



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA  
DEPARTAMENTO DE ARTES E HUMANIDADES  
CURSO DE DANÇA**

Fanny Aparecida Condé Teixeira

Corpo não paralisado pela deficiência: a contribuição da dança e da educação somática no desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral

Viçosa – MG

2015

Fanny Aparecida Condé Teixeira

Corpo não paralisado pela deficiência: a contribuição da dança e da educação somática no desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral

Trabalho apresentado como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharel em Dança pela Universidade Federal de Viçosa, sob orientação da professora Evanize Kelli Siviero Romarco.

Viçosa – MG

2015

Dedico esta conquista ao meu pai Tadeu, à minha mãe Dileny e à minha irmã Fernanda, os maiores presentes de Deus em minha vida.

## **Agradecimentos**

Agradeço à minha família que sempre me apoiou e me incentivou nessa caminhada. Obrigada pelas palavras de carinho, saber que tenho vocês foi minha maior força ao longo dessa jornada. Mesmo distante, o amor e o companheirismo de vocês nunca me permitiram sentir só. Sou eternamente grata. Amo vocês!

Agradeço às minhas amigas de curso que, aos poucos, se transformaram em uma pequena família Viçosense. Juntas passamos por todos os desafios, tristezas e alegrias, que esta fase nos proporcionou. Agradeço, em especial, às minhas queridas amigas Camila, Débora e Didi que desde o início do Curso se mostraram companheiras em todas as horas e momentos. Essa aventura não seria a mesma sem nossas coreografias, conversas, noites de estudo, viagens, pizzas e chocolates. Esses momentos serão sempre lembrados com muito carinho e gratidão.

Aos professores, agradeço por cada aprendizado. Sei que a missão de um educador nem sempre é fácil, obrigada pela paciência e pela dedicação. Obrigada por compartilhar seus conhecimentos e experiências, me transformando nos âmbitos pessoal e profissional. Quero agradecer, em especial, à minha professora e orientadora Eva. Obrigada por me apresentar esse campo tão vasto e precioso que é a Educação Somática, elemento motivador deste trabalho. Obrigada por me guiar ao longo dessa caminhada.

Não poderia deixar de agradecer aos alunos do projeto Dançativa, em especial à bailarina participante deste estudo. Seu verdadeiro amor pela dança me encantou desde nosso primeiro encontro, nunca deixe de dançar. A todos alunos, obrigada pelo enorme carinho. Agradeço também ao grupo GEDES que colaborou para este estudo e me permitiu compreender melhor em teoria e prática as técnicas de Educação Somática. Aos Gedeiros, meu carinhoso agradecimento.

Para finalizar, agradeço à Deus por ter concedido a mim todos os meios necessários para mais essa conquista.

## Resumo

Essa pesquisa teve como objetivos investigar as possíveis mudanças que a interface entre Dança e Educação Somática pôde proporcionar para o desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com Paralisia Cerebral. Além de buscar uma melhor compreensão e qualidade do movimento através da aplicação de um programa de atividades relacionadas com os fatores de movimentos (espaço, peso tempo fluência). Esta pesquisa utilizou uma abordagem de natureza descritiva e exploratória. Para tanto, foi realizado um estudo de caso em conjunto com uma revisão de literatura dando suporte teórico às observações feitas durante a pesquisa de campo, que aconteceu por meio de encontros semanais, no período de junho a novembro de 2015. Fernanda, 30 anos, apresenta movimentos involuntários - atetósicos e coreicos - devido à Paralisia Cerebral. Além de aulas de dança, já teve experiências com natação, participou de aulas com educadores físicos envolvendo atividades relacionadas aos aspectos psicomotores e participa de sessões de fisioterapia regularmente. Quando ao uso de dispositivos auxiliares a participante utiliza cadeira de rodas para locomoção. Um dos instrumentos utilizados para a coleta de dados foi a análise do pré e pós-teste de uma coreografia dançada pela participante por meio do “Questionário Sobre a Qualidade da Interpretação”. O outro foi o “Instrumento de acompanhamento da aprendizagem em dança educativa” – IAADE, preenchido ao final de cada aula pela pesquisadora para acompanhar o desenvolvimento progressivo da participante em relação a compreensão sobre os fatores de movimento, relacionados ao Sistema Laban/Bartenieff. As aulas foram baseadas nas práticas de Educação Somática onde a participante foi conduzida a uma pesquisa de autoconhecimento de seu corpo e seus movimentos pela dança. Por meio dos resultados obtidos nesta pesquisa, pode-se verificar um melhor desenvolvimento performático e artístico e compreensão das qualidades dos fatores. A Técnica de Alexander se apresentou como um meio possível para promover o desbloqueio de tensões musculares e articulares, ampliando os movimentos da participante. A Eutonia ao encontro de um maior conhecimento de suas habilidades e limites, permitindo que a aluna, em um processo de auto investigação, pudesse descobrir e explorar movimentos, reafirmando a existência de um corpo/sujeito não paralisado, vivo, ativo, potente e criativo com possibilidade de se conquistar um melhor desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral por meio da interface Dança e Educação Somática.

**Palavras-chaves: Dança; Educação Somática; Paralisia Cerebral.**

## Summary

This research aimed to investigate the possible changes to the interface between Dance and Somatic Education could provide for the performative and artistic development of a dancer with cerebral palsy. In addition to seeking a better understanding and quality of movement by applying a program of activities related to the movement of factors (space, weight creep time). This research used a descriptive and exploratory nature approach. Thus, a case study was conducted in conjunction with a review of literature giving theoretical support to the observations made during the field survey, which took place through weekly meetings in the period from June to November 2015. Fernanda, 30, It presents involuntary movements - atetósicos and choreic - due to cerebral palsy. In addition to dance classes, she had experiences with swimming, attended classes with physical educators involving activities related to psychomotor aspects and attends physiotherapy sessions regularly. When the use of assistive devices the participant uses a wheelchair for mobility. One of the instruments used for data collection was the analysis of pre- and post-test a choreography danced by the participant through the "Survey on the Quality of Interpretation". The other was the "learning monitoring instrument in educational dance" - IAADE, completed at the end of each class by the researcher to accompany the progressive development of participant for understanding the movement of factors related to the Laban / Bartenieff System. The classes were based on Somatic Education practices where the participant has conducted a self scan your body and its movements for dance. Through the results of this research, it can be seen better and performative artistic development and understanding of the qualities of factors. The Alexander Technique is presented as a possible means to promote the release of muscle and joint strains, increasing the participant's movements. The Eutony to meet a greater knowledge of your skills and limits, allowing the student in a process of self-inquiry, could discover and explore movement, reaffirming the existence of a body / subject not paralyzed, alive, active, powerful and creative with the possibility to win a best performative and artistic development of a dancer with cerebral palsy through Dance and Somatic Education interface.

**Keywords: Dance; Somatic Education; Cerebral Palsy.**

## Sumário

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	10
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	12
2.1. Objetivo geral .....	12
2.2. Objetivos Específicos .....	12
<b>3. REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	13
3.1. O Sistema Laban/Bartenieff.....	13
3.2. Educação Somática .....	18
3.2.1. Métodos de Educação Somática trabalhados na pesquisa.....	19
3.3. Propriocepção e Paralisia Cerebral .....	22
3.4. Fatores de movimento e Educação Somática .....	23
3.5. Paralisia Cerebral .....	24
3.5.1. Síndromes Espásticas .....	25
3.5.2. Síndromes Discinéticas .....	25
3.5.3. Síndromes Atáxicas.....	26
3.5.4. Síndromes Atônica .....	26
3.5.5. Distúrbios associados a Paralisia Cerebral.....	26
3.6. Educação somática, Dança e Paralisia Cerebral .....	27
<b>4. METODOLOGIA</b> .....	29
4.1. Participantes.....	29
4.2. Aspectos éticos .....	30
4.3. Local da pesquisa, materiais e equipamentos .....	30
4.4. Procedimento de intervenção.....	30
4.5. Relação entre conteúdos e objetivos .....	31
4.6. Instrumento da pesquisa.....	32
4.7. Tratamento dos Dados .....	33
<b>5. ANÁLISES E DISCUSSÃO RESULTADOS</b> .....	35
5.1. A compreensão das qualidades de movimentos pelas atividades da Educação Somática e de Dança.....	35
5.2. Qualidades Performáticas e Expressivas de um Corpo não Paralisado pela Deficiência.....	51
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	54
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	55

## Lista de Anexos

<b>Anexo 1</b> .....	<b>59</b>
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO .....	59
<b>Anexo 2</b> .....	<b>62</b>
TERMO DE ASSENTIMENTO .....	62
<b>Anexo 3</b> .....	<b>66</b>
INSTRUMENTO DE ACOMPANHAMENTO DA APRENDIZAGEM EM DANÇA EDUCATIVA (IAADE) .....	66
<b>Anexo 4</b> .....	<b>69</b>
QUESTIONÁRIO SOBRE A QUALIDADE DA INTERPRETAÇÃO .....	69

## Lista de imagens

<b>Imagem 1:</b> Conexões Ósseas .....	15
<b>Imagem 2:</b> Fotografia de F.M. Alexander, 2005 .....	19
<b>Imagem 3:</b> Fotografia de Gerda Alexander .....	20

## Lista de tabelas

<b>Tabela 1:</b> Teste de sinais .....	50
----------------------------------------	----

## Lista de quadros

<b>Quadro 1:</b> Relação entre o conteúdo das aulas e os objetivos .....	30
<b>Quadro 2:</b> Dificuldades e ganhos apresentados pela participante registrados pelo IAADE ---	35

## Lista de gráficos

<b>Gráfico 1:</b> Evolução da participante registrada pelo IAADE .....	36
<b>Gráfico 2:</b> Habilidades da aluna segundo o IAADE .....	37

<b>Gráfico 3:</b> Evolução da habilidade <i>mobilidade articular</i> segundo o IAADE -----	38
<b>Gráfico 4:</b> Evolução da habilidade <i>equilíbrio em um apoio</i> segundo o IAADE -----	39
<b>Gráfico 5:</b> Evolução da habilidade <i>fluência</i> segundo o IAADE -----	41
<b>Gráfico 6:</b> Evolução da habilidade <i>espaço</i> segundo o IAADE -----	43
<b>Gráfico 7:</b> Evolução da habilidade <i>peso</i> segundo o IAADE -----	44
<b>Gráfico 8:</b> Evolução da habilidade <i>tempo</i> segundo o IAADE -----	46
<b>Gráfico 9:</b> Evolução da habilidade <i>fatores de movimento</i> segundo o IAADE -----	47
<b>Gráfico 10:</b> Evolução da habilidade <i>improvisação</i> segundo o IAADE -----	48

## 1. INTRODUÇÃO

É extremamente importante para o bailarino, ter consciência de seu corpo, de seus limites e principalmente de suas capacidades, e quando finalmente se veem livres para vivenciar essa experiência única ele descobre o verdadeiro significado da dança.

Este pensamento tornou-se mais sólido apenas quando eu, bailarina e pesquisadora deste estudo, busquei, no ano de 2013, participar do Grupo de Estudos de Dança e Educação Somática – GEDES. Mas não poderia imaginar que esta decisão possibilitaria futuramente um encontro com outras interfaces, tanto na pesquisa, quanto na extensão de trabalhos com a deficiência.

Através do GEDES (vinculado ao Departamento de Artes de Humanidades – DAH), pude compreender o corpo de maneira mais profunda. Por meio de estudos prático-teóricos das práticas corporais somáticas aplicadas à dança pude experienciar e refletir sobre o dançar fundamentado em um corpo que é construído de significados e de histórias; em um corpo que se torna inteiro e sensível na busca de um elo expressivo e dialógico entre a Arte e a Saúde.

Paralelamente, outro projeto que dialoga por estas linhas e na construção dos conhecimentos acadêmicos é o Projeto Dançativa<sup>1</sup>, que tem como finalidade trabalhar a dança com pessoas que possuam algum tipo de deficiência, seja ela física, intelectual, visual, auditiva ou múltipla. Este projeto almeja o desenvolvimento motor, intelectual, sensitivo e criativo de cada participante, buscando uma melhor qualidade de vida por meio da dança.

A partir da junção desses dois projetos surgiu o interesse em pesquisar quais mudanças a dança, em conjunto com a educação somática, pode proporcionar para uma pessoa com deficiência física. Portanto, esta pesquisa foi um estudo de caso de uma bailarina com Paralisia Cerebral, participante do projeto Dançativa.

Paralisia Cerebral é um grupo de desordens da postura e do movimento, devido a distúrbios não progressivos no encéfalo em desenvolvimento, os quais causam limitação de atividade. Segundo Costa et al (2011), as consequências provocadas pela Paralisia Cerebral incluem variações no tônus e na força muscular, podendo também surgir deformidades e contraturas musculares. Com o sistema motor debilitado o controle postural também é atingido, prejudicando o equilíbrio e a estabilidade.

Devido ao comprometimento neuromotor surgi dificuldades na realização de movimentos que possam ser: deslocados pelo espaço com maior fluidez e continuidade; controlados com maior nitidez em um espaço/tempo determinado, realizados em velocidades

---

<sup>1</sup> Corresponde a um subprojeto do Programa de Atividade Física Adaptada – PROAFA, ambos acontecem no Departamento de Educação Física da UFV, coordenado pela professora Dr.<sup>a</sup> Eveline Torres Pereira.

rítmicas variadas comprometendo, assim, o trabalho performático e expressivo no ato de dançar.

Portando, se o diálogo entre a dança e a educação somática trabalha com o corpo de forma integral; constrói a capacidade de ler interiormente as sensações, e os comportamentos que este corpo pode revelar; e contribui para com a produção da expressividade e do movimento do bailarino (SIVIERO, 2010), então buscou-se pesquisar possíveis mudanças no desenvolvimento performático e artístico que esse diálogo pode trazer para a participante dessa pesquisa.

A Paralisia Cerebral foi descrita pela primeira vez em 1860 pelo Doutor William Little e desde então vem sido feitas várias pesquisas com a finalidade de proporcionar uma melhor qualidade de vida para as pessoas com essa deficiência. A dança é uma das atividades que vem se mostrando eficiente para a melhora da qualidade de vida possibilitando benefícios nos aspectos físico, emocional e social, firmando e projetando a pessoa com deficiência pela sua capacidade artística, como corpo/sujeito e não pela sua disfunção ou deficiência/superação.

Nesse sentido podemos entender que a dança associada à educação somática pode trazer ainda mais benefícios para o indivíduo. Segundo Bolsanello (2005, p. 100):

Dependendo da história de cada aluno, de suas necessidades e de seu engajamento no processo educacional, a educação somática pode lhe dar resultados eficazes: na diminuição de sintomas antálgicos; na melhora da coordenação motora; na prevenção de problemas músculos-esqueléticos resultantes de movimentos repetitivos; no desenvolvimento da capacidade de concentração; na recuperação do esgotamento físico e mental; na melhora da respiração; na melhora da flexibilidade muscular e amplitude articular; no relaxamento de tensões excessivas e ativação de músculos pouco utilizados; na transformação de hábitos posturais inadequados e no desenvolvimento da capacidade de expressão.

Portanto, além de pensarmos no processo artístico podemos identificar vários pontos que são importantes para uma pessoa com Paralisia Cerebral como: melhora da coordenação motora, recuperação de esgotamento físico, melhora da respiração, relaxamento das tensões excessivas (muito recorrente no caso da participante da pesquisa), transformação nos hábitos posturais e o desenvolvimento da capacidade de expressão. Pontos estes que, se trabalhados em conjunto com o processo performático, alicerçam significativamente os elementos de construção e ampliação artística da bailarina. Nesse sentido, a pesquisa mostra-se viável e relevante no âmbito transdisciplinar tanto para educadores, quanto para profissionais das áreas das Artes, Saúde e Ciências Humanas.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo geral**

Essa pesquisa tem como objetivo investigar mudanças que o diálogo entre Dança e Educação Somática pode proporcionar para o desenvolvimento performático e artístico da participante da pesquisa.

### **2.2. Objetivos Específicos**

- Desenvolver atividades relacionadas com os fatores de movimentos (espaço, peso tempo fluência) e verificar se por meio de estímulos corporais, verbais e de imagens, a participante consegue uma maior compreensão das qualidades de movimentos;
- Analisar as possíveis mudanças na qualidade dos fatores de movimentos no corpo, por meio da aplicação de aulas de danças embasadas em princípios das práticas somáticas.

### 3. REVISÃO DE LITERATURA

Segundo Godoy (1999), as artes, de maneira geral, permitem que o homem se relacione em sociedade e exprima suas ideias, servindo como um elo de comunicação entre o homem e o mundo. Dentre as diferentes vertentes artísticas, a dança é caracterizada por uma linguagem corporal que possui uma série de signos que podem ser interpretados, pressupondo uma intencionalidade nas atividades motoras realizadas.

Assim sendo, a significação atribuída a este movimento enquanto relação com o meio humano mobiliza as pessoas por meio de seu teor expressivo e ainda, pode servir de instrumento de exploração do meio físico (GODOY, 1999, p. 48).

Nesse sentido, podemos encontrar nos estudos de movimento iniciado por Laban algumas relações que o corpo pode criar para se tornar mais expressivo e ampliar seu vocabulário gestual.

#### 3.1. O Sistema Laban/Bartenieff

O Sistema Laban/Bartenieff permite a análise, a performance, observação e registro do movimento humano (FERNANDES, 2006, p. 34).

Segundo Cohen (1978), existem duas vertentes no Sistema Laban: a Labanotação (Labanotation) e a Labananálise (Labananalysis ou Laban Movement Analysis – LMA). A Labanotação é utilizada para realizar o registro da coreografia, a partir das variáveis peso, nível e direção no espaço, tempo e ritmo do movimento. Já a Labananálise ou LMA aponta aspectos mais qualitativos do movimento, podendo funcionar como uma estrutura para improvisação na sala de aula.

[...] o aluno explora cada conceito de movimento coreograficamente, e aprende seu registro escrito, sendo simultaneamente o criador, o performer e o responsável por anotar o que é relevante em cada movimento criado. Isto desenvolve a consciência corporal sem dissociar corpo e mente, sensação física e processo cognitivo (FERNANDES, 2006, p. 36).

Por meio da Labananálise pode-se identificar não somente as características coreográficas, mas também se torna possível identificar, descrever e transformar características da imagem corporal, pois o movimento traz qualidades referentes à personalidade da pessoa e de como essa se relaciona com o meio. Trata-se de uma relação entre estética e terapia que permite ao ator descobrir suas preferências de movimento, valorizando-as e possibilitando o enfrentamento de limites e preconceito em relação a sua autoimagem em um processo desafiante (FERNANDES, 2006).

Assim, para Fernandes (2006), a realização da LMA requer o entendimento dos estudos desenvolvidos por Laban quanto a expressividade, que está diretamente relacionada aos quatro fatores de movimento: **fluxo, espaço, peso e tempo**. Essas qualidades variam entre duas polaridades de cada fator. A polaridade condensada tem um fluxo contido, espaço direto, peso forte e tempo acelerado. Já a polaridade entregue possui fluxo livre, espaço indireto, peso leve e tempo desacelerado.

Esta mesma autora cita que o fator **fluxo** faz referência à tensão muscular realizada para deixar fluir o movimento (fluxo livre) ou para contê-lo (movimento controlado). Ambos os fluxos livre e controlado exigem uma tensão muscular, mas “[...] é a relação entre esses músculos tensos, ao invés da presença de tensão no corpo, que determina a qualidade do fluxo.” (C. DELL, 1997, p. 10). O fluxo relaciona-se com o *como* do movimento, e é o primeiro a se desenvolver, servindo de base para os outros.

Segundo Laban (1978, p. 48), o controle da fluência está diretamente “[...] relacionado ao controle dos movimentos das partes do corpo.”. Laban (1978) explica que os movimentos originados no centro do corpo (tronco) e posteriormente se expandem para as extremidades (membros), tendem a possuir uma fluência mais livre. Por outro lado, as ações que se originam nas extremidades do corpo e fluem para o tronco, geralmente tem uma fluência mais controlada. Ele cita as ações: talhar (originalmente *slashing*) e pressionar (*pressing*) respectivamente, como exemplos das diferentes fluências. Segundo Laban (1978), o movimento de talhar com as extremidades do corpo se iniciam no centro do tronco passando seguindo caminho até os membros. Já a ação de pressionar pode ser sentida primeiramente nos dedos, mãos e braços, ombros, até chegar ao centro do corpo.

Independente se a fluência do movimento seja livre ou controlada, a ação é originada por um fator comum, o *esforço*. O esforço está presente em toda e qualquer ação humana e se manifesta por meio dos elementos Peso, Tempo, Espaço e Fluência, podendo ser voluntário ou involuntário. A percepção do esforço para a ação corporal é tão real para nós que não podemos apenas vê-la, mas também imaginá-la. Quando pensamos uma pessoa cantando, por exemplo, conseguimos visualizar o esforço realizado para tão ação. Tal possibilidade é de grande importância para o ator-dançarino permitindo-lhe utilizar descrições de movimento para lhe inspirar a imaginação (LABAN, 1978).

O fator **espaço** refere-se à atenção aplicada ao ambiente ao movimentar-se. Se o foco consiste em um único ponto, trata-se de um foco direto, mas se há vários pontos de atenção ao mesmo tempo, torna-se um foco indireto. O foco indireto não é sinônimo de pouca atenção ao ambiente, o que ocorre quando não há nenhum foco. O espaço proporciona a comunicação,

contato e relação com o outro e com o ambiente (RENGEL, 2003). Este fator está relacionado com o *onde* do movimento.

O fator **peso** refere-se à variação da força ao realizar o movimento. Esse fator “[...] relaciona-se com o ‘*o quê*’ do movimento, a sensação, a intenção ao realiza-lo.” (FERNANDES, 2006, p. 130). O peso leve apresenta movimentos suaves, para cima, já o peso firme, apresenta movimentos de firmeza e resistência, para baixo (RENGEL, 2003 apud ROSSI, 2014).

O fator **tempo** refere-se à uma variação na velocidade do movimento, tornando-o mais rápido ou mais devagar. Esse fator se relaciona com o *quando* do movimento. Os sistemas endócrino e nervoso estão diretamente envolvidos com essa qualidade de apressar-se (aceleração), ou regredir/ paralisar (desaceleração) (FERNANDES, 2006).

Portanto, cada fator é composto pelas seguintes variações: peso varia entre forte/pesado e leve/fraco; já o fator tempo está relacionado à duração do movimento: se a duração é longa, o tempo é lento, e se a duração for curta, o tempo é rápido; o componente espaço se refere ao lugar que ocupamos e o fator fluência é a sensação do movimento (RENGEL, 2003; LABAN, 1978).

A partir da combinação dos três fatores espaço, peso e tempo (excluindo o fator fluxo), pode-se encontrar as oito Ações Básicas de Expressividade (Basic Effort Actions). São elas: Flutuar – indireto, leve, desacelerado; Socar – direto, forte, acelerado; Deslizar – direto, leve, desacelerado; Açoitar – indireto, forte, acelerado; Pontuar – direto, leve, acelerado; Torcer – indireto, forte, desacelerado; Espanar – indireto, leve acelerado; Pressionar – direto, forte, desacelerado (FERNANDES, 2006, p. 153-154).

As oito ações básicas de esforço representam uma ordenação dentre as combinações possíveis dos elementos Peso, Tempo, e Espaço, a qual é estabelecida de acordo com duas atitudes mentais principais que envolvem, por um lado, uma função objetiva e, por outro, a sensação do movimento (LABAN, 1978, p. 117).

Além desses conceitos, Laban traz o termo Cinesfera para se referir ao espaço físico tridimensional ao redor do corpo que possa ser alcançado pelos membros ao serem estendidos em quaisquer direções, sem que haja deslocamentos. A Cinesfera, ou espaço pessoal, pode aumentar ou diminuir ao redor do corpo, como uma *bolha elástica*, dependendo da disposição corporal e do o espaço Interpessoal (FERNANDES, 2006, p. 184).

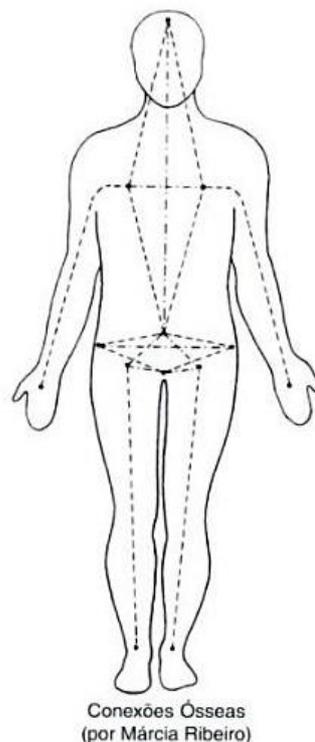
Ao mover-se no espaço o corpo cria linha e formas que vão demarcando seus movimentos e modificando o desenho de sua Cinesfera. Laban utiliza cinco figuras geométricas para elaborar princípios do movimento no espaço. Através de alguns pontos organizados nessas

figuras geométricas, Laban cria uma relação entre espaço e corpo que permite descrever e explorar as direções do movimento (FERNANDES, 2006).

Além das direções, Rossi (2014) contextualiza que o movimento pode ser realizado em três níveis do espaço: nível baixo, médio e alto. Experimenta-se o nível baixo através de rolamentos, ao deitar-se, ao engatinhar, ou seja, ao movimentar próximo ao solo. O nível alto é quando se mantém em pé ou saltar. E o nível intermediário pode ser compreendido como o meio termo entre estar em pé e deitado.

Além dessa relação, o LMA do Sistema Laban/Bartenieff traz o conceito das chamadas *Conexões Ósseas*. Essas conexões são linhas imaginárias que conectam diferentes regiões ósseas, são elas: Cabeça-Cauda; Ísquios-Calcanhares; Cabeça-Escápula; Cauda-Calcanhares; Ritmo Pélvico-Femoral; Ritmo Escápulo-Umeral; Cabeça-Calcanhares; Cabeça-Escápulas-Cauda; Trocanter-Trocanter; Trocanteres-Cauda-Sínfise Púbica; Ísquios-Cauda-Sínfise Púbica; Escápula-Escápula; Escápulas-Mãos; Cabeça-Mãos (FERNANDES, 2006, p. 63). Essas linhas imaginárias ligam dois pontos e são sempre retas e flexíveis. As linhas são interligadas umas às outras formando figuras geométricas, como podemos observar na imagem a seguir.

**Imagem 1:** Conexões Ósseas.<sup>2</sup>



<sup>2</sup> Imagem retirada do livro “Corpo em movimento: Sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas”. (FERNANDES, 2006, p. 66.)

Segundo Pforisch (1994), existem dez princípios criados por Bartenieff e seus discípulos nos quais sua técnica é baseada. Apenas três desses princípios foram julgados relevantes para a pesquisa em questão, são eles: a respiração como suporte do movimento corporal, a transferência de peso para a locomoção e a expressividade para a conexão corporal.

Um dos princípios de movimento de Bartenieff é a *respiração como suporte do movimento corporal*. Os exercícios de Bartenieff são baseados na respiração abdominal e a maioria dos movimentos é realizado no momento da expiração. Todo movimento acontece de acordo com a respiração. “O processo respiratório estimula os músculos profundos do abdômen e pélvis, facilitando toda a movimentação.” (FERNANDES, 2006, p. 53).

Na Técnica de Bartenieff o Iliopsoas é o músculo mais importante. Ele é constituído de dois músculos: o íliaco (com origem no quadril) e o psoas maior (com origem na coluna vertebral).

Na inspiração, o ator-dançarino se prepara para o movimento, expandindo e permitindo a respiração profunda. Na expiração, usa o diafragma para engajar o Iliopsoas e o Quadrado Lombar numa Corrente de Movimento até os músculos profundos do quadril. Esse suporte facilita toda a transferência de peso corporal, desde a simples flexão coxofemoral até a mudança de nível, sentado levantado, caminhando, interagindo com o espaço tridimensional e de volta ao chão (FERNANDES, 2006, p. 53).

Outro princípio do movimento de Bartenieff é a *transferência de peso para a locomoção*. Esse princípio relaciona o peso corporal e seu deslocamento no espaço, e sua relação com a gravidade. “[...] cria-se uma dinâmica entre a pélvis (Centro de Peso) e o tórax (Centro de Levitação), alternando a iniciação do movimento a partir de um e seguido pelo outro, ou do dois simultaneamente.” (FERNANDES, 2006, p. 67).

O princípio *a expressividade para a conexão corporal* trata-se do uso das oito Ações Básicas de Expressividade para criar conexões entre diferentes partes do corpo. Variando a qualidade de apenas um fator e criar uma diversidade de movimentos em busca de uma maior expressividade e conexão entre as partes do corpo. “Essa dinamicidade facilita a execução de cada exercício, numa pesquisa de variações e possibilidades, ampliando as habilidades expressivas do ator-dançarino.” (FERNANDES, 2006, p. 69).

Enfim, todos esses princípios do Sistema Laban/Bartenieff vêm dialogar com uma área de conhecimento que vislumbra o corpo como uma fonte propulsora de expressividade e fornecedora de interconexões que transcende questões que fogem do processo de medição, e penetram em caminhos onde a corporalidade do sujeito se constrói enquanto ele se apropria e se respeita enquanto corpo e sujeito no espaço/tempo que habita, que é a Educação Somática.

### 3.2. Educação Somática

O termo *Educação Somática*, começou a ser utilizado a partir da década de 70, por Thomas Hanna, nos EUA, apesar de alguns dos seus métodos já terem sido desenvolvidos desde o início do século XX. Hanna escolheu do grego soma, que significa *corpo vivo*, para representar além dos aspectos físicos do corpo, também os subjetivos e sociais (HANNA, 1993).

“A educação somática é um campo teórico prático que se interessa pela consciência do corpo e seu movimento.” (BOLSANELLO, 2005, p. 100). Ainda segundo a autora, o campo já existe na Europa e na América do Norte há mais de um século, mas a denominação *educação somática* foi criada só em 1995 pelos membros do Regroupement pour l'Éducation Somatique (RES) em Montreal, no Canadá.

Sob a denominação de educação somática reagrupam-se diferentes métodos educacionais de conscientização corporal dentre os quais se destacam: Técnica de Alexander, Feldenkrais, Antiginástica, Eutonia, Ginástica Holística, etc. (Idem).

Bolsanello destaca o que essas técnicas têm em comum: trazem o conceito de corpo como experiência, que é uma das bases pedagógicas da educação somática. Além disso, a educação somática traz a concepção do corpo humano como um “[...] organismo vivo indivisível e indissociável da consciência.” (Idem). A partir desse pensamento, a educação somática trata a saúde como um estado global do ser, sendo dependente de vários aspectos como fisiológico, psicológico, cognitivo, etc.

Segundo Bolsanello (2011, p. 308), há alguns conceitos comuns aos métodos de Educação Somática na forma como o professor aborda o movimento do corpo do aluno durante a aula: o professor pode propor que os alunos diminuam o ritmo dos exercícios para perceber *como* seu corpo se organiza para executar tais exercícios, o processo se torna uma importante etapa do aprendizado; o professor deixa o aluno livre para encontrar o seu ritmo respiratório e pede para que use este como suporte do movimento; o professor geralmente utiliza somente comandos verbais, evitando demonstrar a movimentação para não servir como modelo, deixando o aluno livre para vivenciar novas experiências. A automassagem também é utilizada como forma de conhecimento e entendimento do próprio corpo; o aluno é orientado a utilizar somente o esforço necessário para cada movimento, evitando tensões desnecessárias; alguns movimentos são propícios para o alongamento de músculos e tendões; permite o aumento do vocabulário gestual, por explorar movimentos que são incomuns ao cotidiano;

O papel do educador somático é o de levar o aluno a melhorar o estado de sua saúde através de uma auto investigação do movimento de seu corpo. Dentro das aulas, são propostos aos alunos movimentos cuja intenção é a desenvolver sua propriocepção. A

partir do sentir emerge o perceber. O aluno se dá conta de que sua maneira habitual de mover-se está ligada à patologia da qual se queixa. Uma vez percebida que a maneira habitual de mover-se causa e mantém uma dor, por exemplo, o aluno entra em um processo de descondicionamento gestual, ou seja, aprende novas maneiras de mover-se que previnam lesão e promovam bem estar. (BOLSANELLO, 2011, p.320)

Portanto, o autoconhecimento do corpo pode contribuir para um melhor desempenho das habilidades motoras e expressivas, “[...] conhecer e perceber o próprio corpo se torna um elemento básico e indispensável para o desenvolvimento do ser humano e principalmente para entender como este se comporta se manifesta e se expressa.” (SIVIERO, 2010, p. 02). E é esse descobrir-se, através de um processo de aprendizagem integrado, que a prática da Educação Somática traz, gerando uma nova concepção do corpo e do movimento.

Assim os pioneiros começam a desenvolver métodos nesta área de conhecimento priorizando o corpo em uma concepção holística e integrada. Desta concepção surgem vários estudos teórico-práticos como já foram citados acima em meados do século passado, mas neste presente estudo dar-se-á ênfase apenas nos que foram trabalhados da prática com a participante da pesquisa.

### **3.2.1. Métodos de Educação Somática trabalhados na pesquisa**

Os diversos métodos de educação somática foram criados por pesquisadores pioneiros, que muitas vezes estudaram por meio da própria auto-observação, e chegaram à formulação de seus métodos. Essas técnicas compartilham o fato de considerarem o ser humano de forma integral, onde corpo e mente são indissociáveis. Neste tópico serão relacionados algumas das Técnicas de Educação Somática, consideradas de maior relevância para essa pesquisa, assim como seus criadores.

#### **3.2.1.1. A Técnica de Alexander**

**Imagem 2:** Fotografia de F.M. Alexander, 2005. The Society of Teachers of the Alexander Technique.<sup>3</sup>



Essa técnica recebeu o nome de seu criador Frederick Matthias Alexander. Desde jovem, Alexander decidiu seguir carreira de ator, mas teve que abandonar seu sonho de trabalhar no palco devido à uma constante falha na voz. Alexander procurou alguns médicos, mas eles lhe ofereciam apenas alívios temporários. Foi então que resolveu analisar a forma como ele se comportava no palco, atento a cada detalhe.

Esse estudo minucioso durou quase dez anos. Com a ajuda de espelhos Alexander analisou todo o trabalho do corpo durante os recitais, e depois foi mais além, estudando qualquer atividade física. Depois de algum tempo, ele percebeu que poderia existir uma relação entre a perda da voz e um movimento involuntário de deslocamento da cabeça para frente. Esse movimento não acontecia apenas durante os recitais, mas se repetia como preparação involuntária em todas as atividades físicas diárias que ele fazia (BARKER, 1991).

Após seus estudos, Alexander acreditou que a solução seria “[...] deixar o pescoço livre e mover a cabeça para frente e para cima, tirando-a da posição recuada e baixada”, eliminando os efeitos negativos gerados pelo uso incorreto do corpo. Dessa forma, sua técnica buscava eliminar tensões e bloqueios causados por hábitos corporais prejudiciais.

Após corrigir sua incapacidade vocal Alexander não prosseguiu por muito tempo com sua carreira de ator, tornando-se aos poucos o professor da técnica de Alexander. E assim ele seguiu até sua morte, aos oitenta e seis anos. Alexander trabalhou na Inglaterra e nos Estados Unidos e através de seus alunos, seus estudos “[...] se difundiram pela Dinamarca, Israel,

---

<sup>3</sup> Disponível em: <<http://www.camillovacalebre.net/camillovacalebre/Default911a.html>>.

França, Suíça, Itália, Austrália, Nova Zelândia, África do Sul e outros países. ” (BARKER, 1991, p. 22).

### 3.2.1.2. A Eutonia

**Imagem 3:** Fotografia de Garda Alexander (à direita).<sup>4</sup>



A alemã Gerda Alexander, aos sete anos de idade teve contato com Jaques-Dalcroze, ficando na escola até os quatorze anos. Também teve oportunidade de conhecer os trabalhos de Laban e a de Wigman, sendo sempre incentivada a movimentar de forma livre. A partir de suas experiências Gerda Alexander criou o seu método. Ela iniciou com a prática e depois desenvolveu também a parte teórica de seu estudo (DIAS, 2013).

O termo eutonia vem do grego e tem como significado eu (equilíbrio) e tonia (tensão). Portanto, a eutonia pode ser entendida como um estado de presença contínua. “Os princípios da eutonia estão ligados além do tônus, também, a consciência da respiração, do movimento e da observação. ”. A eutonia busca a consciência corporal através do domínio da tonicidade muscular. (DIAS, 2013, p. 19).

Segundo Alexander (1983), através da observação do tônus muscular de um sujeito é possível perceber suas “[...] tensões, emoções, seus hábitos e pensamentos. ”.

---

<sup>4</sup> Disponível em: <https://www.pinterest.com/somaticsinfo/eutony-eutonia/>.

A Eutonia, também, traz o conceito de *estado de presença*, que se refere à atenção, percepção e intenção (GANDOLFO, 2011, p. 113). Ou seja, o movimento corporal é uma experiência muscular, e essa experiência é apreciada por um sexto sentido – o sentido muscular. Dele decorre a possibilidade de perceber as variações de intensidade do tônus muscular. O movimento eutônico acontece quando não há excesso de esforço ou resistências, permitindo um fluxo contínuo de movimento. Esse movimento deve acontecer de forma livre, por meio de experimentações, sem modelos a serem seguidos e realizado em um espaço/tempo que pode ser subjetivo ou coletivo traçando perfis proprioceptivos na atuação das ações.

Neste contexto da propriocepção, como um eixo que pode colocar o bailarino em cena com um corpo dilatado e aberto para a re/criação, que se viu um elo propulsor das potencialidades do bailarino com a Paralisia Cerebral, ou seja, o que esse corpo pode criar e recriar em seu contexto único e expressivo quando possui um maior comprometimento neuromotor na realização de um movimento voluntário.

### **3.3. Propriocepção e Paralisia Cerebral**

“[...] ‘proprioception’ is the scientific term for the physical feeling of your moving body.” (BARSON, 2008, p. 01). A propriocepção está ligada à sensação de tônus muscular, à percepção de esforço e equilíbrio, velocidade e direção do movimento, tornando-se um elemento essencial para garantir uma bela expressividade do bailarino. Tornar-se consciente e sentir as sensações de movimento ajuda no processo de aprendizagem da dança até mesmo quando estamos apenas observando. Dançarinos podem aprender não apenas por meio da sensação de suas próprias movimentações, mas também a partir da observação de outros corpos em movimento.

Barson (2008) cita que trabalhar e aperfeiçoar a propriocepção ajuda na aprendizagem motora, e para o bailarino possibilita maior velocidade, precisão e qualidade de movimento, assim como a expressividade. Esse trabalho não é feito apenas através de repetições de movimentos, mas principalmente, através das variações das qualidades de movimento e dos diferentes esforços presentes nos estudos desenvolvidos por Laban.

De acordo com este mesmo autor os métodos de Educação Somática podem ser praticados para o desenvolvimento da propriocepção, no sentido de aperfeiçoar a sensibilidade e modificar hábitos posturais através da consciência corporal. Muitas práticas desenvolvidas dentro dos princípios da educação somática se tornaram popular entre os bailarinos na busca pela aprendizagem motora e da conscientização através do movimento.

Desse modo, ao buscar desenvolver a propriocepção, por meios dos métodos de Educação Somática em diálogo com a dança, com a pessoa com a Paralisia Cerebral, pretende-se estimular a sensibilização dos membros, músculos e ossos, trazendo em conjunto com a conscientização do seu corpo, a possibilidade de reaprender. No sentido mais amplo, podemos entender que se trata de (re) aprender a movimentar o corpo, a senti-lo em sua totalidade e especificidades, a exigir dele somente o esforço necessário à ação. Criar tensões desnecessárias pode gerar dor, desconforto, prejudicar a amplitude do movimento e a capacidade de expressão.

### **3.4. Fatores de movimento e Educação Somática**

Ao aprofundar nos estudos de Laban percebe-se que seus fundamentos se aproximam muito com os princípios da educação somática. No Sistema Laban, os fatores de movimento estão inseridos na categoria Expressividades. Essa categoria se refere “ [...] à teoria e prática desenvolvidas por Laban, onde qualidades dinâmicas expressam a atitude interna do indivíduo com relação a quatro fatores: fluxo, espaço, peso e tempo. ” (FERNANDES, 2006, p. 120).

Nesse sentido, ao pontuar que um dos principais objetivos da educação somática é essa busca pela expressividade, pelo movimento próprio e pela experiência, percebe-se que o Sistema Laban e as técnicas de educação somática podem se unir e serem trabalhadas em um constante diálogo para a construção de um corpo expressivo.

Laban, tinha um olhar com perspectiva investigativa para o corpo buscando compreender hábitos e padrões de movimento já adquiridos. Ele não se interessava apenas em estudar os corpos dos dançarinos, mas também dos cidadãos comuns, pois esses também seguiam uma repetição de padrões de movimento em suas atividades diárias. Outro ponto em comum com os educadores somáticos, que abrem suas pesquisas e práticas para não-dançarinos permitindo que essas pessoas tenham uma melhor consciência corporal e conseqüentemente uma melhor qualidade de vida.

Outro ponto em comum entre o Sistema Laban e a Educação Somática é a ideia de corpo-mente como um organismo indissociável, onde a palavra corpo assume o significado de totalidade. Portanto, o movimento, segundo ambos estudos, revela não apenas aspectos físicos de quem se move, como também suas qualidades emocionais e comportamentais.

Segundo Rengel (2003), a ação é o movimento gerado por uma sensação interna da pessoa que se move, podendo traduzir uma qualidade interna. Desse modo, a ação corporal é compreendida por Laban como um envolvimento total de quem se movimenta, relacionando as influências que acontecem entre as ações corporais e o processo emocional. Dessa forma, pode-

se dizer que por meio do Sistema Laban é possível compreender o homem, através de seu movimento, e estimular um olhar integrado sobre corpo/mente.

Ao se trabalhar com a variação de apenas um fator do movimento pode-se criar várias possibilidades, transformar as ações e as sensações que elas transmitem. Laban trabalha com a dança buscando o desenvolvimento da criatividade e a experimentação do próprio corpo. Assim como a Educação Somática, que traz como uma de suas bases o autoconhecimento e a auto experimentação em prol do entendimento do próprio corpo de maneira integral.

As qualidades de movimento descritas por Laban podem revelar as sensações através do movimento, assim como cada uma das oito ações básicas da Expressividade. Para tanto, é necessária uma estrutura de aula que favoreça e permita ao bailarino a liberdade e a experimentação, livres de modelos previamente definidos. As técnicas de Educação Somática utilizam atividades de improvisação dentro de um contexto de compreensão mais clara de percepção corporal, ideia já trazida por Laban e outros precursores da dança moderna como Delsarte e Dalcroze, com a finalidade de experimentar possibilidades de movimentos e de sensações, tornando-se um importante meio pelo qual os bailarinos com e sem qualquer tipo de disfunção encontram a “sua” dança.

Estes são caminhos na dança que geram lugares para todos os tipos de corpos, como o corpo com Paralisia Cerebral

### **3.5. Paralisia Cerebral**

O termo Paralisia Cerebral é utilizado, atualmente, para indicar um dano ao sistema nervoso central (SNC) que causa deficiência do controle motor e postural. De acordo com literatura médica<sup>5</sup>, o índice de Paralisia Cerebral é de aproximadamente 2,5 por 1.000 partos de crianças vivas. Essa síndrome é resultante de lesões nos moto-neurónios superiores, no cérebro em desenvolvimento, que regulam a função neuromuscular.

Todas as síndromes de Paralisia Cerebral são caracterizadas, de alguma forma, por distúrbios motores e posturais. Em indivíduos com maior agravamento a tentativa de realização de um movimento voluntário “[...] pode provocar um reflexo primitivo, a contração de músculos agonistas e antagonistas e movimentos de massa. Movimentos discretos podem ser

---

<sup>5</sup> LEITE, J. M. R. S.; PRADO, G. F. Paralisia cerebral Aspectos Fisioterapêuticos e Clínicos. Neurociências. Trabalho realizado na Universidade Federal de São Paulo - Escola Paulista de Medicina - UNIFESP-EPM. P. 41-45.

MILLER, Geoffrey; CLARK, Cary D. Paralisias Cerebrais: Causas, Consequências e Conduta. 1ª edição brasileira, Editora Manole Ltda. Barueri-São Paulo, 2002. p. 409.

impossíveis. ” (MILLER, 2002, p. 01). Nesses casos, a pessoa geralmente não consegue dissociar o movimento de algumas partes do corpo como punhos e dedos, por exemplo, movimentando-as simultaneamente. Mesmo os movimentos simples e inconscientes requerem esforço e concentração das pessoas com Paralisia Cerebral.

De acordo com a literatura médica, todas as síndromes ficam mais evidenciadas a partir dos 5 anos de idade. A maioria dos pacientes acometidos pela Paralisia Cerebral tem uma expectativa longa, apenas nos casos de deficiências múltiplas podem haver exceções.

As síndromes de Paralisia Cerebral são classificadas de acordo com o a área do cérebro que foi afetada e a localização das lesões. Segundo Miller (2002), as diferentes formas podem ser divididas em: síndromes espásticas, discinéticas, atáxicas e atônicas

### **3.5.1. Síndromes Espásticas**

Segundo Miller (2002), as síndromes espásticas podem ser simétricas ou assimétricas, e podem comprometer as pernas (diplegia), somente três membros ou apenas um membro de qualquer lado do corpo. Essa síndrome é caracterizada pela ocorrência de uma lesão no primeiro neurônio motor superior, provocando o aumento do tônus. Suas características são: hipertonia espástica, hiperreflexia, coordenação motora fina debilitada, dificuldade no isolamento de movimentos singulares e padrões motores anormais.

As síndromes de Paralisia Cerebral espástica são classificadas de acordo com os locais de manifestação dos sinais anormais do neurônio motor superior. A diplegia espástica é caracterizada por um maior comprometimento dos membros inferiores comparados aos membros superiores. Já na quadriplegia há um comprometimento igual ou maior dos membros superiores. E na hemiplegia há o comprometimento de apenas um dos lados do corpo (MILLER, 2002).

Segundo Rebelo (2014), na Paralisia Cerebral espástica também é comum ocorrerem problemas perceptivos, principalmente sobre noção espacial. De acordo com a funcionalidade da criança e em função da gravidade da deficiência, podem ser classificadas em discreta, leve, moderada ou grave.

### **3.5.2. Síndromes Discinéticas**

As síndromes discinéticas são caracterizadas por movimentos involuntários da atetose, coréia e distonia. Suas características são: hipotonia, retenção dos reflexos primitivos, tendência

a babar, expressões faciais involuntárias e desenvolvimento psicomotor retardado. As características vão manifestando à medida que a criança se desenvolve (MILLER, 2002).

Os movimentos coreiformes são contraturas rápidas, irregulares e imprevisíveis de músculos individuais ou grupos musculares que comprometem a face, as partes proximais das extremidades e os dedos das mãos e dos pés. A coréia pode ser agravada com o estresse, excitação e febre (Idem).

Nesse tipo de síndrome, o tônus é variável. Durante a infância pode ocorrer hipotonia e, posteriormente, se houver desenvolvimento de uma hipertonia, ela será “tensional”, que poderá ser minimizada através de relaxamento ou mudanças posturais. “A tensão é definida como uma súbita hipertonia involuntária que afeta os músculos flexores e extensores. Os membros enrijecem quando se tenta movimentá-los ou sob o efeito de emoção” (MILLER, 2002, p. 05).

### **3.5.3. Síndromes Atáxicas**

Esse grupo é clinicamente heterogêneo. A síndrome atáxica caracteriza-se por uma lesão no cerebelo, órgão responsável por coordenar e controlar nosso equilíbrio, postura e função motora. Segundo Miller (2002), desde o nascimento, a maior parte dos pacientes com a Paralisia Cerebral atáxica apresenta hipotonia muscular e retardo das habilidades motoras e da linguagem. Essas características podem ser regularmente observadas na marcha da criança devido instabilidade do tronco e das cinturas, escapular e pélvica. Com o tempo a ataxia melhora na maioria dos casos.

### **3.5.4. Síndromes Atônica**

Pacientes com essa síndrome apresentam desenvolvimento extremamente lento e nunca ficam em pé ou caminham. É comum possuírem disgênese cerebral, microcefalia e profundo retardamento mental. O tônus é variável, “[...] quando uma articulação é movimentada passivamente, acontece um aumento na resistência proporcional à quantidade de pressão aplicada.” (MILLER, 2002, p. 07). Apesar desse grupo já ser conhecido há vários anos ele raramente é mencionado nas classificações atuais.

### **3.5.5. Distúrbios associados a Paralisia Cerebral**

As paralisias cerebrais são frequentemente acompanhadas por outros distúrbios da função cerebral. Os mais comuns são: anomalias cognitivas, visuais, auditivas, linguísticas, sensitivas corticais, de atenção, de vigilância e comportamento. Também são encontradas disfunções no sistema gastrointestinal.

Segundo Rebelo (2014), a deficiência mental ocorre em aproximadamente 50% dos casos, e se dividem em diferentes níveis de acordo com o grau de comprometimento. Aproximadamente um terço dos pacientes desenvolve epilepsia, ocorrendo com maior frequência no período pré-escolar, podendo ser relacionada a outros problemas que apreendem o sujeito. As crianças com Paralisia Cerebral também podem apresentar dificuldades de aprendizagem, necessitando de recursos apropriados para não serem prejudicadas no processo de ensino. Ainda segundo a autora, pode-se encontrar distúrbios como: escoliose, contraturas musculares, problemas odontológicos, salivação incontrolável, entre outros.

Crianças acometidas por Paralisia Cerebral têm maior probabilidade de apresentarem disfunções comportamentais e emocionais. Para Escoval (1992 apud REBELO, 2014), essas disfunções emocionais podem, muitas vezes, serem resultantes da necessidade de integração, portanto a atitude do meio torna-se importante, pois sua ação gera um conjunto de reações no sujeito e na forma que esse interage com o meio.

### **3.6. Educação Somática, Dança e Paralisia Cerebral**

A aquisição de controle motor e estabilidade postural pode ser acelerado através da estimulação, ao mesmo tempo em que a falta desta pode retardá-lo. Dessa forma, é necessário que as pessoas com paralisia cerebral vivenciem diferentes formas de experiências motoras e sensoriais no sentido de desenvolver e reorganizar possíveis atrasos funcionais em alguma área do desenvolvimento, principalmente aquelas com comprometimento cerebral, uma vez que, possuem um repertório de movimentos limitados (TOUWEN, 1993).

Analisando as particularidades da participante desta pesquisa que possui uma paralisia cerebral discinética, nota-se que a dança e as técnicas e métodos de Educação Somática podem se apresentar como um caminho possível para a amenização de várias características provenientes das síndromes discinéticas. Na dança, através do estudo do Sistema Laban/Bartenieff a participante pode experimentar em seu corpo diferentes qualidades de movimento, possibilitando seu desenvolvimento como bailarina. Além disso, ao se trabalhar com as variações das qualidades dos fatores de movimento estimula-se aspectos psicomotores em relação ao equilíbrio, lateralidade, coordenação motora, entre outros, que promovem uma

melhor qualidade dos movimentos auxiliando nos movimentos atetósicos (fluxo contínuo de movimentos lentos, sinuosos, de contorção, geralmente das extremidades) e coreicos (movimentos involuntários, breves, espasmóticos), além de trabalhar com o grau de intensidade da tensão muscular em algumas regiões do corpo, pois ter uma maior percepção do corpo permite que a participante tenha um controle, dentro de suas capacidades, sob os seus movimentos, através da liberação de tensões e de um bom tônus. Considerando-se as contrações involuntárias e o excesso de tensão apresentado pela participante, a Educação Somática em diálogo com a dança pode tornar-se um meio eficaz para a amenização dessas características.

Enfim, trabalhar com as variações dos fatores de movimentos interligados aos princípios da Educação Somática, para o desenvolvimento artístico e performático da participante deste estudo em questão foi visto não somente como elementos capazes de transpor barreiras, mas também como um processo didático pedagógico a ser considerado e apropriado para ações que buscam mudanças, no modo de olhar o corpo/sujeito de quem possui uma deficiência e não queiram paralisá-lo ou excluí-lo por essa singularidade.

## **4. METODOLOGIA**

Esta pesquisa possui uma abordagem de natureza descritiva e exploratória. Foi realizado um estudo de caso em conjunto com uma revisão de literatura dando suporte teórico às observações feitas durante a pesquisa de campo.

Segundo Triviños (1987), a pesquisa descritiva exige que o investigador tenha grande conhecimento sobre o tema pesquisado, buscando descrever os fatos e fenômenos envolvidos na realidade. Nas pesquisas descritivas há o registro dos fatos, para posteriormente serem analisados, classificados e interpretados, sem a interferência do pesquisador. São utilizadas técnicas padronizadas de coletas de dados como questionários e observação sistemática.

Em relação à pesquisa também ser de natureza exploratória verificou-se que, segundo os estudos de Gil (2007), a pesquisa exploratória tem o objetivo de maior aproximação com o problema para torna-lo mais explícito e possibilitar o levantamento de hipóteses. Pode envolver levantamento bibliográfico, entrevistas, análises de exemplos que facilitem a compreensão do fato ou fenômeno. Portanto, nessa pesquisa se faz necessário todo esse processo aproximação do pesquisador para que seja possível obter uma descrição real e íntegra dos fatos.

Segundo Yin (2005), o estudo de caso pode ser um importante método para a pesquisa na área de ciências humanas, pois permite que o pesquisador se aproxime do fenômeno estudado, possibilitando que ele enxergue nuances que seriam difíceis de perceber “a olho nu”. Nesse sentido, o estudo de caso permite que pesquisador investigue de forma mais profunda buscando uma completa descrição e compreensão dos acontecimentos.

### **4.1. Participantes**

O primeiro contato com a Fernanda foi por meio do projeto “Dançativa”, em 2014, mas anteriormente a pesquisadora já havia apreciado alguns trabalhos apresentados por ela.

Fernanda desenvolveu a Paralisia Cerebral ainda criança devido à uma incompatibilidade sanguínea com a mãe. A Paralisia trouxe como consequência a presença de movimentos involuntários – atetósicos (contínuos, uniformes e lentos) e coreicos (rápidos, arrítmicos e de início súbito) – excesso de tensão muscular em algumas regiões do corpo, principalmente pescoço e braço direito, fraqueza muscular nas pernas, espasmos musculares devido ao excesso de tônus em algumas regiões. Fernanda não apresenta outros problemas de saúde.

Fernanda tem 30 anos e, além de aulas de dança, já teve experiências anteriores com natação, participou de aulas com educadores físicos envolvendo atividades relacionadas aos aspectos psicomotores e participa de sessões de fisioterapia regularmente. Quando ao uso de dispositivos auxiliares a participante utiliza cadeira de rodas para locomoção.

Desde o início Fernanda surpreendeu com seu esforço, dedicação e amor à dança. Assídua nas aulas, estava sempre disponível para todas as propostas e desafios que lhes eram indicados. Fernanda não é só bailarina, é também coreógrafa, participando do processo de criação de quase todos os espetáculos já dançados por ela.

Para este estudo a responsável e a participante assinaram os termos de consentimento livre esclarecido e de assentimento, respectivamente. (Anexo 1, 2).

Para apreciação e análise do pré e pós-teste foram convidados alguns participantes. Entre eles, foram 11 pesquisadores do GEDES (Grupo de Estudos de Educação Somática), que possuem uma maior vivência com a Educação Somática; e 3 pesquisadores do LEP (Laboratório de Estimulação Psicomotora), onde acontece o projeto “Dançativa”, do qual Fernanda faz parte.

#### **4.2. Aspectos éticos**

Em relação aos aspectos éticos, esta pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em pesquisas com seres humanos da UFV, o CEP.

#### **4.3. Local da pesquisa, materiais e equipamentos**

A pesquisa foi no Departamento de Dança, na Universidade Federal de Viçosa, Minas Gerais.

O local da pesquisa tem disponibilidade de materiais para as intervenções como: tatame de EVA, bola suíça, bolinhas de massagem, colchonetes e aparelho de som. Todos esses materiais colaboraram para o desenvolvimento das atividades durante as aulas.

#### **4.4. Procedimento de intervenção**

Durante as aulas a participante teve experiências com alguns elementos da dança em diálogo com algumas práticas corporais de Educação Somática. Nesses encontros foram

utilizadas técnicas de massagens, de respiração e de relaxamento, a Técnica de Alexander e a Eutonia.

Cada intervenção foi composta por uma média de três atividades distintas nas quais eram pretendidas as avaliações das perguntas contidas no questionário IAADE (Anexo 3), através do estudo do Sistema Laban/Bartenieff, além de questões referentes ao desenvolvimento performático e artístico da aluna.

As aulas serão descritas com maior ênfase durante a análise dos resultados.

#### 4.5. Relação entre conteúdos e objetivos

No quadro abaixo podemos observar a relação entre o conteúdo das aulas e seus objetivos.

**Quadro 1:** Relação entre o conteúdo das aulas e os objetivos.

<i>Conteúdo</i>	<i>Objetivos</i>
<i>Exercícios de massagem</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover a diminuição da ansiedade;</li> <li>• Promover o alívio de tensões musculares;</li> <li>• Proporcionar maior consciência corporal;</li> </ul>
<i>Exercícios de respiração</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover a diminuição da ansiedade;</li> <li>• Proporcionar a diminuição de estados ofegantes;</li> </ul>
<i>Técnica de relaxamento progressivo de Jacobson</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o alívio de tensões musculares;</li> </ul>
<i>Técnica de Alexander</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar maior amplitude aos movimentos articulares;</li> <li>• Liberar tensões;</li> </ul>
<i>Eutonia</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conscientização do corpo;</li> <li>• Ampliação do saber de si mesmo;</li> <li>• Regularização do tônus;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estado de presença;</li> </ul>
<i>Sistema Laban/Bartenieff</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Possibilitar uma melhor compreensão dos fatores de movimento;</li> <li>• Promover uma melhor qualidade dos fatores de movimento;</li> </ul>

Fonte: própria autora.

#### 4.6. Instrumento da pesquisa

Inicialmente foi realizado um diálogo com a Fernanda e sua mãe para o conhecimento do diagnóstico da participante, um pouco do histórico desde o nascimento da Fernanda, sobre suas experiências motoras e atividades envolvidas, possíveis problemas de saúde e demais informações.

Para a coleta de dados escolheu-se trabalhar com o questionário - Instrumento de Acompanhamento da Aprendizagem em Dança em Dança Educativa (IAADE) validado por Rossi (2014) (Anexo 3). Este questionário é composto por quatro momentos: conhecendo o próprio corpo; contato com o outro; o corpo no espaço; o corpo em movimento, contendo 21 perguntas. Cada questão possui pontuação de um a cinco, sendo descritas como: Insuficiente (1 ponto), Regular (2 pontos), Bom (3 pontos), Muito bom (4 pontos) e Ótimo (5 pontos). Como um dos objetivos deste estudo foi verificar se por meio de estímulos corporais, verbais e de imagens, a participante pôde adquirir uma maior compreensão das qualidades de movimentos, achou-se oportuno trabalhar apenas com algumas questões que estão diretamente ligadas com os objetivos da pesquisa que seriam as questões 5, 9, 16, 17, 18, 19, 20 e 21.

O IAADE foi preenchido pela pesquisadora ao final de cada sessão, com o objetivo de analisar aspectos observados durante as sessões referentes ao equilíbrio, à consciência corporal, mobilidade articular, relação com o espaço, entre outros.

As sessões foram realizadas duas vezes por semana, com duração de 60 minutos cada, principiadas no início de agosto e finalizadas em outubro, totalizando 24 sessões. A primeira e a última semana foram destinadas ao ensaio e filmagem da coreografia.

Outro instrumento de análise foi “Questionário Sobre a Qualidade da Interpretação” (Anexo 4), esse questionário foi apresentado e validado por Macara de Oliveira (1994) e reorganizado por Siviero (2014), com a intenção de estudar a qualidade performática de bailarinos e estudantes de dança. O questionário é composto pelas seguintes questões: gostei

muito de a (o) ver; mostrou ótima presença; foi muito expressivo; mostrou ótima energia. Trata-se de um teste de sinais avaliado estatisticamente por meio de uma escala de intensidade (escala Licket), a partir das respostas obtidas pelos convidados que avaliaram de 0 a 5 as questões propostas.

Esse teste foi utilizado para realizar a avaliação da filmagem de uma sequência coreográfica elaborada pela pesquisadora, com algumas colaborações da participante. A sequência foi filmada no início da pesquisa como um pré-teste e ao final da pesquisa a participante dançou novamente esta mesma sequência de movimentos e mais uma vez foi filmada como um pós-teste. As duas filmagens foram comparadas e analisadas afim de avaliar as possíveis mudanças na qualidade dos fatores de movimentos no corpo, por meio da aplicação de aulas de danças embasadas em princípios das práticas somáticas.

#### **4.7. Tratamento dos Dados**

O Instrumento de Acompanhamento da Aprendizagem em Dança Educativa - IAADE, preenchido ao final de cada aula pela pesquisadora, foi analisado de forma quantitativa com base em estatística descritiva. Os resultados foram apresentados em forma de gráficos afim de facilitar a visualização e a comparação da variação destes ao longo da pesquisa.

Posteriormente, a fim de proporcionar uma compreensão mais ampla da pesquisa, foi feita uma análise qualitativa relacionando as observações realizadas pela pesquisadora ao estudo bibliográfico realizado.

Foram analisadas oito questões do questionário IAADE, as demais não foram julgadas pertinentes visto os objetivos deste estudo, sendo assim, o total de pontos que pôde ser alcançado pela aluna em uma sessão foram quarenta pontos, ou seja - 5 pontos, que é a pontuação máxima que pode ser obtida em cada questão, multiplicado por 8, referente ao número total de questões ( $5 \times 8 = 40$ ); 40 pontos = 100%.

Os elementos observados e analisados por meio do IAADE foram: mobilidade articular, equilíbrio, compreensão dos fatores do movimento (fluência, espaço, peso tempo) e atividades de improvisação. Ao final de cada aula a aluna recebeu uma nota de um a cinco em cada aspecto analisado, sendo assim, o aumento de um ponto em cada resposta corresponde à um acréscimo de 20% na pontuação.

Já as filmagens gravadas no pré e pós-teste foram apreciadas e analisadas pelos participantes da pesquisa a partir da aplicação do “Questionário Sobre a Qualidade da Interpretação”, com o objetivo de encontrar possíveis mudanças no desempenho performático

e artístico da participante. Os dados coletados foram avaliados quantitativamente, por meio do teste de sinais. Neste teste é considerada a hipótese estatística de que a probabilidade de + e – seja a mesma. Este teste de hipótese é denominado teste bilateral. Adotou-se o valor de significância menor que 5% (0,05), ou seja, o número de + é estatisticamente diferente do número de –.

A análise foi realizada no programa R Core Team (2014). R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Disponível em: <<http://www.R-project.org/>>. Acesso em: 6 nov. 2015.

## 5. ANÁLISES E DISCUSSÃO RESULTADOS

Fernanda demonstrou ser uma jovem carinhosa, comunicativa, alegre, esforçada e disciplinada, da primeira à última sessão. Desde criança Fernanda sonha em ser bailarina e a medida em que foi tornando-se adulta se viu cada vez mais próxima de realizar esse desejo. Há 6 anos Fernanda participou de sua primeira aula de dança e desde essa experiência não abandonou mais o meio artístico. Ela já apresentou performances de dança contemporânea, forró, entre outros ritmos, em diferentes eventos.

Como participante e pesquisadora já se conheciam anteriormente a relação entre elas sempre foi de amizade. Mas ao longo das sessões essa relação foi se intensificando, inicialmente pesquisadora e participante se abraçavam no início e final das aulas, mas após algum tempo os abraços e gestos de carinho foram tornando-se cada vez mais constantes. Aos poucos foram surgindo conversas de diversos assuntos, e elas se prolongavam por meio de redes sociais e celular.

Quanto ao envolvimento durante as aulas, Fernanda era pontual e assídua. Durante as atividades sanava todas suas dúvidas questionando quando necessário. A aluna demonstrou-se muito dedicada e esforçada, superando seus limites a cada aula e sempre disponível para novas propostas e aprendizados. Fernanda preocupava-se em melhorar suas habilidades ao longo das sessões pedindo para repetir as atividades nas quais percebia ter apresentado maior dificuldade.

Os fundamentos da Educação Somática trazem a função do professor como um guia no processo de desenvolvimento proprioceptivo de seus alunos.

Ele é capaz de ver o potencial de seus corpos além de suas limitações aparentes, estimulando sua expressividade e propondo a seus alunos modos mais funcionais e mais integrados de mover-se. Como agente educacional, o bailarino guia seus alunos a entrarem em contato com suas próprias sensações, reconhecendo limites e desenvolvendo seus potenciais (BOLSANELLO, s/ data, p. 16)

Nesse sentido, o professor torna-se o motivador do processo. Através de uma relação próxima ao aluno, ele deve buscar uma constante observação de suas atitudes corporais, que indicam seu estado físico e psíquico, “[...] o professor deve, além disso, experimentar em si mesmo o estado do tônus do aluno.” (ALEXANDER, 1983, p.45).

### 5.1. A compreensão das qualidades de movimentos pelas atividades da Educação Somática e de Dança

Durante as sessões pôde ser observado as dificuldades pelo IAADE, assim como os ganhos da participante. No quadro 1, são relatados as dificuldades e os ganhos mais expressivos observados ao longo das intervenções. As sessões foram selecionadas de forma aleatória.

**Quadro 2:** Dificuldades e ganhos apresentados pela participante registrados pelo IAADE.

<b>Sessão</b>	<b>Dificuldades apresentadas pela participante</b>	<b>Ganhos apresentados pela participante</b>
<b>1</b>	Mobilidade articular, compreensão dos fatores de movimento, atividades de improvisação, controle do movimento;	Não houve.
<b>7</b>	Compreensão dos fatores peso e fluência, atividades de improvisação;	Mobilidade articular, compreensão dos fatores peso e espaço,
<b>13</b>	Compreensão do termo fluência;	Compreensão dos fatores peso, tempo e espaço; atividades de improvisação;
<b>17</b>	Compreensão do termo fluência;	Mobilidade articular e compreensão do termo peso;
<b>24</b>	Não houve.	Compreensão do termo fluência;

Fonte: própria autora.

A participante desenvolveu maior consciência corporal permitindo que, ao longo das sessões, ela realizasse os movimentos de forma mais fluida e com maior compreensão dos fatores de movimento. Durante as aulas foram realizadas atividades<sup>7</sup> que abordavam os estudos desenvolvidos por Laban (1978) por meio de análises e reflexões do movimento de imagens que eram projetadas em vídeos (pessoas andando contra o vento forte na Noruega<sup>8</sup>, trajetória feita no céu pelos astros em tempo acelerado<sup>9</sup>, pássaros voando<sup>10</sup>, navio em alto mar durante uma tempestade<sup>11</sup>, neve caindo<sup>12</sup> e rosas se abrindo<sup>13</sup>), além de experimentações corporais vivenciadas pela própria bailarina em conjunto com a pesquisadora, com o objetivo de compreender as qualidades de movimento (4 fatores de movimento) através do corpo.

<sup>7</sup> As atividades vivenciadas durante as sessões sobre o estudo do Sistema Laban/Bartenieff consistiam na experimentação de variações nas qualidades dos fatores de movimento em um movimento de base. Muitas vezes esse movimento base era retirado de trechos da coreografia elaborada para o pré e pós-teste.

<sup>8</sup> Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=P5NkSxDQ518>>.

<sup>9</sup> Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=7ZCtbWBrtIQ>>

<sup>10</sup> Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=FF5EilS1HuM>>.

<sup>11</sup> Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=UPUkSI2fyvc>>.

<sup>12</sup> Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=R4dxOWyE0JU>>.

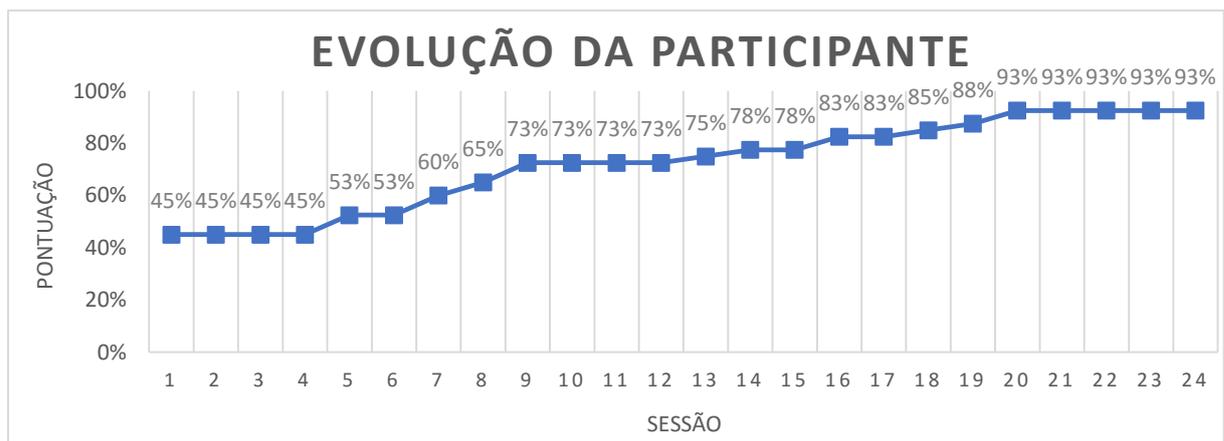
<sup>13</sup> Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=c2U5e4wDSYM>>.

A prática da Técnica de Alexander possibilitou tornar os movimentos articulares mais amplos e controlados. Essa técnica, assim como a Eutonia que fazem parte do campo da educação somática, trazem o conceito de *corpo e mente* como uma unidade, proporcionando um aprendizado integral que permitiu à participante um maior autoconhecimento e conseqüentemente maior controle de seus movimentos. “O corpo como unidade se reconhece enquanto uma totalidade, um todo, holos<sup>14</sup> o corpo é esta totalidade, sensível, emocional, físico-fisiológica, mental, espiritual. O corpo é este todo, uma realidade integrada, complexa, indissociável, denominada também soma” (DASCAL,2005, p. 22).

As técnicas de respiração utilizadas durante o processo de centramento, no início da aula, se mostraram efetivas para a diminuição de processos de ansiedade<sup>15</sup> observados na participante. A ansiedade quando aumentada em seu grau de intensidade, gerava maior número de contrações musculares involuntárias, característica da paralisia cerebral, mas através dos exercícios de respiração realizados percebeu-se que após algumas sessões os movimentos da aluna tornaram-se mais fluidos e controlados.

Esses apontamentos também puderam ser observados nos resultados obtidos pelo IAADE. No gráfico a seguir pode-se observar a evolução da aluna em relação à pontuação total registrada ao fim de cada sessão. Nesse sentido foi feita uma análise estatística da pontuação alcançada em cada sessão apresentando a seguinte linha de evolução.

**Gráfico 1:** Evolução da participante registrada pelo IAADE.



Fonte: própria autora.

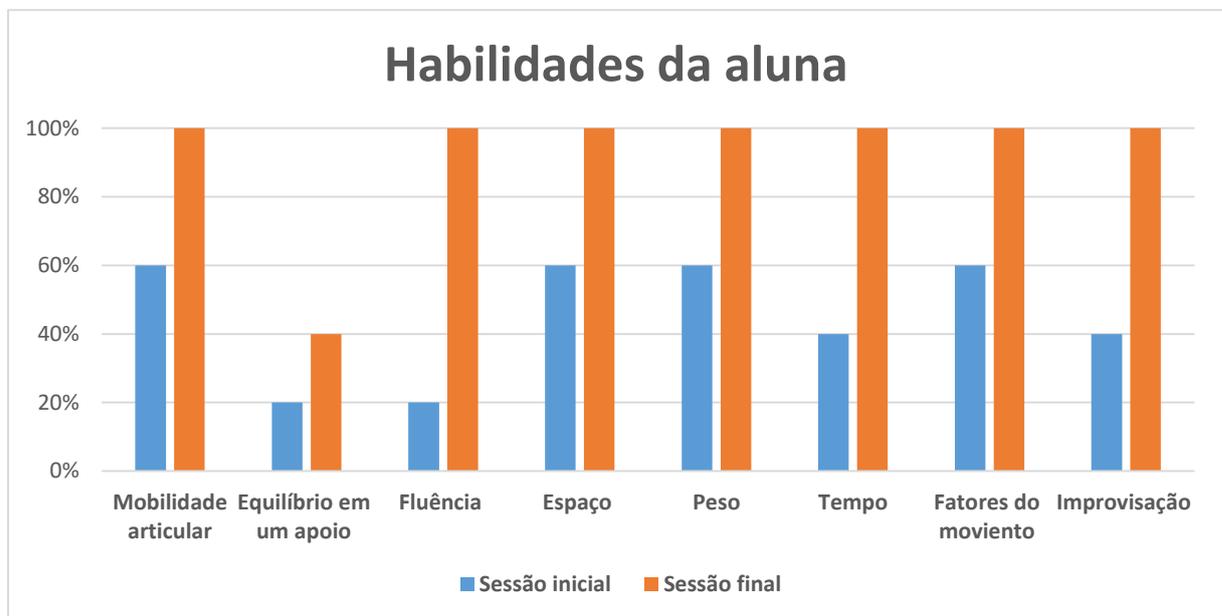
<sup>14</sup> Holos, palavra grega que significa todo.

<sup>15</sup> Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria (2001), os principais sintomas da ansiedade são “[...] expectativa apreensiva ou preocupação exagerada, mórbida. A pessoa está a maior parte do tempo preocupada em excesso. Além disso, sofre de sintomas como inquietude, cansaço, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular, insônia, sudorese.”. Durante as sessões iniciais foram observados alguns desses sintomas em Fernanda como uma constante expectativa apreensiva, inquietude, cansaço, tensão muscular e sudorese. Dessa forma, pode-se compreender que a participante apresentava manifestações de um quadro de ansiedade.

A partir da sessão 5 a pontuação da aluna inicia um aumento gradual a cada aula, atingindo seu ápice na sessão 20, onde alcança 93% da pontuação total. Não foi observado decréscimo na pontuação da aluna em qualquer momento das intervenções, ocorrendo apenas a manutenção da pontuação constante em algumas sessões, com ênfase nos intervalos das sessões 1 a 4, 9 a 12 e 21 a 24. Essas constantes podem ser associadas ao tempo de aprendizagem e compreensão dos conteúdos pela aluna.

A seguir, são comparadas as notas da primeira e da última sessão em cada um dos elementos observados.

**Gráfico 2:** Habilidades da aluna segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

De acordo com os dados apresentados pelo gráfico é possível perceber uma mudança positiva entre a primeira e a última sessão em todos os elementos observados. A participante iniciou a intervenção com pontuações medianas em algumas habilidades. Acredita-se que isso possivelmente deve ter ocorrido devido as experiências motoras já vivenciadas pela aluna anteriormente como, aulas de dança, natação e fisioterapia. Apenas da habilidade *equilíbrio em um apoio* e *fluência* tiveram a pontuação inicial de 20% e, após as intervenções, apenas a habilidade *equilíbrio em um apoio* não alcançou 100% da pontuação.

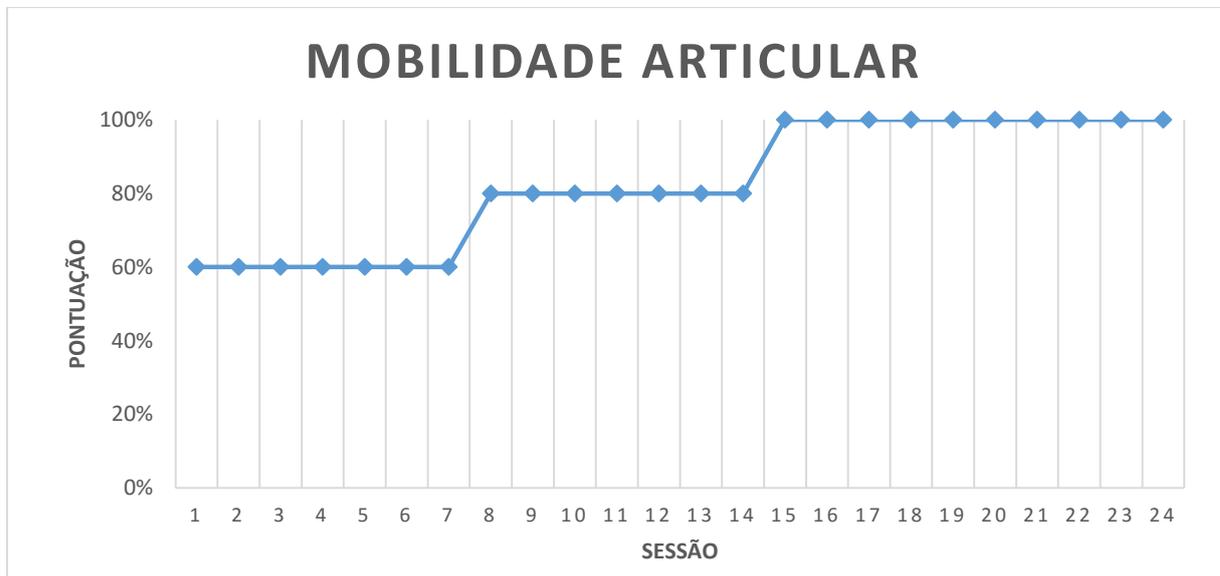
A mudança pouco expressiva de 20% na questão do *equilíbrio* pode estar “[...] relacionada à limitação funcional decorrente da paralisia cerebral” (ROSSI, 2014, p. 89). Essa

observação também foi feita por Rossi (2014) em sua pesquisa com a aplicação do IAADE, em uma participante com paralisia cerebral.

As mudanças mais amplas ocorreram em relação ao entendimento do fator *fluência*, modificando de 20% para 100% do *score*, e na compreensão do fator *tempo* de 40% para 100%. Em relação as atividades de improvisação, também pode-se observar do Gráfico 2, que Fernanda inicialmente teve um rendimento de 40% e ao final alcançou 100% da pontuação.

Podemos observar a trajetória da pontuação alcançada pela aluna, ao longo das intervenções em cada habilidade, segundo os resultados apresentados a seguir.

**Gráfico 3:** Evolução da habilidade *mobilidade articular* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

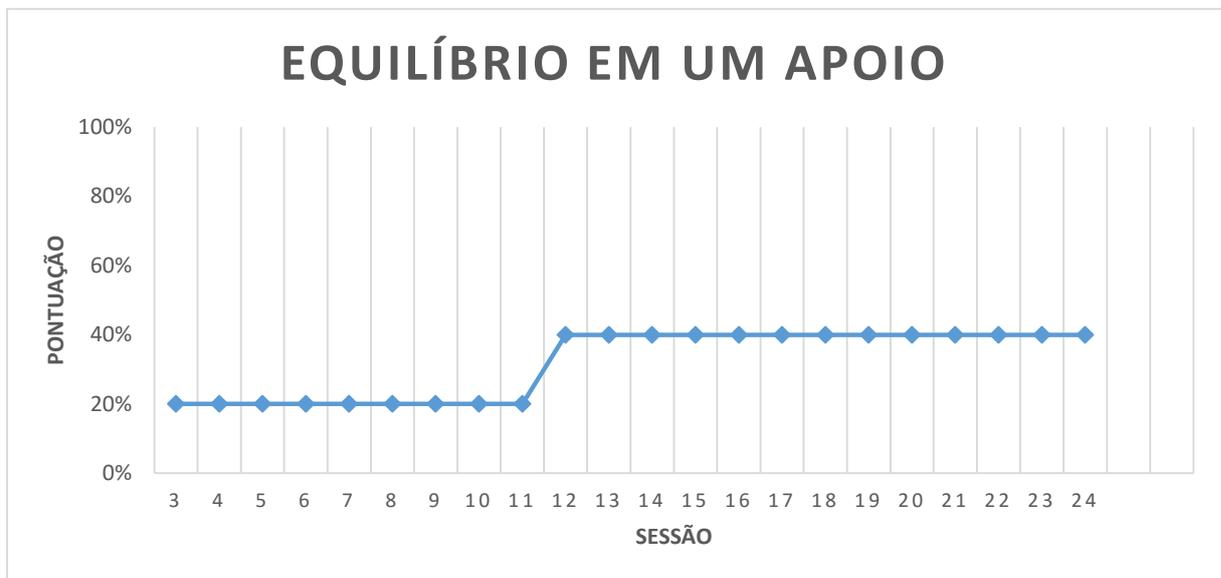
Em relação à *mobilidade articular* pode-se observar que na sessão 8 há um aumento de 20% na pontuação da aluna, mantendo-se constante até a sessão 15. Ocorre novamente um aumento de 20% no *score* durante a sessão 17, onde a aluna alcança 100% da pontuação e mantém esse resultado constante até a última sessão.

O aumento na pontuação da participante na sessão 8 pode ser relacionado à atividade envolvendo as 7 ações da Técnica de Alexander. Nessa aula desenvolveu-se 3 das 7 ações, são elas: inclinando-se para frente e para trás, movimentando os braços, calcanhar e dedos dos pés (BARKER, 1991). Essas ações são compostas por movimentos simples envolvendo cabeça, tronco, braços, pés, e devem ser realizados de forma lenta, calma e consciente.

Na sessão 15, onde a aluna alcança 100% da pontuação, a aula foi iniciada com exercícios baseados nos princípios da Eutonia. A pesquisadora demonstrou algumas

movimentações e pediu para a participante experimentá-las. Visto que eram movimentos simples, a pesquisadora orientou a aluna a perceber todo seu corpo e como ele se organizava para realizar aquelas movimentações. Dessa forma, a aluna tornou-se capaz de compreender que, independentemente de quais partes do corpo estavam diretamente envolvidas na ação, é preciso perceber todo o corpo, tomar consciência de suas formas, de sua localização espacial, buscando o estado de presença<sup>16</sup>.

**Gráfico 4:** Evolução da habilidade *equilíbrio em um apoio* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

Quanto ao *equilíbrio sobre um apoio*, a aluna apresentou um aumento de 20% em sua pontuação na sessão 12 e manteve-se constante até a sessão final. Isso significa que, até o final das sessões, a aluna precisava de auxílio parcial, seja da pesquisadora ou de dispositivos auxiliares, para manter-se em equilíbrio sobre um apoio. O aumento de sua pontuação não se refere à diminuição do número de apoios, mas sim à maior estabilidade adquirida pela participante ao manter-se em equilíbrio sobre um apoio.

A partir da sessão 10 foi possível perceber que o alto grau de ansiedade anteriormente observado na aluna estava diminuindo gradualmente. Os exercícios de respiração e massagem foram importantes elementos nesse processo de diminuição da

<sup>16</sup> “O estado de presença acontece quando você se encontra com a atenção e intenção dirigida para o momento que está vivendo, para o ‘aqui e agora’, você se encontra completo na ação que realiza, não tem julgamento do certo ou errado, do bonito ou feio, é o que é [...]” (DASCAL, 2005, p.43)

ansiedade e de seus sintomas, como a tensão muscular, dificuldade de concentração, inquietação, fadiga e respiração ofegante, todos observados na aluna.

As atividades de respiração consistiam em inspirar e expirar profundamente com as mesmas variações de tempo, exemplo: inspirar profundamente por 3 segundos e, posteriormente, expirar por 3 segundos. Outra proposta era inspirar profundamente e aguardar entre 3 a 5 segundos antes de expirar. Em algumas aulas foram utilizados balões para auxiliar no trabalho respiratório, a atividade consistia em encher o balão com apenas uma expiração longa e profunda e deixar o balão esvaziar enquanto inspira profundamente para encher o balão outra vez. Esses exercícios eram divididos em pequenas séries, variando entre 4 e 8 repetições.

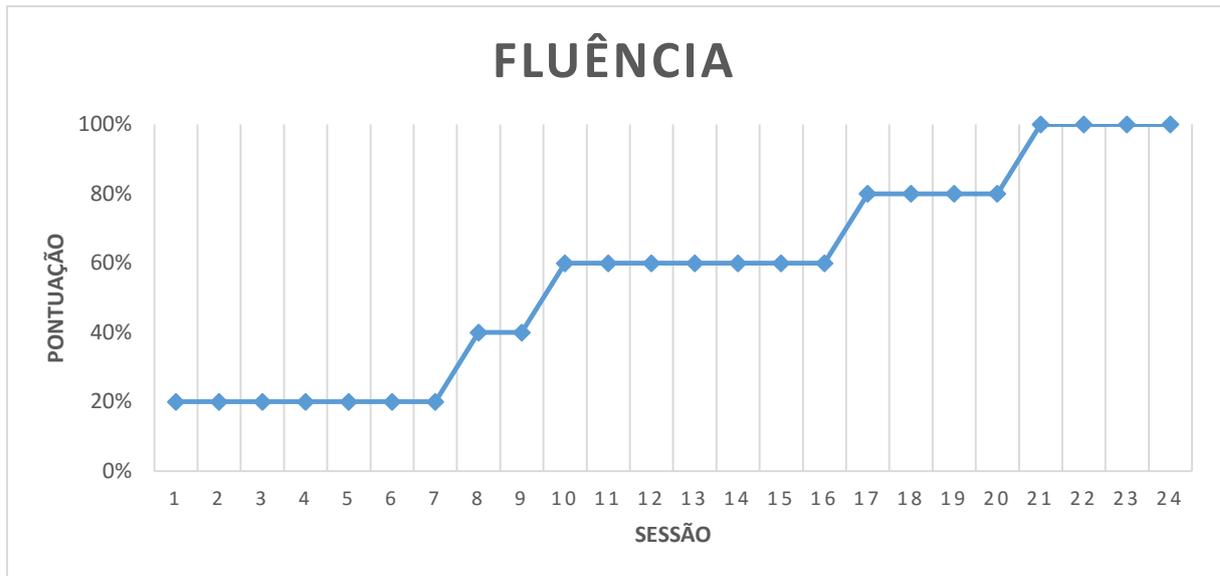
Para intensificar o relaxamento muscular ao longo dessas atividades, a pesquisadora pedia para a aluna sentir o corpo mais leve e relaxado a cada expiração, pois segundo Campignon (1998, p. 51), “[...] o expirar facilita o relaxamento pelo alongamento dos músculos envolvidos no bloqueio torácico em posição inspiratória”.

É interessante observar que, a partir do momento que a aluna se tornou consciente dos benefícios que os exercícios respiratórios lhe proporcionavam, começou a praticá-los em sua casa. A participante contou que todos os dias estava realizando os exercícios de respiração que aprendia nas aulas, inclusive com o balão, pois tinha percebido como ela estava se sentindo menos ansiosa e agitada em seu dia-a-dia após ter iniciado a prática dessas atividades.

As atividades com massagem se alternaram entre a técnica de massoterapia e massagem com bolinhas. A região da cervical e dos ombros eram massageadas por um período mais longo, pois eram as áreas de maior acúmulo de tensão na aluna. Dessa forma, este era um momento propício para liberação de tensões e de autoconhecimento, pois a medida que a aluna massageava seu corpo, tornava-se mais consciente de seus ossos, sua pele e sua musculatura através do contato.

Portanto, a prática das atividades de respiração e massagem possibilitou à Fernanda a adquirir maior estabilidade através da diminuição da ansiedade que gerava desgaste físico e contrações involuntárias.

**Gráfico 5:** Evolução da habilidade *fluência* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

Em relação à compreensão do termo *fluência*, a aluna iniciou com 20% da pontuação desejada. Na sessão 8 houve um aumento de 20% na pontuação e na sessão 10 ocorreu novamente esse mesmo aumento. A aluna manteve constante com *score* de 60% até a sessão 16. Na sessão 17 ocorreu um novo aumento de 20% da pontuação e na sessão 21 ela alcança 100% do *score* esperando nesse elemento.

Durante a sessão 8, foi observado que o estudo das três ações da Técnica de Alexander também se mostrou efetivo para a melhora da fluência dos movimentos da aluna. Ao desbloquear tensões e permitir movimentos articulares mais amplos, as movimentações tornaram-se mais fluidas.

Na sessão 10, onde houve novamente um aumento da pontuação, foi realizada uma atividade envolvendo a relação entre sensações e qualidade de movimento. A pesquisadora trouxe diversos vídeos para a aluna de diferentes situações/momentos (referenciados anteriormente na p. 29): pessoas andando contra o vento forte na Noruega, trajetória feita no céu pelos astros em tempo acelerado, pássaros voando, navio em alto mar durante uma tempestade, neve caindo e rosas se abrindo. A aluna analisava o vídeo por algum tempo, e posteriormente criava um ou dois movimentos para representá-lo. Após o processo de criação, a pesquisadora pedia para a aluna descrever cada vídeo com uma palavra. Finalizadas as etapas descritas, pesquisadora e aluna relacionaram a sensação proporcionada pelo vídeo, a qualidade dos movimentos criados e a palavra escolhida. Ao compreender melhor essa relação

sensações/sentimentos versus qualidade/fatores do movimento as movimentações da aluna tornaram-se mais fluidas.

A partir da sessão 15, iniciamos o estudo de alguns movimentos (e suas variações) retirados da sequência coreográfica dançada pela aluna no pré e pós teste, através dos princípios da Eutonia. Os fundamentos da Eutonia estão relacionados com a fluência do movimento, e seu estudo possibilitou que a aluna alcançasse 100% da pontuação neste elemento após algumas sessões.

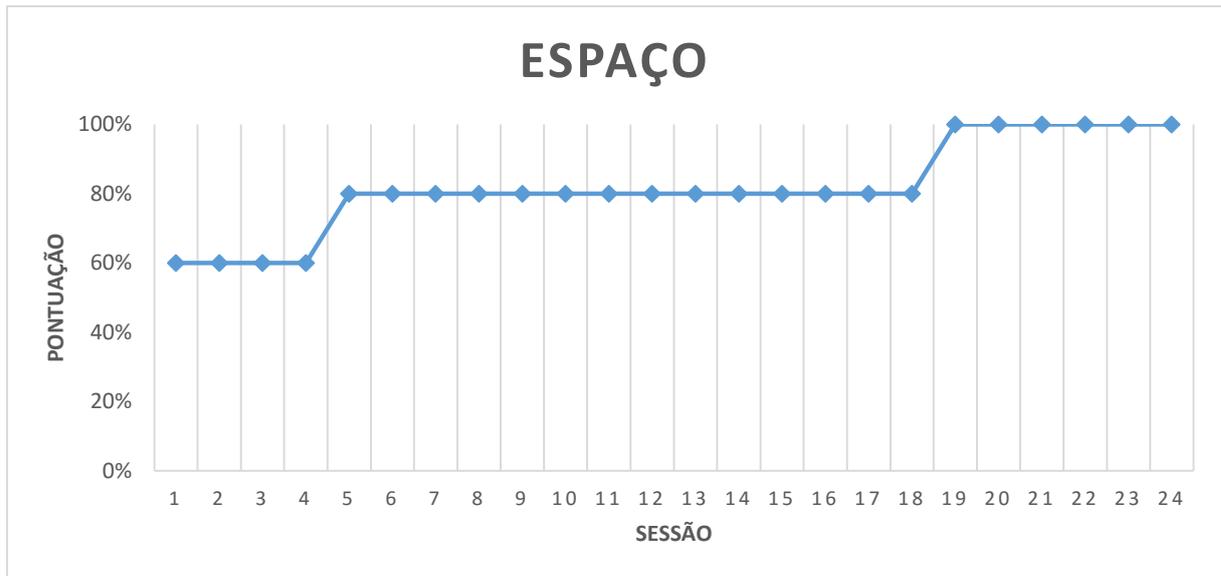
Um dos propósitos da Eutonia está relacionado à regularização, normalização e equilíbrio das tensões, o que significa o desaparecimento de fixações existentes em fibras ou grupos musculares buscando um equilíbrio entre músculos agonistas e antagonistas. Dessa forma, procura-se adquirir um tônus adequado para cada ação, este é o conceito de “bom tônus” desenvolvido na Eutonia.

O movimento na Eutonia caracteriza-se pela leveza na execução e pelo emprego mínimo de energia, mesmo em um trabalho de força. Essa leveza do movimento supõe que todas as fixações do tônus sejam suprimidas e que os músculos que não participam do trabalho tenham o mesmo tônus de base. A homogeneidade do tônus de base é vivida pelo sujeito e percebida pelo outro como uma manifestação de unidade psicossomática (ALEXANDER, 1977, p. 36).

Outro conceito da Eutonia que se relaciona com a *fluência* do movimento é a chamada *atenção dirigida*. “A atenção dirigida conscientemente aos prolongamentos dos eixos do corpo produz uma inervação equilibrada entre os músculos agonistas, antagonistas e sinergistas. Disso resulta um movimento desembaraçado que é realizado sem esforço” (BRIEGHEL, 1999, p. 19).

Nesse sentido, durante o estudo da coreografia a pesquisadora guiava a aluna em um trabalho de percepção corporal, resgatando todo o trabalho de autoconhecimento e experimentações já realizados, a fim de que a aluna recrutasse a musculatura com o tônus adequado e uma atenção plena, para a realização de cada movimento.

**Gráfico 6:** Evolução da habilidade *espaço* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

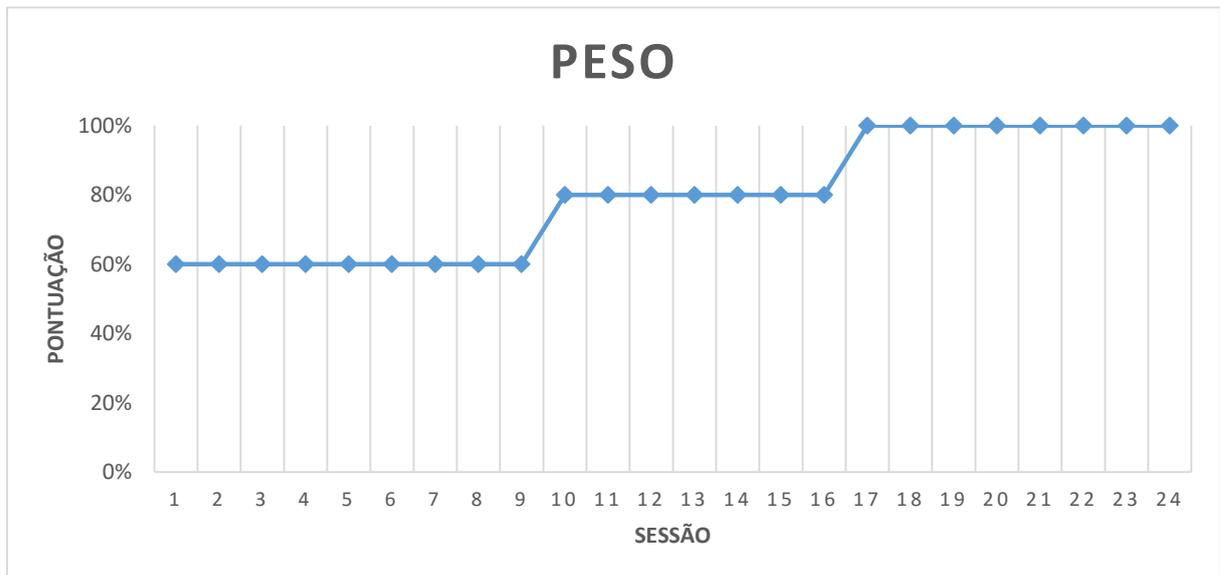
Em relação à compreensão do termo *espaço*, a aluna iniciou com 60% da pontuação total, ocorrendo um aumento de 20% na sessão 5. A pontuação manteve-se constante até a sessão 18. Na sessão 19 a aluna alcança 100% do score esperado mantendo esse resultado até a sessão final.

Durante a sessão 5, a pesquisadora criou algumas movimentações e pediu para a aluna experimentar cada uma delas. A medida que a aluna realizava a movimentação a pesquisadora questionava sobre a qualidade daqueles movimentos. Foi feita análise em relação aos fatores espaço, tempo e peso. A aluna demonstrou compreender o espaço direto e indireto, porém ainda realizava os movimentos diretos de forma limitada.

Na sessão 19, período em que foi realizado o estudo e prática da coreografia tendo como base os princípios da Educação Somática, a aluna apresenta um maior controle de suas movimentações permitindo a realização de movimentos diretos.

Nesse sentido, é possível perceber que compreender o conceito de espaço direto/indireto a partir dos estudos de movimento de Laban (1978), não ofereceu suporte necessário para a aluna realizá-los na prática. Apenas após o processo de aplicação das práticas de Educação Somática, com a diminuição da ansiedade e das contrações musculares involuntárias, da eliminação de tensões e do desenvolvimento da propriocepção, que a aluna alcançou essa qualidade de movimento. “A ampliação da consciência não é fruto de imagens mais ou menos vagas ou experiências místicas. Afirma-se pouco a pouco por meio de exercícios precisos e contínuos que aguçam a sensibilidade proprioceptiva.” (ALEXANDER, 1983, p.45).

**Gráfico 7:** Evolução da habilidade *peso* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

Em relação à compreensão do termo *peso*, a aluna já inicia com uma pontuação média de 60%. Na sessão 10 há um aumento de 20% no *score* esperado, alcançando 80%. Na sessão 17 a aluna atinge 100% do *score* e mantém essa pontuação até a sessão 24.

A compreensão do fator peso foi o último a apresentar aumento na pontuação, em relação aos demais fatores do movimento, acontecendo apenas na sessão 10. Nessa aula ocorreu o trabalho com improvisação a partir das sensações transmitidas pelos vídeos, já mencionados anteriormente. Entre as cenas presentes nesses vídeos, duas demonstram de forma clara os extremos opostos do fator peso: flores desabrochando levemente e pessoas inclinando seu corpo contra o vento e realizando grande esforço para caminhar.

Após essa atividade, a pesquisadora trabalhou com uma dinâmica de toque para a aluna sentir a diferença de peso e tônus em cada contato. Depois de receber o toque a aluna deveria reagir a ele com o grau de intensidade que havia recebido da pesquisadora. A aluna correspondeu aos estímulos durante a atividade e demonstrou maior compreensão do fator peso, apresentando dificuldade apenas em realizar movimentos com peso de intensidade leve.

A dificuldade em realizar movimentos com peso leve estava relacionada à tensão muscular excessiva que possui, transmitindo a ideia de um corpo que está realizando sempre muito esforço e constante.

Segundo Dascal (2005, p. 34) “[...] o tônus é responsável por toda atitude e toda postura que o corpo pode assumir enquanto em movimento ou em descanso”. Nesse sentido, a

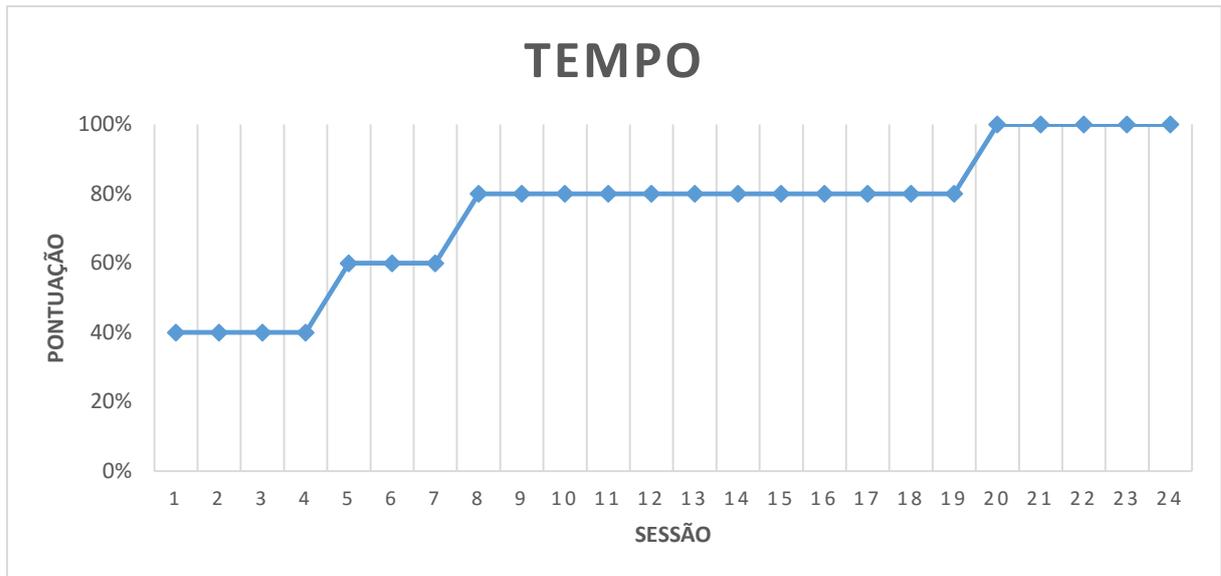
pesquisadora realizou com a aluna, durante as sessões 13, 14 e 15, algumas práticas de Educação Somática para do desenvolvimento da *atenção dirigida* em todas as partes exploradas, permitindo um entendimento integral da relação existente entre as partes, estimulando a percepção desse grau de tensão e de relaxação. Uma das atividades consistia em colocar bolinhas de massagem sob diferentes partes do corpo (a aluna permaneceu deitada em decúbito dorsal durante a atividade), e perceber como os músculos tocados por esses objetos reagiam ao contato, se estavam com excesso de tensão ou com um tônus adequado em relação à ação.

Outra atividade realizada com a aluna que proporcionou visivelmente um relaxamento muscular foi a Técnica de Relaxamento Progressivo de Jacobson (1976). Essa técnica trabalha com o contraste entre a contração máxima do músculo e posteriormente seu relaxamento (JUNQUEIRA, 2006).

Método criado pelo médico fisiologista da Universidade de Harvard, Dr. Edmund Jacobson, que por meio de um plano sistemático abrange os principais grupos musculares do corpo humano. A alternância entre contração e distensão da musculatura resulta em profundo relaxamento. O método de Jacobson mostra uma orientação mais fisiológica que psicológica onde o paciente aprende a avaliar e realizar sistematicamente suas tensões nos diversos grupos musculares, para depois relaxá-las. (SOUSA FILHO, 2009, p. 05).

Para guiar a aluna durante essa atividade, a pesquisadora realizou toques nas partes do corpo a serem contraídas e relaxadas. Essa técnica foi aplicada pela primeira vez durante a sessão 16, uma aula antes da aluna apresentar um aumento na pontuação em relação ao elemento peso. Segundo Sousa Filho (2009), a técnica de relaxamento tem sido bastante utilizada como possibilidade terapêutica, se mostrando efetiva para o alívio de tensões e fadiga muscular.

**Gráfico 8:** Evolução da habilidade *tempo* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

Quanto à compreensão do termo *tempo*, a aluna inicia com um *score* de 40%. Na sessão 5 atinge 60% da pontuação. Na sessão 9 há um aumento de 20% em sua pontuação seguindo com o *score* de 80% até a sessão 20. Na sessão 21 a aluna atinge 100% do *score* desejado e mantém-se com essa pontuação até a última sessão.

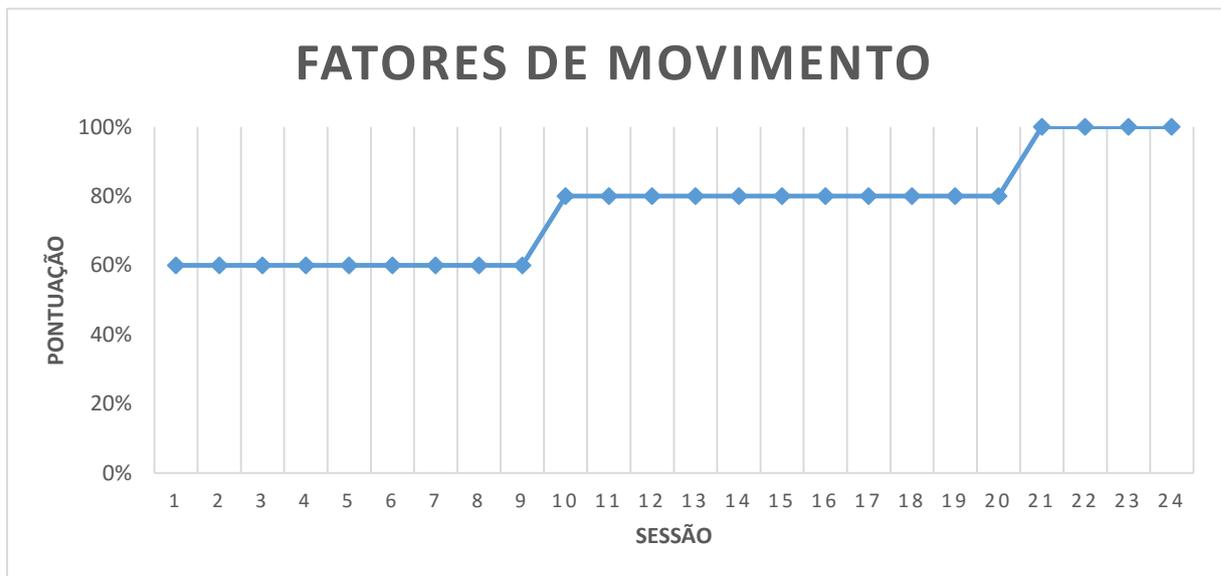
A partir da sessão 5, onde foi realizada a atividade de criação e reflexão sobre os fatores de movimento e suas qualidades, a aluna demonstrou maior compreensão do fator tempo e na realização movimentos de curta duração. Já na sessão 8, a aluna experimentou variações dos fatores peso, espaço e tempo em algumas movimentações retiradas da coreografia, com ênfase em movimentos leves, lentos e diretos.

Em uma parte específica da coreografia dançada pela aluna no pré e pós-teste, há uma dinâmica de velocidade alternando entre os tempos súbito e sustentado. Durante a sessão 20, essa dinâmica pode ser observada durante o estudo da coreografia, podendo ser relacionada ao maior controle do movimento corporal adquirido pela aluna ao longo das sessões anteriores por meio das técnicas de relaxamento.

Além disso, visto que o fator tempo está relacionado ao Sistema Nervoso (FERNANDES, 2006), pode-se compreender que com a diminuição de alguns sintomas (respiração ofegante, esquecimento de movimentos relacionados a sequência de movimento, gasto de energia em excesso para a realização dos movimentos) apresentados pela aluna pode influenciar diretamente no tempo de realização dos movimentos. Acredita-se que pelas práticas somáticas houve uma mudança no grau de intensidade do estado ansiedade (mesmo que não

tenha sido o nosso objeto principal de estudo e muito menos ter realizado qualquer medição para a averiguação da mudança do estado de ansiedade na participante, apenas a análise observacional), pois o trabalho proporcionou tranquilidade à aluna para a realização de movimentos em um tempo sustentado.

**Gráfico 9:** Evolução da habilidade *fatores de movimento* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

Em relação aos *fatores de movimento*, a aluna inicia com 60% da pontuação total. Na sessão 11 há um aumento de 20% no score, mantendo-se com essa pontuação até a sessão 21. Na sessão 22 a aluna atinge 100% da pontuação desejada.

Os fatores de movimentos foram sendo compreendidos e explorados pela aluna a medida que foram realizados estudos teóricos e práticos sobre o Sistema Laban/Bartenieff. De acordo com as discussões realizadas anteriormente sobre a evolução da aluna em cada um dos fatores, foi possível observar que apenas a compreensão teórica dos fatores fluência, espaço, peso e tempo não foi satisfatório para que a aluna conseguisse realizar os movimentos explorando tais elementos.

Cada fator de movimento está relacionado a um Sistema do Corpo e é fundamental que o bailarino esteja consciente de seu corpo e em *estado de presença* para que os elementos que compõe o movimento possam ser de fato sentidos e explorados. O fluxo está relacionado ao Sistema de Fluidos (Sangue, Linfa) e Órgãos, o espaço está relacionado à Visão, o peso ao Tato e aos Músculos e o tempo ao Sistema Nervoso e Endócrino (FERNANDES, 2006, p. 139). O

corpo se organiza de forma integral para o movimento, e a compreensão desse *corpo como unidade* é essencial para uma melhor definição das qualidades dos fatores de movimento.

**Gráfico 10:** Evolução da habilidade *improvisação* segundo o IAADE.



Fonte: própria autora.

Quanto às atividades de *improvisação*, a aluna iniciou com 40% da pontuação total. Na sessão 9 a aluna alcança 80% do *score* desejado. Na sessão 15 há um aumento de 20% na pontuação e, com isso, a aluna finaliza as intervenções obtendo 100% da pontuação.

Ao longo das sessões foram realizados quatro momentos específicos para o desenvolvimento do processo de improvisação e criação. Estes aconteceram por meio de da estimulação visual, do tato, da audição, do olfato e do paladar através de vídeos, imagens, diferentes texturas, músicas e sons específicos (som da chuva, por exemplo), diferentes essências e sabores.

Na sessão 3 aconteceu o primeiro trabalho de improvisação. Como o processo de improvisação é algo exclusivo do *eu*, gerado pelas percepções, sentimentos e interpretações do ser, a pesquisadora sugeriu para a aluna vender os olhos durante essa atividade, com o objetivo de desprender de possíveis julgamentos estéticos sobre o que é feio e o que é bonito, voltando a atenção apenas para as *sensações*. Inicialmente a Fernanda pareceu estar bastante ansiosa. Ela aguardava os estímulos, e apenas criava pequenas sequências de movimento na presença destes. Os estímulos que mais inspiraram a aluna foram: um objeto deixado em cena – várias pequenas correntes unidas –, a música que Fernanda levou (a pedido da pesquisadora) e o sabor doce do chocolate.

Na segunda atividade de improvisação durante a sessão 9, a aluna apresentou desempenho diferente em relação à experiência anterior. A aluna ainda realizava pequenas sequências de movimentos, mas não dependia de estímulos para realizá-los. Em uma atividade em dupla com a pesquisadora, como um *jogo de espelhos*, Fernanda criou alguns movimentos que logo foram realizados pela pesquisadora também. O que chamou atenção da pesquisadora nessa atividade foi seu caráter de descontração e divertimento, Fernanda estava brincando de forma natural nesse jogo de criação.

Em seguida, na sessão 10, realizamos uma atividade de improvisação com foco nas qualidades dos fatores de movimento. Apesar de envolver a criação de movimentos, o objetivo desta atividade não era avaliar o ato de improvisar. Porém, é importante destacar que durante a atividade a aluna correspondeu aos estímulos visuais oferecidos pela pesquisadora, não apresentando dificuldades no processo de improvisação. Sob orientação da pesquisadora Fernanda criou apenas um ou dois movimentos para cada vídeo assistido. A aluna mostrou-se confortável durante a atividade.

Durante a sessão 14 a pesquisadora trouxe uma proposta de improvisação com uma bola suíça. A aluna ficou empolgada com a ideia e logo quis iniciar a atividade. A pesquisadora também participou desse contato improvisação auxiliando nos apoios e na manutenção do equilíbrio enquanto a aluna explorava as possibilidades. Fernanda estava intensamente envolvida pela atividade e aos poucos foram surgindo diferentes formas e imagens desse contato aluna – pesquisadora – objeto cênico.

De todo esse processo Ostrower (2014, p. 28) fala sobre a criação que referencia muito bem o que Fernanda vivenciou e experienciou em cada improvisação, ao ser envolvida por um objeto ou por uma música, ou por alguém ou por um movimento e que na sessão 14 ela se amplia e se dilata:

Criar representa uma intensificação o viver, um viver-se no fazer; e, em vez de substituir a realidade, é a realidade; é uma realidade nova que adquire dimensões novas pelo fato de nos articularmos, em nós e perante nós mesmos, em níveis de consciência mais elevados e mais complexos. Somos, nós, a realidade nova. Daí o sentimento do essencial e necessário no criar, o sentimento de um crescimento interior, em que nos ampliamos em nossa abertura para a vida (OSTROWER, 2014, p. 28).

Portanto, na atividade de improvisação realizada na sessão 14, a aluna vivenciou o fazer de forma intensa, possibilitando que o sentimento de *crescimento interior*, ao qual a autora se refere, ampliasse a partir de uma abertura para a experiência e assim se cria, recria e se dança nesse corpo que é dela, apropriado e único.

## 5.2. Qualidades Performáticas e Expressivas de um Corpo não Paralisado pela Deficiência

Com o objetivo de verificar quais os efeitos das atividades de dança em diálogo com a Educação Somática realizadas ao longo deste estudo para o desenvolvimento performático e artístico de Fernanda foram avaliados quatro elementos: o *agrado*, a *presença*, a *expressão* e a *energia*.

Ao analisar os resultados quantitativamente através do teste de sinais foi possível perceber que a aluna adquiriu resultados significativos nos elementos presença e expressão, como mostra a tabela 1 abaixo.

**Tabela 1 – Teste de sinais**

Agrado				Presença				Expressão				Energia			
+	-	=	Sig. Teste Sinais	+	-	=	Sig. Teste Sinais	+	-	=	Sig. Teste Sinais	+	-	=	Sig. Teste Sinais
6	2	6	0,289	9	0	5	0,004*	12	1	1	0,003*	8	2	4	0,289

\* < 0,05 significativo

Fonte: própria autora.

Pode-se observar um aumento no número de votos nos elementos presença, expressão e energia. Porém, ao considerar os dados estatísticos onde o valor significativo seria menor que 0,05, só pode ser considerado como um aumento relevante para esta pesquisa os elementos *presença* e *expressão*.

Em relação dos elementos qualificadores da performance analisada o *agrado* apresenta-se como um elemento complexo pois, visto seu caráter subjetivo, está sujeito a diferentes interpretações. Segundo Ostrower (2014), o potencial consciente e sensível do ser sempre se realiza por meio de formas culturais. Nesse sentido, entende-se que a cultura influencia diretamente na forma de agir, de pensar, de se comunicar, e possivelmente no discernimento sobre o que agrada.

O agrado dentro da percepção de estética trazida por Reis (2011, p. 78) afirma que “[...] na percepção estética, o sujeito não visa ao tê-los (o conceito que define o objeto para o pensamento), mas aos eidos (aquilo que se vê, aparência, forma)”. Dessa forma, o termo agrado que aqui é definido, se refere à percepção estética de quem vê e sente.

Baseando-se nestes conceitos do agrado é que se acredita que este elemento não recebeu número expressivo de votos positivos. Ou seja, o agrado apresentou-se como uma percepção

estética subjetiva do observador e, considerando que cada pessoa está inserida dentro de um contexto sociocultural, crê-se que, no momento da apreciação dos vídeos (pré e pós), existiu esta interferência quanto ao entendimento sobre a concepção e significação do elemento agrado, mas isso não quer dizer que, o que não me agrada, deixa de ser expressivo e de ter intenção; deixa de ser performático e artístico.

Já em relação ao elemento presença, como pode ser observado na Tabela 1 acima, a *presença* que está relacionada a intensão do movimento teve um aumento significativo do pré para o pós-teste. Segundo Bonder, (2004, p. 37):

[...] a presença é uma condição de inteireza. Ser inteiro é combinar num dado momento tudo aquilo que somos (nem mais nem menos). O ser humano se exprime nas dimensões física, emocional, mental. Este é o corpo humano- a associação que nos mantém vivos, orgânicos. Estar presente é estar física, emocional e mentalmente num mesmo lugar. É estar incorporado.

Esse processo ocorre através da observação interior profunda e mediante o desenvolvimento da sensibilidade. Enquanto dançamos é preciso estar atento as mudanças que ocorrem no organismo, ou seja, estar consciente de seu corpo de forma integral. O estado de presença requer que você esteja inteiro e completo na ação, sem julgamentos de valores estéticos (DASCAL, 2005).

Este mesmo resultado aconteceu com o elemento *expressão*. Segundo Ostrower (2014), trata-se de ordenações simbólicas que se apresentam como conteúdo expressivo para a comunicação, instigando o pensamento imaginativo. Na dança, essa comunicação pode ser intensificada através de práticas corporais e técnicas que lhe permita aprimorar suas qualidades de movimento e seu desenvolvimento como artista, mas, ao mesmo tempo, o bailarino deve considerar sua sensibilidade como elemento principal na busca pela verdadeira expressão. “Na subjetividade do mundo vivido é que cada bailarino deve encontrar seu próprio movimento, sua forma pessoal. As técnicas servem como base, mas é importante que o bailarino dance a ‘sua’ dança” (SIVIERO; MACARA, 2013 p. 285).

A expressividade se relacionada com a qualidade do movimento, com a fluidez e o tônus. Segundo Dascal (2005, p. 41), “[...] a fluidez do tônus de base permite expressar toda escala da sensibilidade humana tão necessário para o ator, bailarino e, intérpretes em geral. Quanto mais domínio do tônus, mais versatilidade e expressividade terá o artista”.

Portanto, é possível afirmar que a Dança em diálogo com as Técnicas de Educação Somática, promoveram uma melhora no desenvolvimento performático e artístico da participante nos elementos presença e expressão. Como pode ser observado no relato feito por uma avaliadora:

[...] em ambos os vídeos percebi haver intenção na realização dos movimentos, porém no pós-teste, a dançarina obteve maior controle dos movimentos e do corpo. Ex.: bem no início da dança, há um momento em que ela estende os braços lateralmente; no pós teste os braços estão mais estendidos que no pré. Também houve maior fluidez com menor espaçamento de “pausas” entre os movimentos, no pós-teste. Pude notar que a bailarina tanto no pré quanto no pós vídeo, estava envolvida com a dança, porém no segundo vídeo ela demonstrou um maior domínio sobre si, sobre a dança, sobre o espaço. (AVALIADORA 1).

Por meio do relato percebe-se que a avaliadora observou melhoras em diversos elementos trabalhados durante as sessões como maior *controle do movimento e fluidez*, melhora na *percepção corporal*, na *qualidade de movimentos* e na *relação com o espaço*.

Já em relação ao elemento *energia* este refere-se ao fluxo energético de nosso corpo. Quando o fluxo energético não flui por todo o corpo pode gerar diminuição da energia, tensões musculares e bloqueios emocionais, prejudicando o desempenho corporal. Segundo Siviero e Macara (2013 p. 286):

[...] na Dança o que é essencial é o nascimento de uma gestualidade própria, que seja o reinventar do corpo a partir não só da sensibilidade, mas do vivenciar emoções e energias interiores sem tensões excessivas. A utilização consciente das ações motoras para comunicar os pensamentos, sentimentos e ideias refinam a qualidade das performances.

É importante compreender que o agrado, a presença, a expressão e a energia devem ser trabalhados e analisados conjuntamente na performance. Cada elemento complementa o outro e formam juntos um conjunto indispensável para um bom desempenho do bailarino.

Dessa forma, a partir dos resultados obtidos foi observado uma melhora efetiva no desenvolvimento performático e artístico da participante em metade dos elementos analisados. Isso mostra que as atividades realizadas ao longo das sessões possibilitaram que a Fernanda adquirisse maior sensibilidade para o mover-se, através de um melhor conhecimento de si mesma, além de uma maior compreensão das qualidades de movimento.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Visto os resultados obtidos pelos instrumentos avaliativos é possível afirmar que a prática da Dança em diálogo com a Educação Somática foi eficiente para os objetivos pesquisados, são eles: melhor desenvolvimento performático e artístico e compreensão das qualidades dos fatores. A Técnica de Alexander se apresentou como um meio possível para promover o desbloqueio de tensões musculares e articulares, ampliando os movimentos da participante. A Eutonia e todo seu processo da propriocepção vieram ao encontro de um maior conhecimento de suas habilidades e limites, permitindo que a aluna, em um processo de auto investigação, pudesse descobrir e explorar movimentos. As atividades de massagem e exercícios respiratórios minimizaram o processo de ansiedade presente na participante, promovendo uma mudança expressiva em seu tônus. Porém, ainda deixa visível um grau excessivo de tensão, fato este que pode incentivar futuras pesquisas para avaliarem se são provenientes dos movimentos involuntários de atetose e coréia ou por outras variáveis. O estudo do Sistema Laban/Bartenieff possibilitou a compreensão das qualidades dos fatores de movimento modificando a qualidade da expressão e da presença em cena.

Nesse sentido, os resultados adquiridos pelo IAADE vão ao encontro dos pontos positivos obtidos no “Sobre a Qualidade da Interpretação”, reafirmando a existência de um corpo/sujeito não paralisado, vivo, ativo, potente e criativo com possibilidade de se conquistar um melhor desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral por meio da interface Dança e Educação Somática.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU e SILVA, N. N. (1977). A Dança: uma arte a serviço da terapia. Dissertação de Mestrado, Universidade de São Paulo, São Paulo.

ALEXANDER, Gerda A Eutonia: um caminho para a experiência total do corpo. Editora Martins Fontes, 1983.

Associação Brasileira de Psiquiatria. Diagnóstico e tratamento dos transtornos de ansiedade. Projeto Diretrizes, 2001.

BARRETO, D. (1998). Dança... ensino, sentidos e possibilidades na escola. Conexões, Campinas: UNICAMP.

BARKER, Sarah. A técnica de Alexander: aprendendo a usar seu corpo para obter a energia total. [tradução Denise Bolanho]. 2ª edição – São Paulo: Summus, 1991. 127 p.

BATSON, Glenna. Proprioception – What Is It?. 2008. Disponível em: <<https://www.iadms.org/?210>>. Acesso em: 15 ago. 2015.

BOLSANELLO, Débora. Educação Somática: o corpo enquanto experiência. In: Motriz, Rio Claro, v.11 n.2 p.99-106, maio/ago. 2005

BOLSANELLO, Débora. A Educação Somática e os Conceitos de Descondicionamento Gestual, Autenticidade Somática e Tecnologia Interna. Motrivivência Ano XXIII, Nº 36, P. 306-322 Jun./2011.

BOLSANELLO, Débora. A Educação Somática e o contemporâneo profissional da dança. Artes Cênicas, s/ data. 17 p.

BONDER, Nilton. Código Penal Celeste. Elsevier. Rio de Janeiro, 2004.

CAMPIGNION, Philippe. Respir-Ações: A respiração para uma vida saudável. São Paulo: Summus, 1998. 143 p.

COHEN, B. B. Sensing, feeling and action: the experimental anatomy of body-mind centering. Northampton, Massachusetts: Contact Editions, 2008.

CORDEIRO, Analivia; HOMBURGER, Claudia; CAVALCANTE, Cybele. Método Laban: nível básico. s. n. 1989. 51 p.

COSTA, T. D. A.; CARVALHO, S. M. R. C.; BRACCIALLI, L. M. P. Análise do equilíbrio estático e de deformidades nos pés de crianças com paralisia cerebral. Fisioter. Pesqui. vol.18 no.2 São Paulo Apr./June 2011.

DASCAL, Miriam. Eutonia “O saber do corpo”. Dissertação de mestrado – UNICAMP. Campinas, 2005. 78 p.

DIAS, R. S. Abordagens somáticas enquanto práticas pedagógicas na Artes Cênicas. Trabalho de conclusão de curso – UFRGS. Porto Alegre, 2013. Disponível em:

<<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/87653/000911477.pdf?sequence=1>>.  
Acesso em 20 de ago. 2015.

DELL, Cecily. *A Primer for Movement Description*. New York: Dance Notation Bureau, 1977.

DUFFY CM, Cosgrove AP. The foot in cerebral palsy. *Curr Orthop*. 2002;16:104-13.

ESCOVAL, A e BAPTISTA, M. (1992). *Deficiência Motora: Contribuição para o estudo das necessidades educativas específicas da criança e jovem com problemas motores*. E.S.E., Lisboa.

FERNANDES, Ciane. *O corpo em movimento: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas*. 2ª edição. São Paulo: Annablume, 2006.

FONSECA L. F., LIMA L. A. *Paralisia Cerebral: Neurologia, Ortopedia e Reabilitação*. 2a ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2008.

FREIRE, Ida Mara. *Dança-educação: o corpo e o movimento no espaço do conhecimento*. Cadernos Cedes, ano XXI, n o 53, abril/2001. p. 31-55.

GANDOLFO, Luciana. Eutonia: a flexibilidade do tônus muscular na dança. In: *O avesso do avesso do corpo: educação somática como práxis*. WOSNIAK, C.; MARINHO, N. (Orgs.) – Joinville: Nova Letra, 2011. P. 111- 126.

GERALDI, Silvia. *Aprendizagem orgânica: a contribuição do método Feldenkrais à educação da dança e do movimento*. In: *O avesso do avesso do corpo: educação somática como práxis*. WOSNIAK, C.; MARINHO, N. (Orgs.) – Joinville: Nova Letra, 2011. P. 97- 110.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. [Orgs.] *Métodos de pesquisa*. 1ª edição, Rio Grande do Sul: Editora da UFRGS, 2009. 114 p.

GIL, A. C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 1994. \_\_\_\_\_. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

GODOY, Kathya Maria Ayes. *A Arte no Contexto da Motricidade Humana*. *Motriz*. V. 5, 1999, p. 47-52.

HANNA, Thomas. *The body of life: creating new pathways for sensory awareness and fluid movement*. Rochester: Healing Arts Press, 1993.

JACOBSON, E. *Relax - como vencer as tensões*. São Paulo: Cultrix, 1976.

JUNQUEIRA, Marciclene de F. R. *A viagem do relaxamento: técnicas de relaxamento e dinâmicas*. Goiânia: Ed. da UCG, 2006. 57 p.

KRÄGELOH, Mann; CANS, C. Cerebral palsy update. *Brain Dev*. 2008; 31:537-44.

LABAN, Rudolf. *Domínio do Movimento*. São Paulo: Summus editorial, 1978.

LEITE, J. M. R. S.; PRADO, G. F. Paralisia cerebral Aspectos Fisioterapêuticos e Clínicos. Neurociências. Trabalho realizado na Universidade Federal de São Paulo - Escola Paulista de Medicina - UNIFESP-EPM. P. 41-45.

MAIA, Elizabeth. Pesquisadora utiliza a dança em crianças com paralisia cerebral. Disponível em:  
<[http://www.unbciencia.unb.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=563:pesquisadora-utiliza-a-danca-em-criancas-com-paralisia-erebral&catid=30:psicologia](http://www.unbciencia.unb.br/index.php?option=com_content&view=article&id=563:pesquisadora-utiliza-a-danca-em-criancas-com-paralisia-erebral&catid=30:psicologia)>. Acesso em: 01 abr. 2015.

MALANGA, Eliana Branco; BOTELHO, Iura Breyner. A Análise Laban do Movimento Aplicada ao Ballet Clássico. ARTEREVISTA, v.2, 2013, p. 1-21.

MELLO, E. L. Paralisia Cerebral e Dança. Monografia apresentada no curso de Pós-Graduação em Inclusão – Universidade Candido Mendes. Rio de Janeiro, 2005. 68 p.

MILLER, Geoffrey; CLARK, Cary D. Paralisias Cerebrais: Causas, Consequências e Conduta. 1ª edição brasileira, Editora Manole Ltda. Barueri-São Paulo, 2002. p. 409.

MILLER, Jussara. Dança e educação somática: a técnica da cena contemporânea. In: O avesso do avesso do corpo: educação somática como práxis. WOSNIAK, C.; MARINHO, N. (Orgs.) – Joinville: Nova Letra, 2011. P. 147-162.

MIRANDA, Regina. Para incluir todos os corpos. In: CALAZANS, Julieta; CASTILHO, Jacyan; GOMES, Simone (coordenação) Dança e Educação em movimento. São Paulo, Cortez, 2003. p. 216-225.

MÜLLER-BRIEGHEL, Gunna. Pedagogia e Terapia em Eutonia. Summus editorial, São Paulo, 1999.

NUNES, Clarice. Dança, terapia e educação: caminhos cruzados. In: CALAZANS, Julieta; CASTILHO, Jacyan; GOMES, Simone (coordenação) Dança e Educação em movimento. São Paulo, Cortez, 2003. p. 31-46.

NUNES, S. M. (2005). Fazer dança e fazer com dança: perspectivas estéticas para os corpos especiais que dançam. [versão eletrônica], Florianópolis: Ponto de Vista, 6, 7, 43-56, acessado em 7 de janeiro de 2013 em <<http://www.periodicos.ufsc.br/index.php/pontodevista/article/view/1149/1466>>.

OSTROWER, Fayga. Criatividade e processos de criação. 30ª ed. Petrópolis: Vozes, 2014. 186 p.

PAPAVASILIOU AS. Management of motor problems in cerebral palsy: A critical update for the clinician. Eur J Paediatr Neurol. 2009;13:387-96.

PFORSICH, Janis. Bartenieff movement principles. Apostila. New York, 1994.

PORTAL ACTION. Estatísticas descritivas. Disponível em: <<http://www.portalaction.com.br/estatistica-basica/21-medidas-de-posicao>>. Acesso em: 21 abr. 2015.

PRUITT DW, Tsai T. Common Medical Comorbidities Associated with Cerebral Palsy. *Phys Med Rehabil Clin N Am*. 2009;20:453-67.

REBELO, C. P. S. A Importância da Dança, enquanto terapia, na Inclusão de Crianças com Paralisia Cerebral. 2014. 164 f. Tese de Mestrado em Ciências da Educação na Especialidade de Educação Especial: Domínio Cognitivo e Motor, Escola Superior de Educação João de Deus, Lisboa. 2014.

RENGEL, Lenira. *Dicionário de Laban*. São Paulo: Annablume, 2003.

RODRIGUES, W. C. Metodologia de pesquisa. Disponível em: <[http://www.unisc.br/portal/upload/com\\_arquivo/metodologia\\_cientifica.pdf](http://www.unisc.br/portal/upload/com_arquivo/metodologia_cientifica.pdf)>. Acesso em 01/04/2015.

ROMANO, Diana. *Introducción al Método Feldenkrais: el arte de crear consciência através del movimiento*. Buenos Aires: Lumen, 2003.

ROSSI, Patrícia. Programa de Ensino em Dança Educativa Voltada as Crianças com Deficiência Física. 2014. 167 f. Tese de Mestrado em Educação Especial – Centro de Educação e Ciência Humanas, Universidade Federal de São Carlos, São Paulo. 2014.

SANTOS, L. B.; BRAGA, D. M. 18/02/10. Dança e fisioterapia em crianças e adolescentes com paralisia cerebral. *Revista Neurociência*. P. 437-442.

SIVIERO, E. K. O olhar da Educação Somática sobre a relação do Corpo com o Mundo e na Dança. VI Congresso de Pesquisa e Pós-graduação em Artes Cênicas 2010. 6 p. 2010.

SIVIERO, E. K. R.; MACARA, Ana Maria. A influência do método GDS na qualidade performática de bailarinos. *ENGRUPEDança*, 2013. p. 278-295.

SIVIERO, E. K. R. Dança e Educação Somática: A aplicação do método GDS para o aprimoramento do movimento expressivo e performático em dança. 2014. 295p. Dissertação de Doutorado, Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa, 2014.

SOUSA FILHO, Paulo Gomes. Introdução aos métodos de relaxamento. In: Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro de Psicoterapias corporais, XIV, IX, 2009. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. Disponível em: <<http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais%202009/SOUSA%20FILHO,%20Paulo%20Gomes%20-%20Introdu%20%C3%A7%C3%A3o%20aos%20metodos.pdf>>. Acesso em: 30 out. 2015.

TRIVIÑOS, A. N. S. *Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação*. São Paulo: Atlas, 1987.

YIN, R. K. *Estudo de caso: planejamento e métodos*. 3. ed. Porto Alegre: Bookman, 2005.

YouTube. Navio em alto mar. (Vídeo 4min20s). Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=UPUkSI2fyvc>>. Acesso em: 09 set. 2015.

YouTube. Neve caindo.. Kentuck. (Vídeo 1min05s). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=R4dxOWyE0JU>>. Acesso em: 09 set. 2015.

YouTube. Pássaros voando a liberdade. (Vídeo 1min18s). Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=FF5EilS1HuM>>. Acesso em: 09 set. 2015.

YouTube. Pessoas lutam contra o vento para atravessar a rua na Noruega. (Vídeo 1min27s). Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=P5NkSxDQ518>>. Acesso em: 09 set. 2015.

YouTube. Rosas se abrindo. (Vídeo 1min33s). Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=c2U5e4wDSYM>>. Acesso em: 09 set. 2015.

YouTube. Vídeo em tempo acelerado do céu estrelado. (Vídeo 2min33s). Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=7ZCtbWBrtlQ>>. Acesso em: 09 set. 2015.

ZEMACH-BERSIN, David; ZEMACH-BERSIN, Kaethe; REESE, Mark. Solte-se: método de relaxamento para saúde e boa forma. São Paulo: Summus, 1992.

## **ANEXOS**

### **ANEXO 1**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA  
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES  
DEPARTAMENTO DE ARTES E HUMANIDADES  
CURSO DE DANÇA**

#### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Convidamos você a participar da pesquisa intitulada: Corpo não paralisado pela deficiência: a contribuição da dança e da educação somática no desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral, coordenada pela Professora Dra. Evanize Kelli Siviero Romarco do Departamento de Artes e Humanidades, tendo como pesquisadora, Fanny Aparecida Condé Teixeira, aluna vinculada ao Curso de Dança da Universidade Federal de Viçosa. O Projeto tem como objetivo pesquisar quais os possíveis benefícios que a Dança em diálogo com a Educação Somática pode trazer para o desenvolvimento performático, artístico e corpóreo para uma bailarina com Paralisia Cerebral. Além de contribuir para o conhecimento científico nessa área.

Para tal, você deverá comparecer à sede do Curso de Dança da Universidade Federal de Viçosa duas vezes na semana, do período de junho até outubro deste ano. Nos primeiros encontros será feito o estudo (pré-teste) de uma sequência coreográfica que posteriormente será filmada. Nos encontros seguintes serão aplicadas práticas de Educação Somática em diálogo com a Dança onde a participante será conduzida a uma pesquisa de autoconhecimento de seu corpo e seus movimentos. Ao final da pesquisa a mesma sequência coreográfica (pós teste) será dançada pela participante, e filmada novamente para que seja possível a realização das análises do pré e pós-teste. Além disso, ao final de cada aula a pesquisadora preencherá algumas perguntas consideradas pertinentes à pesquisa referentes ao questionário “INSTRUMENTO DE ACOMPANHAMENTO DA APRENDIZAGEM EM DANÇA EM DANÇA EDUCATIVA

(IAADE) – do início à compreensão dos fatores do movimento (fluência, espaço, peso e tempo)”, para acompanhar o desenvolvimento progressivo da participante.

O risco referente a prática da dança e da aplicação com as atividades de educação somática está relacionado as quedas que podem ocorrer ao trabalharmos com movimentações de pé, principalmente, mas o estúdio do DAH, onde serão realizadas as aulas possui uma estrutura com barras fixas, colchonetes e peças em TNT emborrachadas para montagem de tatames que possibilitam dar maior segurança a participante. Quanto a coleta de dados será assegurada a sua privacidade substituindo seu nome por um nome fictício, podendo solicitar questionamentos e informações quando precisar. As informações coletadas neste estudo, assim como as filmagens e imagens registradas, estarão à disposição da participante envolvida na pesquisa e serão tornadas públicas, por meio do Trabalho de Conclusão de Curso, de Simpósios, e de artigos para publicação em periódicos relacionados a área em questão.

Você não terá nenhum gasto por sua participação nesse estudo, ao mesmo tempo em que não receberá nenhum tipo de remuneração. Você poderá recusar a participar ou sair do estudo a qualquer momento depois de dar o seu consentimento, e esta atitude não lhe trará prejuízos no futuro.

Esta participação permitirá ajudar no conhecimento sobre as influências da prática da Dança em diálogo com a Educação Somática para o desenvolvimento performático de uma bailarina com Paralisia Cerebral, visto que esse tema possui poucos trabalhos científicos na área.

Declaro que fui informada dos objetivos e condições da realização do projeto de maneira clara e detalhada e esclareci as minhas dúvidas. Declaro que autorizo de livre espontânea vontade, a Livre e esclarecido que foi redigido em conformidade com a Resolução CNS 466/2012. Em caso de dúvidas não esclarecidas de maneira adequada pela pesquisadora responsável, de discordância com procedimentos ou irregularidades de natureza ética e de acordo com a Resolução posso buscar auxílio junto ao Comitê de Ética em Pesquisa com seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa – CEP/UFV, no seguinte endereço e contatos: Prédio Arthur Bernardes, *campus* da Universidade federal de Viçosa – UFV – CEP – 36570-000.

Tel.: (031) 3899-2492 E-mail: [cep@ufv.br](mailto:cep@ufv.br) Site: [www.cep.ufv.br](http://www.cep.ufv.br)

Portanto, assino e dou meu consentimento para participar deste estudo.

Viçosa, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015.

**IDENTIFICAÇÃO DO PARTICIPANTE DA PESQUISA**

Nome: \_\_\_\_\_ Tel.: \_\_\_\_\_

Nome do Responsável: \_\_\_\_\_

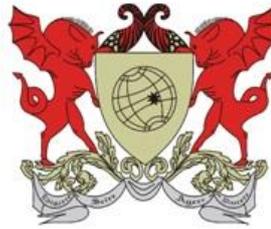
Tel. Do Responsável: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Assinatura do responsável

\_\_\_\_\_  
**Profa. Dra. Evanize Kelli Siviero Romarco**  
Coordenadora e Orientadora da Pesquisa  
Contato: [eva.siviero@gmail.com](mailto:eva.siviero@gmail.com)  
Tel. (31) 9204-2234

\_\_\_\_\_  
**Fanny Aparecida Condé Teixeira**  
Pesquisadora  
Contato: [fannyacteixeira@gmail.com](mailto:fannyacteixeira@gmail.com)  
Tel. (31) 9117-3650

## ANEXO 2



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA  
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, LETRAS E ARTES  
DEPARTAMENTO DE ARTES E HUMANIDADES  
CURSO DE DANÇA**

### TERMO DE ASSENTIMENTO

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa “Corpo não paralisado pela deficiência: a contribuição da dança e da educação somática no desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral. ”. Nesta pesquisa pretendemos pesquisar quais os possíveis benefícios que a Dança em conjunto com a Educação Somática pode trazer para o desenvolvimento performático, artístico e corpóreo de uma bailarina com Paralisia Cerebral. O motivo que nos leva a estudar é investigar possíveis benefícios que a Educação Somática pode trazer que seriam importantes para uma pessoa com PC como: melhora da coordenação motora, recuperação de esgotamento físico, melhora da respiração, relaxamento das tensões excessivas transformação nos hábitos posturais e o desenvolvimento da capacidade de expressão. Dessa forma, além de melhorar a qualidade de vida, também pode trazer benefícios para o desempenho performático e artístico da bailarina.

Para esta pesquisa adotaremos os seguintes procedimentos: Duas aulas semanais, no período de agosto até outubro: nos primeiros encontros serão feitos os estudos (pré-teste) de uma sequência coreográfica que será filmada; nos encontros seguintes serão aplicadas práticas de Educação Somática em diálogo com a Dança onde a participante será conduzida a uma pesquisa de autoconhecimento de seu corpo e seus movimentos. Ao final desse período a mesma sequência coreográfica (pós teste) será dançada pela participante, e filmada novamente para que seja possível a realização da aplicação do “Questionário Sobre a Qualidade da Interpretação” para as análises do pré e pós teste. No final de cada aula a pesquisadora preencherá as perguntas consideradas pertinentes sobre “o corpo no espaço” e “o corpo em movimento” referentes ao questionário INSTRUMENTO DE ACOMPANHAMENTO DA APRENDIZAGEM EM DANÇA EM DANÇA EDUCATIVA (IAADE), para acompanhar o desenvolvimento progressivo da participante.

Quanto a coleta de dados será assegurada a sua privacidade substituindo seu nome por um nome fictício, podendo solicitar questionamentos e informações quando precisar. As informações coletadas neste estudo, assim como as filmagens e imagens registradas, estarão à disposição da participante envolvida na pesquisa. Especificando que as filmagens do estudo só serão realizadas como instrumento de análise dos pesquisadores, quanto a evolução da participante a qualidade performática. Ou seja, apenas o que serão tornadas públicas, por meio do Trabalho de Conclusão de Curso, de Simpósios e de artigos para publicação em periódicos serão os resultados referentes aos questionários.

Os riscos envolvidos na pesquisa estão relacionados as quedas que podem ocorrer ao trabalharmos com movimentações que possuem deslocamento da cadeira de roda para o solo. Prevenções das quedas: o estúdio do DAH, onde serão realizadas as aulas possui uma estrutura com barras fixas, colchonetes e peças em TNT emborrachadas para montagem de tatames que possibilitam dar maior segurança a participante para que se acontecer as quedas haja o amortecimento do impacto; um Kit de primeiro socorros contendo: 3 embalagens de curativos esterilizados - grande, médio, pequeno; 1 embalagem de band-aid; 3 embalagens gazes esterilizadas, 1 embalagem de algodão, 1 rolo de fita adesiva e 4 ataduras; 1 termômetro, 1 pinça e 1 tesoura; 1 frasco de soro fisiológico a 0.9% e 1 par luvas descartáveis, caso haja um ferimento como arranhões ou cortes superficiais. Caso de uma queda de maior risco: será acionado a equipe de bombeiro da UFV para que todas as providências de encaminhamento para o Hospital São João Batista sejam providenciadas. A responsável legal ficará no prédio da DAH esperando pelo término da aula, portanto qualquer comprometimento maior ela poderá auxiliar no pronto socorrismo até o momento da chegada dos profissionais da saúde, juntamente com a Profa. Dra. Evanize Kelli Siviero Romarco que possui o curso de primeiros socorros fornecendo subsídios para esse primeiro momento de assistência. Cabe destacar que as atividades de Dança desenvolvidas com as práticas somáticas possuem uma ritmicidade lenta e suave e irão trabalhar muito mais o processo de fluidez e harmonia dos movimentos da participante, sendo que muitos exercícios serão realizados no chão, fora da cadeira de roda, onde ela já tem uma estabilidade sem riscos da queda.

Quanto aos benefícios: a partir das práticas somáticas buscamos a redução dos espasmos musculares presente no quadro clínico da participante possibilitando maior controle do movimento para suas atividades diárias e para a qualidade de seus movimentos em um processo artístico. Além disso, ampliação das possibilidades da participante para com um trabalho do corpo dotado de peculiaridades distintas e do conhecimento alicerçado na Educação Somática para o desenvolvimento performático e expressivo na Dança, é pouco pesquisado na área

científica, principalmente na Educação Especial e na área das Artes, o que poderá auxiliar e criar novos caminhos para as questões didáticas pedagógicas e de atuação no ensino.

Para participar deste estudo, seu responsável legal deverá autorizar e assinar um termo de consentimento. Você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Apesar disso, caso sejam identificados e comprovados danos provenientes desta pesquisa, você tem assegurado o direito à indenização. Você tem garantida plena liberdade de recusar-se a participar ou seu responsável legal de retirar o consentimento ou interromper sua participação, em qualquer fase da pesquisa, sem necessidade de comunicado prévio. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que você é atendido(a) pelo pesquisador. Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Você não será identificado(a) em nenhuma publicação que possa resultar. Seu nome ou o material que indique sua participação não serão liberados sem a permissão de seu responsável legal.

Este termo de assentimento encontra-se impresso em duas vias originais, sendo que uma será arquivada pelo pesquisador responsável, no Departamento de Artes de Humanidades e a outra será fornecida a você.

Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 (cinco) anos após o término da pesquisa, e depois desse tempo serão destruídos. Os pesquisadores tratarão a sua identidade com padrões profissionais de sigilo e confidencialidade, atendendo à legislação brasileira, em especial, à Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, e utilizarão as informações somente para fins acadêmicos e científicos.

Eu, \_\_\_\_\_, contato \_\_\_\_\_, fui informado(a) dos objetivos da pesquisa “Corpo não paralisado pela deficiência: a contribuição da dança e da educação somática no desenvolvimento performático e artístico de uma bailarina com paralisia cerebral.” de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e o meu responsável legal poderá modificar sua decisão sobre minha participação se assim o desejar. Já assinado o termo de consentimento por meu responsável legal, declaro que concordo em participar desta pesquisa. Recebi uma via deste termo de assentimento e me foi dada a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Viçosa, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20 \_\_\_\_.

---

Assinatura do Participante

---

Assinatura do Pesquisador

Evanize Kelli Siviero Romarco

Rua Rui Barbosa, 215. Bairro de Fátima – Viçosa- MG

Tel. (31) 87073286

E-mail: [eva\\_siviero@ufv.br](mailto:eva_siviero@ufv.br)

Fanny Aparecida Condé Teixeira

Rua Doutor Horta 580, apt. 03 – Centro – Viçosa, MG.

Tel. (31) 9117-3650

E-mail: [fannyacteixeira@gmail.com](mailto:fannyacteixeira@gmail.com)

Em caso de discordância ou irregularidades sob o aspecto ético desta pesquisa, você poderá consultar:

CEP/UFV – Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos

Universidade Federal de Viçosa

Edifício Arthur Bernardes, piso inferior

Av. PH Rolfs, s/n – Campus Universitário

Cep: 36570-900 Viçosa/MG

Telefone: (31)3899-2492

E-mail: [cep@ufv.br](mailto:cep@ufv.br)

[www.cep.ufv.br](http://www.cep.ufv.br)

## ANEXO 3

### INSTRUMENTO DE ACOMPANHAMENTO DA APRENDIZAGEM EM DANÇA EDUCATIVA (IAADE) – do início à compreensão dos fatores de movimento (fluência, espaço, peso e tempo).

- a) 1 ponto/ b) 2 pontos/ c) 3 pontos/ d) 4 pontos/ e) 5 pontos

#### A) CONHECENDO O PRÓPRIO CORPO

##### **5. Em relação à mobilidade articular realizada durante a aula, a criança:**

- a) Não realiza os movimentos articulares de maneira autônoma, sendo necessário o auxílio total do professor.
- b) Realiza alguns movimentos articulares com dificuldades, sendo necessário o auxílio parcial do professor.
- c) Realiza metade dos movimentos articulares de forma autônoma, sendo necessário o auxílio parcial do professor para alguns movimentos.
- d) Realiza a maioria dos movimentos articulares sem auxílio, mas apresenta dificuldades em alguns movimentos, sendo necessário o auxílio parcial do professor.
- e) Realiza movimentos articulares, sem o auxílio do professor.

##### **9. Para se equilibrar em um apoio, a criança:**

- a) Necessita do auxílio total do professor ou de dispositivos auxiliares.
- b) Necessita do auxílio parcial do professor ou de dispositivos auxiliares
- c) Necessita apenas de orientações verbais.
- d) Consegue equilibra-se sem o auxílio de forma instável.
- e) Consegue equilibra-se sem o auxílio de forma estável.

#### C) O CORPO NO ESPAÇO

##### **16. Em relação à compreensão do termo FLUÊNCIA, a criança:**

- a) Não compreende o significado.
- b) Compreende apenas a fluência livre, mas não compreende a fluência contida (ou vice-versa).

- c) Compreende a fluência livre e consegue realizar movimentos com tal qualidade, mas não realiza movimento com a qualidade contida (ou vice-versa).
- d) Compreende a fluência e contida, realizando os movimentos com essas qualidades de forma limitada.
- e) Compreende a fluência e contida, realizando os movimentos com essas qualidades de forma variada.

**17. Em relação a compreensão do termo ESPAÇO, a criança:**

- a) Não compreende o significado.
- b) Compreende apenas o espaço direto, mas não compreende o espaço flexível (ou vice-versa).
- c) Compreende o espaço direto, e consegue realizar movimentos com tal qualidade, mas não realiza com a qualidade flexível (ou vice-versa).
- d) Compreende o espaço direto e flexível, realizando os movimentos com essas qualidades de forma limitada.
- e) Compreende o espaço direto e flexível e realiza movimentos com tais qualidades de forma variada.

**18. Em relação à compreensão do termo PESO, a criança:**

- a) Não compreende o significado.
- b) Compreende apenas o peso leve, mas não compreende o peso firme (ou vice-versa).
- c) Compreende o peso leve, e consegue realizar movimentos com tal qualidade, mas não realiza movimentos com a qualidade firme (ou vice-versa).
- d) Compreende o peso leve e firme, realizando os movimentos com essas qualidades de forma limitada.
- e) Compreende o peso leve e firme e realiza movimentos com tais qualidades de forma variada.

**19. Em relação à compreensão do termo TEMPO, a criança:**

- a) Não compreende o significado.
- b) Compreende apenas o tempo sustentado, mas não compreende o tempo súbito (ou vice-versa).
- c) Compreende o tempo sustentado e consegue realizar movimentos com tal qualidade, mas não realiza movimento com a qualidade súbita (ou vice-versa).
- d) Compreende o tempo sustentado e súbito, realizando os movimentos com essas qualidades de forma limitada.

e) Compreende o tempo sustentado e súbito e realiza movimentos com tais qualidades de forma variada.

## **D) O CORPO EM MOVIMENTO**

**20. Em relação aos fatores de movimento em conjunto (tempo, espaço, peso e fluência), a criança:**

- a) Não explora os fatores de movimento.
- b) Explora apenas um fator de movimento.
- c) Explora dois fatores de movimento.
- d) Explora três fatores de movimento.
- e) Explora os quatro fatores de movimento.

**21. Em atividades de criação de movimentos e improvisação, a criança:**

- a) Não desenvolve sequência de movimentos.
- b) Desenvolve uma sequência curta de movimentos somente com instrução do professor ou de figuras.
- c) Desenvolve uma sequência longa de movimentos somente com instrução do professor ou de figuras.
- d) Realiza uma sequência curta de movimentos sem instrução do professor ou de figuras.
- e) Realiza uma sequência longa de movimentos sem instrução do professor ou de figuras.

## ANEXO 4

## QUESTIONÁRIO SOBRE A QUALIDADE DA INTERPRETAÇÃO

Relativamente a cada um dos bailarinos cuja interpretação vai observar, faça um “X” no número que mais se aproxima da sua opinião.

Descrição do bailarino: \_\_\_\_\_

	0	1	2	3	4	5
Gostei muito de a (o) ver						
	0	1	2	3	4	5
Mostrou ótima presença						
	0	1	2	3	4	5
Foi muito expressivo						
	0	1	2	3	4	5
Mostrou ótima energia						