

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
CAMPUS JATAÍ
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

OS POSSÍVEIS BENEFÍCIOS PSICOSSOCIAIS DA DANÇA PARA O IDOSO

JAKELINE VAZ DE ALMEIDA
Prof. Esp. CRISTIANI RODRIGUES

RESUMO

A pesquisa se propõe a realizar um estudo sobre os possíveis benefícios psicossociais da dança para idosos. Tomamos como referência para este, os idosos participantes de dois projetos de extensão de Educação Física da Universidade Federal de Goiás em Jataí – GO. Neste sentido outros objetivos foram traçados: verificar o motivo pelo qual os idosos praticam a dança; analisar a influência da dança na vida psicológica e social dos idosos, verificando as possíveis transformações que a dança ocasionou no convívio destes com família e amigos, bem como estudar a dança como forma de promoção da qualidade de vida. Para esta construção, utilizamos o levantamento bibliográfico dos assuntos referentes à pesquisa de campo com uma abordagem qualitativa, posteriormente, foram entregues trinta e cinco questionários a idosos participantes dos projetos: Viva em ação para o controle da hipertensão, e Mexa-se e Viva melhor. A partir dos dados coletados realizamos a análise, confrontando-os com o material bibliográfico encontrado. Assim percebemos que a dança é muito relevante na vida psicossocial do idoso, promovendo inúmeros benefícios para o mesmo. Cumprindo a finalidade proposta por esta pesquisa em demonstrar o quanto à dança é uma atividade importante no trato com idosos, fornecendo subsídio para novas pesquisas e práticas profissionais inerentes ao tema aqui abordado.