

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

Milena Mery da Silva¹

Ricardo Ricci Uvinha²

O presente estudo está relacionado à formação no Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. A temática está voltada às Danças Circulares, tendo como foco central o processo terapêutico desse recurso utilizado para o tratamento das pessoas com sofrimento psíquico. Esta pesquisa justificou-se pela Dança Circular ser um recurso cultural que engloba inúmeros ritmos, cantos e danças de diversas culturas. Visa ampliar o conhecimento, em direção ao bem estar físico, mental, emocional e social. 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. 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, 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. Saúde Coletiva.

¹ Universidade Federal de Santa Catarina. milena.meryto@gmail.com

² Universidade de São Paulo. uvinha@usp.br