



## Dançar na Terceira Idade: uma chave para a transformação social

PEIXOTO, Gisele De Moura,\*  
SOUZA, Andréa Bittencourt de  
ULBRA/ Canoas

### INTRODUÇÃO

A experiência de envelhecer vem se transformando nos últimos anos, de forma que vemos alteradas as representações sociais do idoso (SILVA, 2008). O projeto Dança na terceira idade integra o Projeto Comunitário da ULBRATI, inserindo o público-alvo em uma caminhada artística e cultural, a qual expande a ideia de fazer danças apenas como recreação ou voltada à aquisição e manutenção da saúde do idoso.

Alguns dos objetivos do projeto Dança na Terceira Idade da ULBRATI foram: proporcionar atividades de dança promovidas pelo Curso de Dança, através de seus alunos e coordenação do projeto, para o público de terceira idade; propiciar a integração dos indivíduos idosos ao ambiente universitário; promover a saúde e o bem estar ampliando as possibilidades de prática, apreciação e criação em dança.

### METODOLOGIA

O projeto Dança na Terceira Idade da ULBRATI realiza-se uma vez por semana nas dependências do prédio 55, da ULBRA/ Canoas, no horário das 14h às 15h, e das 15h às 16h. No primeiro grupo atende em torno de 30 pessoas, as quais realizam uma aula que enfoca prioritariamente a criação e não reprodução de movimentos, assumindo um papel diferenciado às demais atividades físicas do projeto comunitário. Explorar movimentos, criar sequências, apreciar e pesquisar culturas da dança são algumas estratégias usadas nessa aula. O segundo grupo inicia-se na sequência de horário, atendendo um outro grupo de idosos (30 alunos) que se dedicam não somente a fazer aulas, como também a ensaiar e criar repertórios de Dança, realizando apresentações em diferentes localidades ao longo do ano. O número de atendimentos expande-se quando se apresentam em diferentes eventos, os quais são assistidos por todos os participantes da ULBRATI (100 ou mais idosos) e ainda, seus familiares, amigos, organizadores e demais amigos.

### RESULTADOS

O público da ULBRATI, ao longo do semestre, obteve a oportunidade de participar de aulas, ensaios, apreciações e apresentações de Dança, de modo que se integrou ao ambiente universitário, fortaleceu laços entre seus pares, bolsistas e coordenadores. Além disso, ao participar de muitas práticas integrativas ampliou suas possibilidades de desenvolvimento social e cultural, o que repercute diretamente na saúde e bem-estar dos envolvidos.

Wolff (2009) comenta que a tendência da sociedade é inviabilizar o idoso, pois essa é extremamente voltada para a produção, ao consumo, à juventude e à beleza. Particularmente nas apresentações de Dança, o idoso torna-se visível, demonstrando superar suas limitações e passa também a ser respeitado e integrado socialmente.

Segundo Marques (2010, P.115) “da mesma forma que danças moldam nossos corpos, nossas danças também modificam o meio em que vivemos”, o que pode ser observado na corporeidade dos participantes do Projeto Dança na Terceira Idade. Assim como são modificados, modificam ao se apresentarem, o modo como a sociedade os enxerga e representa.

### CONCLUSÕES FINAIS

Ao finalizar esse trabalho constatamos, a partir da experiência no Projeto Dança na Terceira Idade, o quanto essa prática colabora para a ressignificação do idoso na sociedade. Isso fica evidenciado na postura frente às aulas de Dança, nas decisões tomadas em conjunto, nas apresentações e tudo que isso requer, como figurinos, ensaios e superação física e mental. Fica explicitado também nas relações com seus pares, familiares, bolsistas e professores que passam a ouvi-los e respeitar suas opiniões.

Dançar é uma prática transformadora, uma chave para alavancar novas relações sociais, na terceira idade e em qualquer idade.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MARQUES, Isabel A. **Linguagem da Dança: arte e movimento**. 1.ed. São Paulo, 2010.

SILVA, Luna Rodrigues Freitas. **Da velhice à Terceira Idade: O Percorso Histórico das Identidades Atreladas ao Processo de Envelhecimento**. Rio de Janeiro, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/cgi-bin/wxis.exe/iah/>>

WOLFF, Suzana Hübner. **Vivendo e Envelhecendo: recortes de práticas sociais nos núcleos de vida saudável**. São Leopoldo: Ed. UNISINOS, 2009.

\* Bolsista de Extensão Universitária da Universidade Luterana do Brasil – ULBRA/ Canoas, 2018/2.

