brasil e a introdução da dança como esporte^{8,10,12}. Como resultado deste simpósio, fundou-se a confederação Brasileira de Dança em cadeira de Rodas e decidiu-se levar esta atividade esportiva para os jogos regionais de 2002^{8,10}.

Conceito de dança inclusiva

A dança inclusiva é um trabalho que inclui pessoas com deficiência no qual os focos terapêuticos e educacionais não são desprezados, mas a ênfase encontra-se em todo o processo do resultado artístico, levando em consideração a possibilidade de mudança da imagem social e inclusão social dessas pessoas, pela arte de dançar¹³.

Na verdade, a dança é uma atividade corporal que pode ser considerada um recurso artístico-terapêutico auxiliar ao bem-estar físico e mental, proporcionando a inclusão social de pessoas com deficiência física¹⁴.

Dentro da dança inclusiva uma de suas vertentes é a dança esporte, definida como uma atividade física relacionada à música, englobando um usuário de cadeira de rodas (deficiente físico) com um parceiro em pé (não-deficiente), auxiliar bailarino, em uma atividade competitiva⁸.

Classificação de dança esporte

Segundo Hebert Rausch (2001), a classificação esportiva de dança em cadeira de rodas engloba duas categorias: a *standart* (composta por valsa inglesa, fox lento, tango de salão, valsa vienese e passo rápido) e a latina (composta por samba, chá-chá-chá, rumba, passo *doble* e passinho)⁸.

A classificação funcional é baseada em cinco critérios:

1. Controle da cadeira: o bailarino deve ter a habilidade para acelerar e parar a cadeira com uma mão ou outra;

2. Função de empurrar: o bailarino deve ter a capacidade de empurrar com uma mão ou outra o seu parceiro, demonstrando um bom controle da cadeira;
3. Função de puxar: o bailarino deve ter a capacidade de puxar com uma mão ou outra o seu parceiro, demonstrando um bom controle da cadeira;
4. Extensão de membros superiores: o bailarino deve demonstrar uma boa habilidade em sua *performance* sobre o controle do movimento, realizando uma extensão de membros superiores, associado à condução de cadeira;
5. Rotação de tronco: com as mãos livres, o bailarino deve demonstrar um bom controle e equilíbrio de tronco, realizando giros⁷.

A categoria se divide em: Forma – *Combi dance*; Tipo – Somente um par; Seções – (a) *standart* e (b) dança latina, classes LWd1 e LWd2. A *combi dance* é uma forma de dança em que estarão participando um usuário de cadeira de rodas (deficiente) e um não-usuário de cadeira de rodas (não-deficiente). Deve existir um perfeito entrosamento entre os bailarinos e os movimentos devem ser harmônicos, de acordo com o ritmo⁷.

Cada critério vale de 0 a 2 pontos; os bailarinos que obtiverem de 0 a 13 pontos ficam na classe um e os que conseguirem 14 a 20 pontos ficam na classe dois. O bailarino só se efetiva numa classe após duas classificações, passando por observação no momento das competições. Há possibilidade de uma doença regredir ou evoluir, o que poderia causar mudança de classes⁸.

Benefícios da dança inclusiva

Psicológico

A dança, sem dúvida alguma, surge por uma necessidade interior, muito mais próxima do campo espiritual que do físico. Seus movimentos vão se ordenando em tempo e espaço e estes são uma válvula de liberação de uma tumultuosa vida interior que ainda escapa à análise. Em definitivo, a dança constitui formas de expressar os sentimentos: desejos, alegrias, pesares, gratidão, respeito, temor e poder¹⁵.

Social

Além de desenvolver formas individuais e coletivas de expressão, de criatividade, de espontaneidade, de concentração, de autodisciplina, promove a interação

do indivíduo consigo mesmo e com os outros, propiciando a inclusão social¹⁴.

A dança torna-se um meio facilitador da inclusão, pela produção artística de indivíduos excluídos, promovendo, assim, uma nova visão para a sociedade moderna¹⁶.

Motor

A prática da dança surge como uma atividade profilática corporal em nossa sociedade, interferindo no corpo; pela sua manutenção e melhora da qualidade de vida, esta intervenção gira em torno da categoria de saúde, o corpo tanto saudável quanto doente, são objetos do pensamento e das práticas médicas, o que visa promover o bom estado de corpos e mentes¹⁴.

A meta é sentir plenamente o corpo e reconhecer todo o seu potencial de movimento, aprendendo a movimentar-se, a partir do interior do corpo, priorizando seu próprio ritmo, sem forçar ou provocar tensões¹⁴.

Pelas técnicas fisioterapêuticas e psicoterapêuticas, torna-se um recurso terapêutico auxiliar na reabilitação, por ter como objetivo melhorar as qualidades físicas (esquema corporal, equilíbrio, ritmo, coordenação motora, organização espacial e flexibilidade)^{14,16}.

A dança proporciona o autoconhecimento, pelo toque, porque, além de aumentar a percepção corporal, relaxa a musculatura, favorecendo o desenvolvimento físico, motor, neurológico e o intelectual. O toque ajuda a definir os limites do corpo e a auto-imagem, proporcionando conforto e prazer. Melhora também a auto-imagem pelo estímulo das percepções e sensações cinestésicas e visuais, que orientam o tempo e o espaço^{16,17}.

Esta atividade torna possível a linguagem corporal, por meio da qual o indivíduo pode sentir-se, perceber-se, conhecer-se e manifestar-se por meio do movimento corporal; vemos que qualquer ação funcional pode converter-se em dança, mudando-se o objetivo e agregando uma organização corporal-espacial-energética^{17,18}.

O aspecto temporal regula as variações da velocidade do movimento, o espacial regula o lugar onde este movimento se realiza e o energético engloba as variações da força do movimento^{18,19}.

A ciência está baseada no desenvolvimento de qualidades físicas, os exercícios são elaborados de maneira equilibrada em relação aos grupos musculares, para promover resistência, força, flexibilidade, equilíbrio estático e dinâmico. As habilidades motoras são desenvolvidas com o objetivo de ampliar o “acervo motor” de cada bailarino, e não como um treinamento

de passos; os movimentos articulares podem ser realizados em diferentes bases de suporte e geram ou não deslocamentos. As atividades motoras são divididas em graus de dificuldade crescente e cumulativa de controle do centro do corpo e de suas extremidades²⁰.

Nossa experiência com a dança inclusiva

Histórico da dança no Clube dos Paraplégicos de São Paulo

O Clube dos Paraplégicos de São Paulo (CPSP) foi fundado em 1958 pelo Sr. Sérgio Seraphim Del Grande, tendo como objetivo oferecer a prática do esporte para portadores de deficiência física, tornando-se um clube pioneiro nesta arte.

A introdução desta arte no CPSP está intimamente ligada ao interesse da professora de Educação Física Elizabeth de Mattos e da Fisioterapeuta Rita Labronici, as quais estimularam a criação de atividades culturais e artísticas no clube. O trabalho inicial foi desenvolvido pela bailarina e coreógrafa Cristiane Helena Slivka (pertencente na época ao grupo raça), com 10 bailarinos, o que motivou a continuidade deste tipo de atividade. A primeira apresentação foi realizada, em 1993, na feira de Esportes do Pelé, no Pavilhão Azul do Anhembi (SP), tendo como ponto alto um *duo* de Noemia Moreira e Márcio Calixto (ambos com seqüela de poliomielite). Em 1998, com o amadurecimento do grupo por estudos, experiências e pelo aumento do interesse das pessoas com deficiência física pela dança, este grupo passou a se chamar Cia. de Dança Arte Sem Barreiras.

Hoje, o setor artístico é dividido em seis turmas, contendo 49 deficientes físicos, incluindo 10 voluntários de diversas áreas como dança, educação física, fisioterapia e magistério, coordenado por Andréa Passarelli e tendo como fisioterapeuta responsável Douglas Braga. Há uma grande diversidade no grupo, com idade variando de 2 a 59 anos, além de uma enorme heterogeneidade de distúrbios (acidente vascular cerebral, amiotrofia espinhal progressiva, artrogribose, distrofia cinturas membros, distrofia muscular de Duchene, distrofia muscular de Becker, degeneração espinocerebelar, encefalopatia crônica infantil não-progressiva, esclerose múltipla, lesão medular, mielomeningocele e traumatismo cranioencefálico).

Conclusão

É notável que a dança inclusiva possibilite que o deficiente físico incorpore movimentos por um

caminho não convencional, realizando o rolar, o engatinhar, o ajoelhar com melhor desempenho das articulações nas atitudes de postura mais comum, ou, ainda, com maior facilidade para a passagem de um movimento para outro. É muito importante executar e perceber esses movimentos, pois eles acontecem a todo momento de forma inconsciente. A dança permite que esses movimentos, compreendidos em aula, possam ser utilizados em outras ocasiões, principalmente nas atividades de vida diária.

Na dança não existem barreiras, pois se o aluno não movimentar membros inferiores, ele movimentar os membros superiores, se não movimentar membros superiores e membros inferiores, ele movimentar os olhos, e, por meio dos olhos, é possível dançar.

Agradecimento

Ao Clube dos Paraplégicos de São Paulo, que persevera e luta pelos direitos do cidadão, mostrando uma mentalidade livre de limitações, pois acolhe a todos que o procuram com o mesmo carinho.

SUMMARY

Benefits of the dance sport for people with physical deficiency

Dance is one of the oldest ways of human communication and expression and this art is experiencing a continuous growth since from 1940 it has been used as therapy form for patients with several diseases.

Transgressing the therapeutic aspect, dance has as main function a way for the rehabilitation through an unconventional a form.

The objective of this work is to present the dance as a sporting modality for disabled people and the possible benefits that this activity can propitiate for them.

Keywords

Dance sport, physical deficiency.

Referências

1. Ferreira TV. IBGE Censo 2000 – Mudam os índices da deficiência. *Rev Sentidos*, 6:22-6, 2002.

2. Amaral LG. Conhecendo a deficiência (em companhia de Hércules). São Paulo, Ed Robe, 1995, p. 63.
3. Almeida MC. Deficiência e cotidiano: reflexos e reflexões sobre a reabilitação. *Rev Ter Ocup*, 8:81-6, 1997.
4. Barros DD. Habilitar-reabilitar – O rei está nú? *Rev Ter Ocup*, 2:100-4, 1991.
5. Mattos E, Mello AP. Apostila de Pós-Graduação Lato-Sensu em Neurofisioterapia – Módulo Esporte Adaptado e Dança. UNIBAN, São Paulo, 2000, 01-134.
6. Junior AGF. Uma introdução à educação física. Niterói, Ed Corpus, 1999, pp. 285-7.
7. Krombholz G. Wheelchair Dance – Wheelchair Dance Sport. Anais do I Simpósio de Dança em Cadeira de Rodas. Unicamp, Campinas, 2001 1:15-25.
8. Nogueira HA. O que é dança? *Rev Toque a Toque*, 51:12-5, 2002.
9. Ferreira ELO. Sentido do sentir: corpos dançantes em cadeira de rodas. *Rev Conexões Educação – Esporte – Lazer*, 4:73-80, 2000.
10. Vaz IB. A Dança como Modalidade Esportiva na ABRADecAR. Anais do I Simpósio de Dança em Cadeira de Rodas. Unicamp, Campinas, 2001, 1:171-2.
11. Perri A. A beleza da dança inclusiva. *Rev Sentidos* 1:14-6, 2001.
12. Nogueira HA. Apoio à dança. *Rev Toque a Toque*, 49:15, 2001.
13. Amoedo H. Dança e diferença: duas visões – Dançando com a diferença: a dança inclusiva. In: Soter P, Pereira R. (eds). Lições de dança. Rio de Janeiro, Ed Universidade, 2002, 3:181-205.
14. Brikman L. A linguagem do movimento corporal. São Paulo, Summus, 1992, pp. 13.
15. Ossoma P. A Educação pela dança. São Paulo, Summus, 1988, pp. 19-21.
16. Mello AP. Dança adaptada: interfaces da arte e saúde. São Paulo, 2000, pp. 1-70. Tese de Conclusão de Curso de Pós-graduação Lato Sensu de Praxis Artísticas e Terapêutica – Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.
17. Feldenkrais M. Consciência pelo movimento. São Paulo, Summus, 1977, p. 36.
18. Vianna K. A dança. São Paulo, Martins Fontes, 1991, p. 109.
19. Stoke P, Harf R. A expressão corporal na pré-escola. São Paulo, Summus, 1987, p. 17.
20. Bertoldi AL. A Formação do Bailarino para a Dança Contemporânea: A Arte da Diversidade. Anais do I Simpósio de Dança em Cadeira de Rodas. Unicamp, Campinas 1:91-116, 2001.

Endereço para correspondência:

Douglas Martins Braga
Unifesp-EPM – Setor Neuromuscular
Rua Pedro de Toledo, 377 – Vila Clementino
CEP 04039-031 – São Paulo, SP
E-mail: fisio.danca@bol.com.br