



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - CAMPUS I
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

PALOMA SILVA SOUZA

**A DANÇA COMO AGENTE PROMOTOR DA SAÚDE ATRAVÉS DO
PROGRAMA “MEXE CAMPINA”, NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB.**

**CAMPINA GRANDE/PB
2019**

PALOMA SILVA SOUZA

**A DANÇA COMO AGENTE PROMOTOR DA SAÚDE ATRAVÉS DO
PROGRAMA “MEXE CAMPINA”, NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB.**

Trabalho de Conclusão de Curso, de natureza Artigo como requisito final para a Conclusão do Curso de Bacharelado em Educação Física, do Departamento de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Dóris Nóbrega de Andrade Laurentino

CAMPINA GRANDE/PB
2019

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S729d Souza, Paloma Silva.
A dança como agente promotor da saúde através do Programa "Mexe Campina", na cidade de Campina Grande-PB [manuscrito] / Paloma Silva Souza. - 2019.
15 p. : il. colorido.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2019.
"Orientação : Profa. Dra. Dóris Nóbrega de Andrade Laurentino, Clínica Academia Escola de Educação Física - CCBS."
1. Políticas Públicas. 2. Mexe Campina. 3. Dança. I. Título
21. ed. CDD 792.62

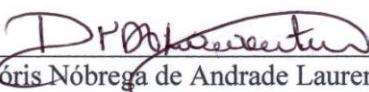
PALOMA SILVA SOUZA

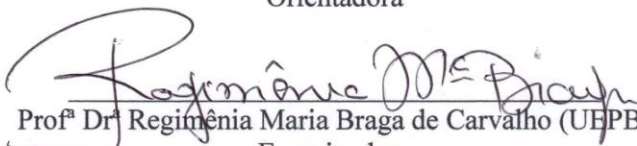
**A DANÇA COMO AGENTE PROMOTOR DA SAÚDE ATRAVÉS DO
PROGRAMA “MEXE CAMPINA”, NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB.**

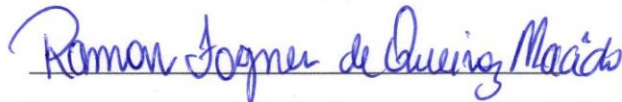
Trabalho de Conclusão de Curso, de natureza Artigo como requisito final para a Conclusão do Curso de Bacharelado em Educação Física, do Departamento de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba.

Aprovado em : 12 / 12 / 2019.

BANCA EXAMINADORA


Profª Drª Doris Nóbrega de Andrade Laurentino (UEPB)
Orientadora


Profª Drª Regimênia Maria Braga de Carvalho (UEPB)
Examinadora


Profº Esp. Ramom Fagner de Queiroz Macedo (UNIP)

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	5
3. METODOLOGIA.....	8
5. A DANÇA NO PROJETO MEXE CAMPINA.....	8
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	9
7. REFERÊNCIAS	10
8. APÊNDICE	12

RESUMO

A DANÇA COMO AGENTE PROMOTOR DA SAÚDE ATRAVÉS DO PROGRAMA “MEXE CAMPINA”, NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB.

SOUZA, Paloma Silva.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde – OMS (2016), as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) levam a óbito cerca de 38 milhões de indivíduos a cada ano, sendo responsáveis por 70% das mortes no mundo. Elas são as principais causa de mortalidade na maioria dos países e no Brasil. A atividade física juntamente com a alimentação saudável são um dos mecanismos para a mudança do estilo de vida. E mesmo sabendo dos diversos benefícios da atividade física, muitas pessoas não aderem à prática, tornando-os cada vez mais sedentários e suscetíveis a essas doenças. Desta forma, o Projeto “Mexe Campina” tem como objetivo promover a adoção de um estilo de vida mais saudável, distribuído em diversos polos em toda cidade. As atividades estão voltadas para práticas corporais, com diversas modalidades, destacando-se a dança. O objetivo desta pesquisa de natureza qualitativa foi abordar a dança como agente promotor da saúde, através do referido Programa na cidade de Campina Grande-PB. Conclui-se que o Projeto Mexe Campina demonstra ser um potencializador em ações das políticas públicas de saúde, pois promove mudança no estilo de vida da população, combatendo principalmente o sedentarismo. Ainda, o presente estudo visa servir como referencial bibliográfico e incentivar a produção de mais pesquisas da área em questão, tendo em vista a falta de registro das ações e dos dados do projeto além de não disponibilizado estas informações no site da Secretaria Municipal de Esporte Lazer e Juventude.

Palavras-chave: Políticas Públicas. Mexe Campina. Dança.

ABSTRACT

DANCE AS A HEALTH PROMOTING AGENT THROUGH THE “MEXE CAMPINA” PROGRAM IN CAMPINA GRANDE-PB.

SOUZA, Paloma Silva.

According to the World Health Organization (WHO) (2016), chronic noncommunicable diseases (NCDs) kill about 38 million individuals each year, accounting for 70% of deaths worldwide. They are the leading cause of mortality in most countries and Brazil. Physical activity coupled with healthy eating are one of the mechanisms for lifestyle change. And even knowing the many benefits of physical activity, many people do not adhere to the practice, making them increasingly sedentary and susceptible to these diseases. Thus, the “Mexe Campina” Project aims to promote the adoption of a healthier lifestyle, distributed in various poles throughout the city. The activities are focused on body practices, with various modalities, especially dance. The objective of this qualitative research was to approach dance as a health promoting agent, through the referred Program in the city of Campina Grande-PB. It is concluded that the Mexe Campina Project proves to be a potentiator in public health policy actions, as it promotes a change in the lifestyle of the

population, mainly fighting sedentary lifestyle. Still, this study aims to serve as a bibliographic reference and encourage the production of more research in the area in question, in view of the lack of record of actions and data of the project and not available this information on the website of the Municipal Secretariat of Sport Leisure and youth.

Keywords: Public Policies. Mexe Campina. Dance.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde- OMS (2016), as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) levam a óbito cerca de 38 milhões de indivíduos a cada ano, sendo responsáveis por 70% das mortes no mundo. Elas são as principais causa de mortalidade na maioria dos países, inclusive no Brasil. Hipertensão, diabetes e obesidade são as mais comuns. Embora multifatorial, a razão principal de tanta gente desenvolver essas doenças é a inatividade física, ou seja, o sedentarismo. Essas doenças são responsáveis por 51,6% dos óbitos na população de 30 a 69 anos no Brasil em 2015 (BRASIL, 2018).

A atividade física juntamente com a alimentação saudável são um dos mecanismos para a mudança do estilo de vida. E mesmo sabendo dos diversos benefícios da atividade física, muitas pessoas não aderem à prática, tornando-os cada vez mais sedentários e suscetíveis a essas doenças. Para Matsudo (2001) a prática de atividade física promove melhora do perfil do lipídico, aumento da capacidade aeróbica, diminuição de dores articulares, mudanças na composição corporal, utilização de glicose ampliada.

Segundo Sobreira e Navarro (2010) parte da população não tem acesso a uma prática de atividade física orientada, seja por fatores socioeconômicos, e/ou indisponibilidade de tempo. Para contribuir com a prática e acesso às atividades existem estratégias que priorizam as ações de promoção da saúde dos indivíduos, de forma integral e contínua, contando com a inclusão do profissional de Educação Física, para orientar e prescrever exercícios em grupos.

Desta forma, o Programa “Mexê Campina” tem como objetivo promover a adoção de um estilo de vida mais saudável, distribuído em diversos polos em toda cidade. As atividades estão voltadas para práticas corporais, com diversas modalidades, destacando-se a dança.

A dança está relacionada à história da humanidade. A dança nasceu da necessidade de expressar uma emoção, de uma plenitude particular do ser, de uma exuberância instintiva, de um apelo misterioso que atinge até o próprio mundo animal (CAMINADA, 1999 *Apud* FERREIRA, 2004, p. 17). No decorrer dos séculos a dança diferenciou-se, fazendo surgir fenômenos distintos, de acordo com o motivo que leva o ser humano a dançar. Muito provavelmente as primeiras danças foram rituais ou místicas.

Boa parte dessas danças está ligada a determinado momento da vida desses povos (Faro 2004), o que fixa o pensamento de uma sociedade dançante e expressivamente conta sua história através das suas expressões corporais.

Desta forma o objetivo desta pesquisa foi abordar a dança como agente promotor da saúde, através do Programa “Mexê Campina” na cidade de Campina Grande-PB.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A falta da prática regular de atividade física está associada a doenças cardiovasculares, a diabetes mellitus tipo 2, a obesidade, a alguns tipos de cancro. As doenças crônicas não transmissíveis são as patologias que mais matam no mundo e

principalmente em países de média e baixa renda. O comportamento sedentário está relacionado com efeitos nocivos para saúde. Com o avanço da tecnologia, as práticas de tarefas, tanto as diárias como as laborais, passaram a ser mais fáceis, o que diminuiu o período e a intensidade da atividade física e aumentou o tempo exposto a hábitos sedentários (BRASIL, 2018).

No Brasil as DCNT são também a principal causa de mortalidade. Em 2009, após correções para causas mal definidas e sub-registro, responderam por 72,4% do total de óbitos. As quatro doenças - doenças cardiovasculares, neoplasias, doenças respiratórias crônicas e diabetes - responderam por 80,7% dos óbitos por doenças crônicas (PASSOS,2011).

Segundo Carlucci et al.(2013), tanto o Exercício Físico, quanto a Atividade Física podem trazer benefícios para a saúde, tendo por objetivo o controle do peso corporal, perda de gordura, e várias doenças que podem ser prevenidas que são provenientes do sedentarismo.

A atividade física embora seja um coadjuvante no tratamento de várias doenças como: a depressão, obesidade, hipertensão, entre outras, ela também previne doenças cardiovasculares, aumenta a resistência óssea, gera um aumento no metabolismo e associado a eles temos a diminuição do estresse e o risco de ansiedade (COSTA; SILVA; MACHADO, 2018).

Embora a população saiba dos benefícios da atividade física e do bem-estar que esta pode proporcionar, não é o bastante. O Estado precisa oferecer de forma gratuita este serviço, pois de acordo com a Constituição Federal (Brasil, 1988) dentre os diversos direitos sociais, o acesso a todo cidadão à saúde e ao lazer. O direito à saúde é citado nos artigos 6º, 196º a 200º, que reconhece e prevê, como deveres do Estado, a prevenção, proteção e recuperação da saúde por meio da assistência gratuita – total e universal – médica, hospitalar e medicamentosa.

Ao ser reconhecido como direito social no artigo 6º, o lazer, em tese, passa a ser equiparado à educação, saúde e trabalho, entrando, assim, na pauta das políticas sociais. Em síntese, o Estado deve atuar na formulação, execução e avaliação de programas que visem estabelecer medidas de proteção social aos indivíduos marcados pela exclusão econômica. Essas ações devem atender, prioritariamente, a garantia dos direitos sociais (MACIEL,2018).

De forma mais efetiva, conforme relata Teixeira (2009), o início dessas ações no Brasil se deu, a partir de 1973, com a proposta do programa internacional denominado de “esporte para todos” sob o nome de MEXA-SE, e tinha como objetivos principais: 1) aprimorar a aptidão física da população; 2) elevar o nível do desporto em todas as áreas; 3) intensificar a sua prática às massas; 4) ampliar o nível técnico das representações nacionais; e 5) difundir as atividades esportivas como forma de utilização do tempo de lazer.

O Programa “Mexe Campina” envolve ações de promoção a saúde e prevenção de doenças e agravos, planejados pela Secretaria Municipal de Esporte Juventude e Lazer/SEJEL em parceria com a Secretaria de Saúde do Município de Campina Grande-PB, com a ESF (Estratégia de Saúde da Família) com o intuito de proporcionar a população melhoria na sua qualidade de vida através do incentivo à prática de atividade física. O referido programa foi denominado como MEXE CAMPINA (Programa de Promoção da Saúde e incentivo a prática de Atividade Física), existindo há mais de 20 anos (ROCHA,2017)

Segundo Rocha (2017) o programa foi iniciativa do Professor Teles Albuquerque, com o objetivo de ser inserido na gestão como prática de prioridade para usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). Em 1996 o referido programa contou com 20 pessoas participantes e 5 profissionais de Educação Física, e apenas um Polo central localizado no

Parque da Criança, onde Trilhas Ecológicas e caminhadas também fizeram parte do cronograma de Atividades Físicas.

Ao passar do anos o Programa foi se organizando melhor em termos de infraestrutura, material e equipamentos, e também ampliando o público, que abrange pessoas na média de 15 a 70 anos de idade. Além de organizações de eventos e campanhas tais como:

- Corrida do Namorados
- Corrida da Fogueira
- Corrida do Jegue
- Corrida da Inclusão
- Corrida do Idoso
- Caminhada da Lua
- Caminha dos Namorados
- Maior Quadrilhão
- Carroceata

Diante desta oferta de modalidades e eventos na cidade, a dança vem como forma de fidelizar esse público neste projeto.

A dança é uma manifestação cultural, que resgata os valores socioculturais, músicas folclóricas e populares, que levam a harmonia de movimentos com coreografias advindas de experiências de vida (GAIARSA, 1995; GARAUDY, 1980).

O conceito de dança vai além de uma expressão artística, pode ser vista como um meio de adquirir autoconhecimento, uma opção de lazer e desenvolvimento da criatividade (NEVES, 2014).

A dança passou a existir como conhecemos hoje desde o século XVII, e há várias maneiras de se considerar como a dança se consagrou durante os tempos. Podemos, então, observá-la do ponto de vista técnico, do ponto de vista social e do ponto de vista estético, lembrando que devemos tratá-la como um todo, um conjunto harmonioso do que ela é, como foi supracitado, pois a exemplo técnica por si só pode transformar a arte da dança em espetáculo circense.

Um dos marcos da história da dança é a Idade Média e o Renascimento quando a dança surgiu como atividade social, ou seja, como expressão do fato de pertencer a uma determinada classe ou grupo social. Segundo Ried (2003, p. 8) “as classes nobres diferenciavam-se das classes baixas, entre outros através das danças típicas, cuja aprendizagem fazia parte da educação”.

Faro (2004) afirma que a dança está intimamente ligada a certos pontos definidos da vida diária do ser humano, visto que esta trabalha a percepção do próprio corpo contribui com a melhoria da aprendizagem do educando, e ainda, possibilita que amplie sua capacidade de interação social fazendo-o ser conhecedor e respeitador da diversidade.

A dança está relacionada à história da humanidade. A dança nasceu da necessidade de expressar uma emoção, de uma plenitude particular do ser, de uma exuberância instintiva, de um apelo misterioso que atinge até o próprio mundo animal (CAMINADA, 1999 *Apud* FERREIRA, 2004, p. 17). No decorrer dos séculos a dança diferenciou-se, fazendo surgir fenômenos distintos, de acordo com o motivo que leva o ser humano a dançar.

De acordo com Almeida (2003) são vários os benefícios dos exercícios aeróbicos, dentre eles:

- Maior eficiência cardíaca;
- Perda de peso;
- Melhor saúde mental;

- Fortalecimento do sistema imunológico;
- Maior disposição;
- Menor risco de doenças;
- Maior força muscular;
- Maior expectativa de vida.

3. METODOLOGIA

O estudo é de natureza qualitativa e caracterizou-se como uma pesquisa bibliográfica e documental. Com base em Gil (2002), para coleta de dados foi realizado uma busca em artigos, sites, monografias e livros.

A primeira fase de análise foi caracterizada pela exploração de leituras e apreciações da bibliografia e site (UEPB) e da Secretaria de Esporte e Lazer (SEJEL). Em seguida, foram estabelecidas as categorias de análise: aspectos históricos da dança, políticas públicas de saúde, Programa “Mexe Campina”.

4. A DANÇA NO PROGRAMA “MEXE CAMPINA”

Após análise dos textos foi possível observar que a partir da criação do Programa “Mexe Campina”, onde inicialmente acontecia no Parque da Criança com aulas de ginástica coletiva, vem mudando o cenário da atividade física na cidade, especificamente a Dança, ministrado por profissionais de Educação Física, com aulas extremamente animadas, lotadas e atualizadas os repertórios e diversidade de ritmos, fica evidente o interesse do público para participar dessas aulas, fazendo com que os usuários desse programa saiam do sedentarismo e assumam um novo estilo de vida, deixando-os mais ativos e longe das doenças da atualidade ou sejam as Doenças Degenerativas não Transmissíveis (Diabetes, Hipertensão arterial, dislipidemia).

De acordo com Rocha (2017) o “Mexe Campina” conta com uma equipe multidisciplinar (Profissional de Educação Física, Enfermeiros e Técnico de Enfermagem), academia de saúde e polos de atividade física localizadas nos mais variados bairros de Campina Grande. No total:

- 30 Profissionais de Educação Física;
- 12 Profissionais de saúde (Enfermeiro e Técnico de Enfermagem);
- 28 profissionais de apoio;
- Academias de saúde.
- E os polos: Parque da criança; Parque da Liberdade; Palmeira; Vila Olímpica; Tobias di Pace; JK(Cruzeiro); CRAS Pedregal (Pedregal)

Com modalidades de MIX DE RITMOS E ZUMBA® (ROCHA,2018) , tarde e noite com duração de uma hora cada aula que são aulas coreografadas, que trabalham músicas de vários ritmos, intensidade leve, moderada e alta, com movimentos complexos ou simples o que torna essa aula prazerosa e divertida.

Com essa expansão das atividades físicas e dos polos, a Dança está sendo tratada como um agente de promoção de saúde, que vai além do bem-estar físico trazendo diversos benefícios social e psicológico. Considerando-se que a Dança é uma expressão representativa de diversos aspectos da vida do homem. Pode ser considerado como linguagem social que permite a transmissão de sentimentos, emoções da afetividade vivida nas esferas da religiosidade, do trabalho, dos costumes, hábitos, da saúde, da guerra etc. (COLETIVO DE AUTORES, 2012). Isso implica dizer que todo comportamento expressivo corporal do homem está associada ao meio em que vive e no qual se desenvolve enquanto, cidadão, sujeito filosófico e corpo expressivo.

Ainda, dentro da metodologia de ensino da dança é reconhecido o uso de aulas temáticas, abordando datas comemorativas (dia internacional da mulher, halloween) e campanhas de conscientização (setembro amarelo, outubro rosa), importante para a fixação do público nas aulas.

No Brasil, em 2011, DAC, câncer, DRC e diabetes representavam 63,7% do total das mortes prematuras (3). Em 2016, o risco de morte em indivíduos de 30 a 69 anos por essas causas foi de 16,6%(2). Trata-se de um grave problema de saúde pública, identificado no Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil (2011-2022), que tem como meta reduzir a taxa de mortalidade prematura em 2% ao ano, até 2022. Para isso, estão previstos o desenvolvimento de estratégias de promoção de saúde, a redução dos fatores de risco (tabagismo, alimentação inadequada, obesidade, inatividade física e consumo excessivo de álcool) e o suporte para o tratamento das doenças

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desta forma o Programa Mexe Campina demonstra ser um potencializador em ações das políticas públicas de saúde, pois promove mudança no estilo de vida da população, combatendo principalmente o sedentarismo. Ainda, destacar a dança como agente promotor de saúde, sendo disponibilizada de forma gratuita, e assistida por Profissionais de Educação Física, gera grande interesse por parte da população, por ser uma atividade física comum e de fácil acesso. Levando em consideração também os seus benefícios como: melhora da coordenação motora; aumento da capacidade aeróbia, desenvolvimento de ritmo, sociabilização e etc.

Para a formação docente, é de suma importância esses projetos incentivados por órgãos público desenvolvidos na comunidade, pois desta forma abrange o campo de atuação profissional na área da Educação Física.

REFERÊNCIAS

- ALVES CG, MORAIS NETO OL. Trends in premature mortality due to chronic non-communicable diseases in Brazilian federal units. **Ciê n Saú de Coletiva**. 2015;20(3):641-54.
- BRASIL. Ministério da Saúde (BR). Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil (2011-2022) [Internet]. Brasília; 2013 [cited 2018 Jul 29]. Available from: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf
- CARLUCCI, E. M.S., GOUVÊA, J.A.G., OLIVEIRA, A.P., DA SILVA, J.D., MENEZES CASSIANO, A.C., BENNEMANN, R.M. Obesidade e sedentarismo: fatores de risco para doença cardiovascular. **Com. Ciências Saúde**, v.24, n.4, p.375-384, 2013
- COSTA, L. P.; MIRAGAYA, A. Significados culturais do esporte para todos. Apresentando o livro: “World wide Experiences and Trends in Sport for All”. Disponível em: http://www.sportsinbrazil.com.br/artigos_papers/significados_culturais.pdf. Acesso em: 12 dez. 2019.
- COSTA, P. H. V.; SILVA, F. S.; MACHADO, C.J. Nível de Atividade Física e Qualidade de vida dos Estudantes de Fisioterapia de uma Instituição privada de Ensino Superior. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas** –v. 1(2): 46-53, 2018.
- FARO, Antonio Jose. **Pequena história da dança**. 6 ed. Jorge Zahar, 2004
- GAIARSA, J.A. **O que é corpo**. São Paulo. Brasiliense. 1995.
- MATSUDO S, M. M. **Envelhecimento e Atividade Física**. Londrina. Midiograf; 2001
- NEVES, A.M. Dança e psicomotricidade: propostas do ensino da dança na escola. **SCIAS-Arte/Educação**. Vol. 3. Num. 3. p. 67-85. 2014.
- PASSOS VMA, GIATTI L, BARRETO SM. Tabagismo passivo no Brasil: resultados da Pesquisa Especial Do Tabagismo, 2008. **Cien Saú de Coletiva**. 2011;16(9):3671-8.
- SOBREIRA, D.A.; NAVARRO, A.C. **Parâmetros de inclusão do Educador físico no Programa Saúde da Família (PSF) para trabalhar na Prevenção e Tratamento de Pacientes Hipertensos**. **RBP FEX** 2010;4(22):421-8
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes brasileira de diabetes 2017-2018, 2017.
- TEIXEIRA, Sérgio. O Esporte para Todos: a popularização do esporte e do lazer. **Revista de História do Esporte**, v. 2, n. 2, dez. de 2009
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Global Health Estimates 2016: deaths by cause, age, sex, by country and by region, 2000-2016 [Internet]. Geneva: WHO; 2013.

[cited 2019 dez 12. Available from:

http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/estimates/en/index1.html.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Health statistics and information systems: disease burden and mortality estimates. [Internet]. Geneva: WHO; 2016 [cited 2019 dez 12]. Available from:

http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/estimates/en/index1.html.

APÊNDICES



Figura 1



Figura 2



Figura 3