

LAZER E SAÚDE: A DANÇA CIRCULAR NO PROCESSO TERAPÊUTICO DA SAÚDE MENTAL¹

*Milena Mery da Silva*²

Universidade Federal de Santa Catarina
Florianópolis – SC – Brasil

O presente estudo está relacionado à formação no Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. A temática desse estudo está voltada às Danças Circulares, tendo como foco central o processo terapêutico desse recurso utilizado para o tratamento das pessoas com sofrimento psíquico. Neste sentido, apresenta o seguinte problema de pesquisa: Como a Dança Circular já utilizada como instrumento nas redes de saúde e lazer, contribui para saúde mental na percepção das pessoas que utilizam este recurso e de que forma se dá o despertar dos relacionamentos dentro do contexto social em que vivemos, através do viés da dança circular? Partindo do pressuposto que considera a Dança Circular um instrumento de sensibilização, socialização e resgate de valores humanos, a prática das Danças Circulares demonstrou-se como um potente recurso terapêutico, já que incentiva as interações entre os grupos, promove-se o diálogo entre as pessoas e desenvolve o senso de organização coletiva por meio da roda e o senso rítmico proporcionado pela música e o movimento corporal que ela cria. Esta pesquisa justificou-se pela Dança Circular ser um recurso cultural que engloba inúmeros ritmos, cantos e danças de diversas culturas. Ela visa ampliar o conhecimento, em direção ao bem estar físico, mental, emocional e social. Este estudo descreve as contribuições das Danças Circulares no processo terapêutico das pessoas que se utilizam deste instrumento na Rede Pública de Saúde Mental do município de Indaial/SC. Também estuda os aspectos que permeiam as Danças Circulares de forma a promoverem a saúde mental bem como sua inter-relação no processo terapêutico. Descreve os aspectos emergentes nas rodas de Danças Circulares e suas relações com a saúde mental e o lazer, bem como traz os resultados alcançados pela Dança como mais uma ferramenta terapêutica a ser utilizada na área de saúde mental, compreendendo suas possibilidades e limites neste contexto. O estudo foi caracterizado como uma pesquisa qualitativa do tipo pesquisa-ação, permeando a concepção fenomenológica. Utilizou-se da pesquisa descritiva como procedimento de pesquisa e a análise de discurso para o tratamento dos dados coletados. A população que fez parte da pesquisa foi composta por usuários do Centro de Atenção Psicossocial I do município de Indaial/SC. O presente estudo, aliado ao aparato bibliográfico que justificar a resposta da pesquisa, considerou a Dança Circular como um recurso terapêutico capaz de trazer benefícios não somente à área de saúde, como também do lazer. Entre outros aspectos estudados, a Dança Circular estimula as habilidades sociais, possibilita a interação entre os membros e desenvolve o apoio e suporte necessários ao tratamento. Além de cultivar o pertencimento de grupo, demonstra que é possível atuar na modulação dos sentimentos,

¹ Dissertação de mestrado defendida no Programa de Pós Graduação em Saúde Mental e Atenção Psicossocial – Mestrado Profissional/ Universidade Federal de Santa Catarina, em julho de 2015, Sob a orientação do Prof. Dr. Ricardo Ricci Uvinha.

² Terapeuta Ocupacional. Mestre Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial formada pela Universidade Federal de Santa Catarina (2015). Endereço eletrônico: milena.meryto@gmail.com.

permitindo transformá-los em boas sensações. No entanto, as danças e as músicas propostas devem ser avaliadas e analisadas a fim de incorporá-las à clínica, como prevê a Terapia ocupacional que objetiva extrair da atividade e de sua execução o que de terapêutico ela é capaz de promover para os sujeitos que a praticam.

PALAVRAS CHAVE: Lazer. Saúde Mental. Dança Circular. Terapia Ocupacional.