**DANÇATERAPIA COMO RECURSO TERAPÊUTICO NA BUSCA DO ENVELHECIMENTO ATIVO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

MARQUES, Dayana Sarah Correia1; TAVARES, Elubia das Flores Soares1.

ROCHA, Vaninna Márcia Santos da2; MELO, Priscila de Oliveira Cabral3.

1 Acadêmica do Curso de Enfermagem da Faculdade Sociedade de Ensino Universitário do Nordeste (SEUNE);

2 Mestra. Docente do Curso de Enfermagem da Faculdade Sociedade de Ensino Universitário do Nordeste (SEUNE).

3 Mestra em enfermagem pela UFAL e Especialista em Gerontologia – UNCISAL.

**Introdução:** Com o aumento da expectativa de vida da população no Brasil, as assistências para promover a saúde ganham novos rumos, fugindo do modelo biomédico e abrindo espaço para tratamento holístico, partindo do princípio de que algumas doenças podem ser evitadas com práticas saudáveis e mudanças no cotidiano, a fim de evitar intervenções futuras e melhorar a qualidade de vida. **Objetivo:** Relatar a importância da dança na promoção à saúde como recurso terapêutico, e seus benefícios para o envelhecimento ativo através das atividades desenvolvidas pelo grupo de extensão entre as acadêmicas de enfermagem. **Métodos:** Este estudo trata-se de um relato de experiência descritivo, desenvolvido por um grupo de acadêmicos do 8° período do curso de Enfermagem integrantes do Projeto de Extensão Enfermagem na Melhor Idade 60+ associado ao Projeto de Extensão Práticas Integrativas no cuidado em Saúde de uma faculdade privada, em uma comunidade do município de Maceió. Realizado no período de um ano, entre setembro de 2017 a setembro de 2018. **Resultados:** Sabe-se que os idosos com o passar dos anos tendem a perder controle da marcha, ou seja, a coordenação motora e o equilíbrio. A partir da aplicabilidade da dançaterapia durante as ações, percebeu-se que o mesmo possui efeitos benéficos para os idosos, pois ao mesmo tempo em que proporciona bem-estar, também proporciona exercício físico, melhorando o equilíbrio estático, a postura, a mobilidade, a cognição, a interação social, assim também como melhor adesão ao tratamento, permitindo uma melhor qualidade no processo de senescência. **Conclusão:** Neste contexto, a dança mostra-se uma importante terapia complementar devido a sua grande influência sobre a cognição e o corpo físico, além de ser uma terapia humanizada que trabalha o idoso como um todo colocando em prática a visão holística, com o objetivo de favorecer o vínculo entre o idoso, família e comunidade.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Envelhecimento; Prevenção de Doenças; Promoção da Saúde; Saúde do Idoso.

­­­­­­­­­­­­­­­­­**REFERÊNCIAS**

ASSIS, M. Envelhecimento ativo e promoção da saúde: reflexão para ações educativas com idosos. **Revista APS**, v.8, n.1, p. 15-24, jan./jun. 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa**. Brasília, 2006.

SILVA, M. C. M. et al. Educação em Saúde com Idosos: um relato de experiência. **Revista Raízes e Rumos**. vol. 2, n.2, p. 169-170, 2014.

SILVA, M. V. et al. A dança: um recurso terapêutico na terceira idade. **Rev Enferm UFPE online**. Recife, 10(Supl. 1). p. 232-8, 2016