

Qualidade de Vida e Bem Estar Percebido por Dançarinos com Lesão Medular: Um Estudo de Caso

Keyla Ferrari Lopes

Mestranda em Educação Física – FEF – UNICAMP

Paulo Ferreira de Araújo

Professor Livre-Docente na FEF – UNICAMP

Introdução

Dançar e se expressar é tratar de viver a vida em plenitude, sentindo cada movimento. É um processo que nos leva ao conhecimento corporal, ou seja, a busca de um corpo que se expresse e que nos faça sentir melhor (FUX, 1988).

A dança em cadeira de rodas vem aumentando seu campo de atuação e conquistando cada vez mais espaço, quer seja no meio social com apresentações artísticas, quer seja como busca de autoconhecimento, bem-estar e qualidade de vida de pessoas com deficiência física motora.

A dança em cadeira de rodas é definida, segundo Krombholz (2001), como uma modalidade que utiliza cadeira de rodas, podendo ser de caráter artístico/recreativo ou competitivo.

De modo geral, pode-se compreender a dança em cadeira de rodas como uma modalidade resultante de um processo histórico que teve suas origens centradas em três principais vertentes: 1) no desenvolvimento da dança moderna, com a valorização dos aspectos criativos e da improvisação do movimento, 2) na dança-terapia com o desenvolvimento da psico-

logia, da expressão dos afetos e na descoberta da importante conexão entre o corpo e as emoções, e 3) no desporto adaptado para pessoas com deficiência física motora, originados dos movimentos históricos de reabilitação das pessoas com deficiência no contexto pós-guerra.

Os dançarinos com deficiência física motora estão cada vez mais conquistando espaço na arte da dança, pois eles podem dançar conforme suas potencialidades de movimentos, experimentando diferentes relações de movimento com a cadeira de rodas, além de novos contatos corporais que são criados em ambientes de amizade, cumplicidade e busca de oportunidades com diferentes parceiros.

Neste sentido, segundo Bernabé (2001) e Tolocka (2002), na dança em cadeira de rodas existe uma linguagem recriada da identidade de movimento dos dançarinos em cadeira de rodas que é constituída através da utilização do potencial remanescente a partir da releitura do corpo diferente.

Possibilitando assim interações através do espetáculo ou aquisição de novos conhecimentos e possibilidades, uma vez que a condição de deficiência acaba redimensionando as capacidades e a dança para essa população acaba sendo uma possibilidade de novas descobertas.

A lesão medular é uma das formas mais graves de síndromes que leva a incapacitantes, além de ser uma fatalidade que pode ocorrer com o ser humano, seja pelo acometimento físico ou pela perda de independência e autoestima (LIANZA, 1985).

- O engajamento das pessoas com lesão medular em programa de atividade física, esportiva ou recreativa é parte importante no processo de reinserção nas atividades em geral. Seu sucesso não só contribuiu para o desenvolvimento das atividades específicas, como também para o conhecimento sobre as habilidades dos lesados medulares e, certamente, encoraja a novos desafios.

Araújo e Silva (no prelo), apoiados em Seaman e DePauw (1982), Rosadas (1989), ressaltam que os objetivos a serem desenvolvidos no processo de reabilitação com pessoas em condição de deficiência física motora devem considerar e respeitar as limitações e potencialidades individuais do aluno,

bem como adequar as atividades propostas, cujos objetivos devem englobar:

- O desenvolvimento da autoestima;
- A melhoria da autoimagem;
- O estímulo à independência;
- A interação com outros grupos;
- A experiência intensiva com suas possibilidades de limitações;
- O contato com outras pessoas, deficientes ou não;
- O desenvolvimento das potencialidades do educando;
- A vivência de situações de sucesso, possibilitando a autovalorização e a autoconfiança;
- A melhoria das condições organofuncionais (aparelhos circulatório, respiratório, digestivo, reprodutor e excretor);
- O aprimoramento das qualidades físicas, entre elas resistência, força, velocidade;
- O desenvolvimento das habilidades físicas, como coordenação, ritmo, equilíbrio;
- A possibilidade de acesso à prática do esporte como lazer, reabilitação e competição;
- O estímulo das funções do tronco e dos membros superiores;
- A prevenção de deficiências secundárias;
- O estímulo à superação de situações de frustração.

Neste estudo, consideraremos o termo qualidade de vida como um conceito ligado ao desenvolvimento humano. Não significa apenas que o indivíduo ou o grupo social tenham saúde física e mental, mas que esteja(m) bem com eles mesmos, com a vida, com as pessoas que os cercam, enfim, ter qualidade de vida é estar em equilíbrio. E esse equilíbrio diz respeito ao controle sobre aquilo que acontece a sua volta, como, por exemplo, sobre os relacionamentos sociais.

Tendo em vista a diversidade de possibilidades e os benefícios que a dança em cadeira de rodas oferece para pessoa com deficiência física motora, este estudo tem por objetivo

apresentar reflexões sobre a influência da dança em cadeira de rodas no resgate da autoestima, sentimento de bem-estar e qualidade de vida de uma dançarina com lesão medular, considerando o relato de suas experiências pessoais.

Metodologia

Este estudo caracterizou-se como uma pesquisa qualitativa, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa CEP/FCM/UNICAMP, com parecer número 910/2009, que consistiu na realização de entrevista com uma dançarina de dança em cadeira de rodas do sexo feminino acometida por lesão medular com 47 anos de idade.

A coleta dos dados foi feita por contato direto da pesquisadora com a dançarina no local onde ela realizava atividades, aulas e ensaios do grupo de dança do qual faz parte.

Adotamos como recurso metodológico a entrevista semi-estruturada, subdividida em três principais categorias: 1- Encontro com a Dança, 2- Modificação no Auto Conceito e na Vida Cotidiana e 3 - Conquistas.

Afim de que os dados fossem todos disponibilizados para a pesquisa, utilizamos o recurso da gravação em fita cassete para posteriormente realizarmos a transcrição do conteúdo integral das respostas.

Para a realização de uma análise detalhada dos dados coletados na entrevista, utilizamos as contribuições de Bardin (1977), sobre a análise de conteúdo das narrativas, enquanto técnica científica e sistematizada, procurando um alinhamento do referencial teórico com a fonte oral.

Apresentação das Narrativas e Discussão:

Categoria: Encontro com a Dança

Pergunta: *Como foi seu encontro com a Dança?*

Narrativa da dançarina/ Indicadores do Discurso:

Eu dançava desde os 9 anos de idade,
Fazia balé clássico
Depois descobri outras técnicas de dança...
De consciência corporal
Com este trabalho descobri a possibilidade de ser livre
E da técnica não rígida do balé,
Mas nunca fui uma bailarina profissional,
Na época do acidente eu nem estava envolvida com a dança.
Fiquei seis anos parada após o acidente
Só retomei o trabalho de reabilitação para reconhecer o corpo com deficiência, com uma lesão,
Um dia eu fui para Berkeley na Califórnia e conheci o trabalho de contato e improvisação
De novo veio aquela história da bailarina novinha que dançava
O trabalho de expressão corporal e movimento independente de ter uma lesão motora ou não, possibilita você expressar que você é sem ficar presa
Te liberta do aprisionamento estético.
Eu percebi com o contato e improvisação que buscava uma liberdade de movimentos
Que não importava estar na cadeira de rodas com comprometimento sério
Mas eu pude perceber que a paralisia te dá a possibilidade de uma desparalisação
Na busca para um caminho e para conhecer quem você é e ser feliz daquela forma
A dança te traz a possibilidade de você ser feliz daquela forma.
Então em 1991 eu comecei a fazer parte do grupo Giro
Começamos fazer muitas apresentações.

Subcategoria:

Retomada de atividade pós-acidente e reabilitação

Discussão:

Neste contexto, percebe-se que a dançarina havia tido experiência com a dança antes de ser acometida pela lesão medular. Entretanto, seu reencontro com a dança se deu anos mais tarde após o período de reabilitação no corpo com deficiência.

Neste sentido, Peres & Gonçalves (2002) acreditam que passada a fase aguda da reabilitação em que a fisioterapia ocorre intensamente visando ganhos imediatos, é fundamental que a pessoa opte por um tipo de exercício, atividade de sua preferência.

Ao complementar esta perspectiva, Araújo (2010, p. 28) diz que a estabilização de problemas imediatos ou secundários decorrentes da condição inesperada de deficiência possibilita novas tentativas, que normalmente acontecem no campo social e no esporte, emergindo em uma busca de ampliação de participação da pessoa com deficiência na vida como um todo.

A dançarina protagonista deste estudo permaneceu em processo de reabilitação durante seis anos e só após este período retomou o contato com a dança.

Assim, Araújo (2010, p.28) diz que em um primeiro momento busca-se estabelecer o mundo da descoberta em situação nova, vivenciada por aquele corpo também novo dentro de um novo contexto social.

O momento posterior às novas descobertas de possibilidades é o de conquistas possíveis, segurança, recuperação da autoestima, ampliações de oportunidades, percepções de potenciais, seja no campo social ou no dos benefícios orgânicos por meio desta nova forma de agir e de viver.

A dançarina passou por um processo de redescoberta do corpo, um corpo diferente, com uma deficiência física motora e descobriu uma nova maneira de dançar e se expressar com este corpo.

De acordo com Nunes (2003), conhecer o nosso corpo requer uma disciplina interna, quando pesquisamos o nosso

movimento estamos simultaneamente provocando uma re-educação de sentidos, dos sentimentos e da própria razão. Estamos re-significando o corpo como agente irradiante, primeiro e principal de todo processo educativo, de todo processo de reconstrução de experiência vivida em níveis cada vez mais refinados e inteligentes.

Observa-se que a dançarina passou por um processo de desconstrução e reconstrução do corpo com deficiência, viveu a superação, na própria experiência na descoberta de um corpo livre e expressivo ainda que com as limitações impostas pela lesão motora.

No momento posterior à descoberta do novo corpo, a dançarina começou a participar de apresentações, conquistando seu espaço como dançarina do grupo ou individual.

Categoria: Modificação em si mesma e na vida cotidiana:

Pergunta:

Acha que houve alguma modificação em si mesma e no seu dia a dia após ter recomeçado a dançar?

Subcategoria: redescoberta do corpo com deficiência/auto satisfação

Fiquei mais consciente... é como se eu tivesse sido apresentada para mim novamente

Redescobrir o seu corpo numa cadeira de rodas possibilita uma auto-satisfação muito grande

Este encontro com a dança me possibilitou entrar em contato comigo mesma

A dança age através dos movimentos, despertando sensações e sensibilizações, canais onde se abrem as portas da percepção corporal.

De acordo com Bernabé (2008, p. 227), o corpo do dançarino pode construir, organizar e transformar seus limites em

fronteiras. O dançarino pode, utilizando o espaço aberto pela leveza que a dança proporciona, convidar o corpo a rever mitos, refazer seus caminhos próprios, íntimos, para criar o momento apropriado ao encontro consigo mesmo, o que pode se dar ao mesmo tempo em que se retiram de cena traumas, complexos ou mitos impostos por informações imprecisas sobre o corpo. Isto é compreensível no discurso da dançarina na relação com a dança em cadeira de rodas, pois ao reconhecer e aceitar suas limitações físicas, a dançarina, adquiriu uma percepção diferenciada de si mesmo re-significando suas crenças, sua relação com seu corpo e com o social.

Para a mesma autora (2008, p. 227), o movimento dançante proposto para a dança em cadeira de rodas é um processo que visa estruturar o corpo de maneira que o indivíduo construa ou reconstrua uma imagem inteira de seus ossos, músculos e articulações, cuja identidade de movimento se faça através do potencial remanescente. Ou seja, aprender através das dificuldades invocadas pela lesão, com uma linguagem gestual recriada a partir da leitura de corpo diferente.

Categoria: Conquistas que resultam em melhor qualidade de vida:

Pergunta: *Acha que a dança te possibilitou conquistas em outros aspectos?*

Ahh sim,

Porque a dança me levou a conhecer um pedacinho da Europa,

Um pouquinho daqui, um pouquinho dali, a dança me levou para onde eu quis,

Eu me paralisei das pernas, mas foi aí que eu andei por onde eu queria,

A dança me fez receber convites pelo mundo,

Conhecer o outro,

Trocar informações, culturas.

Entretanto eu aceito convites que tem a ver com a minha opção, escolha

Subcategoria: Conhecimento de novas culturas e lugares

Percebe-se que a dança em cadeira de rodas e todo contexto que ela envolve, como ensaios, espetáculos, mostras, e viagens, favorecem a quebra de barreiras sociais, emocionais e atitudinais dos dançarinos, além de oferecer oportunidades reais de conhecimento de novas culturas, novos lugares e ampliação de contatos sociais de seus participantes.

De acordo com Matos (2005), a dança em cadeira de rodas possibilita a participação de todos os dançarinos, considerando suas possibilidades, desejos e interesses.

A dança em cadeira de rodas atualmente também abrange cenários, contextos e culturas diversificados, não somente destinados às pessoas com deficiência, mas também no âmbito artístico e cultural, na medida em que o grupo e os dançarinos evoluem, tornam-se conhecidos e conquistam seus espaços, como no caso da dançarina entrevistada.

Considerações finais

Neste estudo, percebe-se que a qualidade de vida da dançarina em cadeira de rodas é diretamente percebida nas suas atitudes decorrentes de sua atuação no grupo de dança a qual está inserida.

Após o processo de adaptação no corpo com deficiência, a dançarina resgatou sua autoestima e autoconfiança, voltando a sentir prazer nos movimentos e ao sentir-se bem com seu corpo e com sua nova situação, através da música, da expressão e dos gestos, a dançarina pode transcender a sua condição corporal limitadora melhorando sua qualidade de vida, nos aspectos físicos, emocionais e sociais.

LOPES (2011) reflete sobre esta prática na seguinte perspectiva:

“Dançar nas mais diferentes formas expressadas ou manifestadas trazem consigo significados que pode ser identificados somente pelas partes envolvidas e na maioria das vezes possibilitam muitas leituras como sendo também uma forma de

gritar pela liberdade através da expressão do corpo, viver, sentir cada momento da música, dos corpos que se entrelaçam, da descoberta do individual e do coletivo como um só corpo, dos giros, dos aplausos, do realizar e se fazer sujeito nas vivências e na identidade do papel de artista pela subjetividade presente no contexto da dança e da deficiência”.

Referências bibliográficas

- ARAÚJO, P. *Handebol em cadeira de rodas: regras e treinamentos*. São Paulo: Phorte, 2010.
- ARAÚJO, P., SILVA, R. *Aspectos gerais da deficiência física e suas implicações no dia a dia*. No prelo, 2011.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70LDA, 1977.
- BERNABÉ, R. *Dança e deficiência: proposta de ensino*. (2001), Dissertação (mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001.
- BERNABÉ, R. In: *Em pleno Corpo. Educação somática e saúde*. Bolsanello, D. P.(org). Curitiba: Juruá, 2008.
- FUX, M. *Dança terapia*. São Paulo: Summus, 1988.
- KROMBHOLZ, G. Rausch, H. & Zimmer, M. *Wheelchair Dance Sport*. München. (in press) (+ videoStandard Section and Latin Section), 2001.
- LIANZA, S. *Medicina de Reabilitação*. In: CASALIS, GREVE,(orgs) *A lesão medular*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1985.
- LOPES, K. *Identidade social e a auto - conceito do dançarino em cadeira de rodas* (2011), Dissertação (mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2011.
- MATTOS, E. *Dança em Cadeira de Rodas: Proposta Inclusiva*. In: Ferreira, E.L (org). Juiz de Fora: CBDCCR, 2005.
- NUNES, C. *Consciência do movimento a educação pelo corpo: dança, terapia e educação: caminhos Cruzados*. In: Calazans, Cas-

tilho, Gomes. (orgs). *Dança e Educação em Movimento*. São Paulo: Cortez Editora, 2003.

PERES & GONÇALVES. *Dança para pessoas com lesão medular: uma experiência de abordagem terapêutica*. Revista Conexões, Campinas, vol.6. Dezembro. 2001.

TOLOCKA, R. *Dançar em cadeira de rodas: muito mais do que dançar com o que sobrou - aspectos neurológicos do movimento executado por pessoa com lesão neuronal*. In: Ferreira, Rocha Ferreira, Forti, (orgs). *Interfaces da Dança para Pessoas com Deficiência*. Campinas: CBDCR, 2002. Disponível em: http://pt.wikipedia.org/wiki/Qualidade_de_vida, consultado em 28/02/2011.

- MATSUDO, V. K. R. *et al.* Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível sócio-econômico, distribuição geográfica e de conhecimento. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 10, p. 41-50, 2002.
- _____. Avaliação do idoso: física & funcional. Londrina: Midiograf, 2000.
- MONTEIRO W. D. Aspectos fisiológicos e metodológicos do condicionamento físico na promoção da saúde. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, Londrina, v. 1, n. 3, 1996.
- MONTEIRO, M. F.; SOBRAL FILHO, D. C. Exercício físico e o controle da pressão arterial. *Rev Bras Med Esporte*, v. 10, n. 6, p. 513-516. 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.org/index.php?lang=gn>> Acesso em: 23 abr. 2007.
- NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina: Midiograf, 2003.
- NIEMAN, D. C. Exercício e saúde. São Paulo: Manole, 1999.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE/OMS. Doenças crônico-degenerativas e obesidade: Estratégia mundial para a alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília, 2003.
- PITANGA F. J. G. Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde. São Paulo: Phorte, 2004.
- PORTO, R. de M.; RASO, V. A importância da atividade física para portadores de esclerose múltipla e obesos. *Rev. Bras de Obs. Nut e Emag*, v. 1, n. 1, p. 80-89, 2007.
- ROMÃO, E.R.; ZAMAI, C.A. Estudar os benefícios da atividade física entre colaboradores da Unicamp. Trabalho de Conclusão de Curso. Curso de Educação Física, Universidade Paulista, Campinas, 2010.
- SABA, F. Mexa-se: atividade física, saúde e bem-estar. São Paulo: Takano, 2003.
- SALVE, M. G. C.; BANKOFF, A. D. P. Análise da intervenção de uma programa de atividade física nos hábitos de lazer. *Revista de Saúde Ocupacional*, v. 28, n. 105/106, p. 73-81, 2004.

- SEEDHOUSE, D. Health promotion: philosophy, prejudice and practice. New York: John Wiley and Sons; 1997.
- SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C. M. L. C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. Caderno de Saúde Pública, v. 20, n. 2, p. 580-588, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.org/index.php?lang=gn>>. Acesso em: 23 abr. 2006.
- SIGERIST, H. The University at the Crossroad., Nova York: Henry Schumann Publisher, 1956.
- THEOBALD, M. V.; DIETRICH, S. H. C. Análise dos benefícios da atividade física em pacientes com depressão do sexo feminino em idade de 22 a 55 anos no Centro de Atenção Psicossocial de Sidrolândia/MS. 2007. Disponível em: <<http://www.fes.br/revistas/agora/files/2007/AG-2007-50.pdf>> Acesso em: 12 out. 2007.
- VILARTA, R. Qualidade de vida e políticas públicas: saúde, lazer e atividade física. Campinas: IPES, 2004.
- WAISSMANN, W. Desigualdade social e atividade física. In: BAGRICHEVSK, Y.M.; PALMA, A.; ESTEVÃO, A. A saúde em debate na educação física. Blumenau: Edites, 2003.
- WEINECK, J. Biologia do esporte. Barueri: Manole, 2005.
- _____. Atividade física e esporte para que? Barueri: Manole, 2003.
- ZAMAI, C. A. Atividade física e saúde: estudo do conhecimento de professores de educação física do ensino fundamental através da educação a distância. 2000. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2000.
- _____. *et al.* Estudo dos fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis entre funcionários. Conexões, Campinas, v. 6, n. 1, p. 14-30, 2008.

ZAMAI, C.A. Impacto das atividades físicas nos indicadores de saúde de sujeitos adultos: Programa Mexa-se. Tese de doutorado. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2009.

ZAMAI, C.A.; BANKOFF, A.D.P. Nível de atividade física e indicadores de qualidade de vida de colaboradores da Unicamp: Análise através do Programa Mexa-se Unicamp XI Simpósio Nordestino de Atividade Física & Saúde, 2010, Aracaju - Sergipe. XI Simpósio Nordestino de Atividade Física & Saúde: da evidência à intervenção. Aracaju - Sergipe: UFS, 2010.