

PLATAFORMA LEONARDO - DISCIPLINA DE ÉTICA EM PESQUISA - PPGCIMH - FEFF/UFAM

Carimbo de data/hora: 2025-09-29 22:07:48.109000

Nome do Pesquisador: TALITHA DOS SANTOS FREITAS ROCHA

A pesquisa envolve seres humanos, na qualidade de participante da pesquisa, individual ou coletivamente de forma direta ou indireta, em sua totalidade ou partes dela, incluindo o manejo de informações ou materiais? Maiores informações ver Resolução 466, Resolução 510: Sim

Instituição Proponente: PPGCiMH - Faculdade de Educação Física e Fisioterapia

Este é um estudo internacional?: Não

Grandes Áreas do Conhecimento (CNPq) (Selecione até três):: Grande Área 4. Ciências da Saúde

Propósito Principal do Estudo (OMS):: Ciências Sociais, Humanas ou Filosofia aplicadas à Saúde

Título Público da Pesquisa:: A INFLUÊNCIA DA DANÇA EM IDOSOS COM ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Título Principal da Pesquisa:: A INFLUÊNCIA DA DANÇA EM IDOSOS COM ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Será o pesquisador principal?: Sim

Desenho:: Trata-se de um estudo experimental, composto por dois grupos, sendo um o grupo experimental e outro o grupo controle, para verificar a influência da dança nos escores de ansiedade e depressão em idosos, por meio da aplicação de questionários e intervenção através de aulas de dança.

Financiamento:: Financiamento Próprio

Palavras-Chave 1: Dança

Palavras-Chave 2: Ansiedade

Palavras-Chave 3: Depressão

Resumo: O presente estudo tem como objetivo verificar a influência da dança em idosos com ansiedade e depressão. Sabemos que existe um aumento da incidência de distúrbios psicológicos, sobretudo na velhice, a prática da atividade física traz melhorias na saúde física e mental. A dança pode trazer diversos benefícios fisiológicos a seus praticantes, contudo, neste estudo ressaltaremos o prazer que a dança pode proporcionar ao idoso e até mesmo diminuir os níveis de depressão e ansiedade dos mesmo. Desta forma serão avaliados vinte e dois idosos, sendo onze do grupo controle e onze do grupo experimental, será aplicado um questionário para saber se os mesmos percebem que sofrem de ansiedade e depressão, serão aplicados também os inventários de Beck de depressão, inventário de ansiedade traço-estado, antes e após o período de intervenção, para medir o grau de depressão e ansiedade dos idosos, a partir dos dados obtidos, poderemos analisar se houve alterações nos graus de depressão e ansiedade naqueles que praticaram a dança.

Introdução: Compreende-se por envelhecimento os fenômenos biológicos, psicológicos e sociais que atingem o homem e sua existência (CHEIK, 2003). Com a premissa de que o envelhecimento é a soma de todas as alterações biológicas, psicológicas e sociais que ocorrem com o passar dos anos, vários efeitos deletérios podem prejudicar uma boa qualidade de vida desta população. E, como o envelhecimento geralmente está associado a limitações fisiológicas e funcionais, algumas medidas devem ser tomadas para garantir uma boa qualidade de vida aos idosos, haja vista que segundo dados

do IBGE-2000 atualmente o Brasil possui aproximadamente 14 milhões de idosos e poderá atingir no ano de 2020, 31 milhões de idosos (ZAGO; GOBBI, 2003, p. 77). O Centro Nacional de Estatística para a Saúde estima que 84% das pessoas com idade igual ou superior a 65 anos sejam dependentes para realizar suas atividades cotidianas. Esta dependência ocorre devido a alterações fisiológicas naturais do envelhecimento, dentre as quais podemos destacar as cardiovasculares e músculo-esqueléticas, contudo existem também alterações psicológicas como ansiedade e depressão, estas podem ser agravadas devido ao aumento da fragilidade e dependência que os indivíduos passam a ter quando ocorre o envelhecimento. Devido a alterações fisiológicas, o idoso perde gradualmente sua qualidade de vida, que segundo Cheik et ali. (2003) pode ser compreendida como um conjunto harmonioso de satisfações que o indivíduo obtém no seu cotidiano. Esta diminuição na qualidade de vida faz com que o índice de distúrbios psicológicos aumente na terceira idade. Ao envelhecer as pessoas tem seu tempo livre ampliado, devido a aposentadoria e a independência dos filhos, tais situações fazem com que o idoso sinta-se sozinho, inútil e dependente. A depressão e ansiedade são distúrbios psicológicos considerados comuns no idoso, pois ao envelhecer o indivíduo perde o prazer em realizar certas atividades, sofre alterações no sono, no apetite e na psicomotricidade, estes são indícios de depressão; mas também podem ocorrer sintomas de ansiedade, como sudorese, vertigens, náuseas e ataques do coração. Os distúrbios psicológicos citados têm sido as causas da dependência e da conseqüente perda da autonomia em idosos. A participação em atividades físicas pode retardar os declínios funcionais, ou seja, um estilo de vida ativo melhora a saúde física e mental dos indivíduos. A dança é uma atividade física sistematizada onde ocorrem movimentos corporais e passos rítmicos, desta forma podemos dizer que praticantes regulares da dança gozam de benefícios biológicos, fisiológicos e psicológicos. A dança pode melhorar os aspecto motor, a flexibilidade bem como aumentar a socialização e integração do idoso com outros sujeitos, desta forma o idoso passa a sentir-se parte de uma comunidade e não esquecido por ela. Esta pesquisa visa apontar que influências a dança pode gerar em idosos com depressão e ansiedade e verificar se houve diminuição nos escores dos distúrbios psicológicos citados.

Hipótese: Espera-se através da dança diminuir a apresentação dos sintomas ou mesmos diminuir a intensidade dos distúrbios psicológicos citados, ou até juntamente com uma orientação de uma equipe multidisciplinar (psicólogos, psiquiatras, assistentes sociais) fazer com que não surjam com uma maior freqüência na vida dos idosos. Pretendemos incentivá-los a serem praticantes regulares da dança e demais atividades físicas; tais mudanças poderiam ajudar no processo natural do envelhecimento e proporcionar saúde física e mental aos idosos (envelhecimento saudável).

Objetivo Primário: Identificar as influências da dança em idosos com depressão e ansiedade.

Objetivo Secundário: • Apontar benefícios causados pela dança em idosos com depressão e ansiedade; • Verificar os escores de depressão e ansiedade de idosos antes e após o período de intervenção; • Avaliar quantitativa e qualitativamente as alterações que a dança pode causar na saúde mental de idosos.

Metodologia Proposta: Pesquisa de campo de cunho experimental, que segundo Mattos, Rosseto e Blecher (2004) tem por objetivo manipular diretamente as variáveis relacionadas com o objeto de estudo, proporcionando uma relação de causa e efeito e mostrando de que modo o fenômeno é produzido. Os dados serão levantados na Universidade Federal do Amazonas, situada na avenida General Rodrigo Otávio, nº 3000, bairro Coroado. As aulas ocorrerão nas dependências da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia no mini campus setor sul da universidade. As aulas ocorrerão duas vezes na semana, às segundas e quartas, de 9:00 às 10:30h, onde serão aplicadas experimentações de dança. A população será composta por idosos que apresentem sintomas de ansiedade e depressão da zona sul de Manaus. A amostra será constituída por vinte e dois (22) idosos com sintomas de ansiedade e depressão, sendo que onze idosos farão parte do grupo experimental e os demais do grupo controle. Inicialmente será aplicado um questionário (Questionário I) para saber se os idosos conseguem perceber que estão e/ou que apresentam sintomas de ansiedade e/ou depressão; para descobrir também se na amostra há algum portador de patologia ou se há histórico de doenças na família, ou ainda se o indivíduo já sofreu alguma

patologia, o questionário será utilizado também para verificar se os indivíduos pesquisados já praticaram algum tipo de atividade física, tais questões serão aplicadas com a finalidade de perceber possíveis variáveis intervenientes na amostra. Serão aplicados o inventário de ansiedade Traço-Estado de Spielberger (1983) e o inventário de depressão de Beck BDI-II (ver anexo A), publicado em 1996. Os inventários serão aplicados antes e após a intervenção, para comparar os resultados obtidos. Será aplicado, também, um questionário (Questionário II) de avaliação da pesquisa, onde os participantes da mesma, responderão perguntas relacionadas ao grau de satisfação ou descontentamento com o que ocorreu durante a execução da pesquisa.

Critérios de Inclusão (Amostra): Idosos com sintomas de ansiedade e depressão

Critérios de Exclusão (Amostra): Serão excluídos da pesquisa, aqueles que no momento da triagem, não apresentarem e/ou não se considerarem com sintomas de ansiedade e depressão; aqueles que possuam deficiência mental e/ou física; aqueles que não tenham disponibilidade de estar presentes nas aulas de dança.

Riscos: Os participantes da pesquisa podem cair, escorregar ao participar das aulas de dança. Caso aja algum sinistro com os participantes, a pesquisadora será responsável por dar toda assistência necessária, bem como arcar com quaisquer ônus financeiro.

Benefícios: A presente pesquisa pretende incentivar outros estudos relacionados a idosos, fomentando soluções e mudanças a respeito de situações ocorridas com idosos. Bem como melhorar o relacionamento do idoso e seus familiares, visando promover a harmonia, companheirismo, compreensão e amor entre eles. Esperamos, também, contribuir para o incentivo de idosos à prática regular de atividades físicas como a dança para que os mesmos possam gozar de qualidade de vida e um envelhecimento saudável.

Metodologia de Análise dos Dados: Após a coleta dos dados partiremos para sistematização, estruturação e análise dos mesmos. O processo de análise de dados obedecerá às diretrizes traçadas nos quadros teóricos estabelecidos: a vinculação aos objetivos do trabalho, mesmo admitindo o encontro de mais alguma hipótese relevante ao longo do trabalho; a relação íntima dos dados com as categorias de análise escolhidas como referencial básico de análise; o planejamento do estudo de modo a obter a confiabilidade necessária; serão comparados os resultados obtidos nos testes e ocorrerá também análise estatística. Deve-se ressaltar que utilizaremos amostra intencional, isto é, a amostragem utilizada foi a de caráter não probabilística, onde os elementos são selecionados de forma intencional. (MARCONI, 1990) e por isso os dados obtidos podem ser aplicados somente aos indivíduos que se enquadram na amostra.

Desfecho Primário: Descobrir os Escores de Ansiedade e depressão através do inventário de ansiedade Traço-Estado de Spielberger (1983) e o inventário de depressão de Beck BDI-II (1996)

Tamanho da Amostra: 22 idoso

Haverá uso de fontes secundárias de dados (prontuários, dados demográficos, etc)?: Não

Informe o número de indivíduos abordados pessoalmente, recrutados, ou que sofrerão algum tipo de intervenção neste centro de pesquisa. Descreva por tipo de participante, ex.: Escolares (10); Professores (15); Direção (5): Idosos(22), sendo Idosos que participarão da intervenção (11) e grupo controle(11)

O estudo é multicêntrico: Não

Propõe Dispensa de TCLE?: Não

Haverá retenção de amostras para armazenamento em banco?: Não

Cronograma (PDF): [clique aqui para acessar](#)

Orçamento Financeiro (Listar Item e valor, ao final, apresentar valor total): Resma de papel A4 - R\$60,00 Cartucho para Impressora - R\$220,00 Caixa de som - R\$ 350,00 Pen drive - R\$ 50,00 Livros - R\$ 296,00 Total - R\$ 976,00

Bibliografia (ABNT):

BENETTI, C. Depressão no idoso: Uma abordagem sobre idosos institucionalizados. Revista Eletrônica Saber, Londrina, v.4, n.1, p.11-39, 2009. Disponível em:<http://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_5_1248813713.pdf>. Acesso: 16 fev. 2010.

CASTILLO, A.R.G.L. et al. Transtornos de ansiedade. Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, v.22, n.2, p. 20-23, 2000. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v22s2/3791.pdf> >. Acesso: 06 jan. 2010.

CHEIK, N.C. et al. Efeitos do exercício físico e da atividade física na depressão e ansiedade em indivíduos idosos. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v.11, n.3, p.45-52, 2003. Disponível em: <http://www.ucb.br/mestradoef/RBCM/11/11%20-%203/ar_11_3_7.pdf>. Acesso: 06 jan. 2010.

COOPER, K. O programa aeróbico para o bem estar total. Rio de Janeiro: Nórdica, 1982.

DALGARRONDO, P. Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.

FORTES, F.M. A superação das limitações da terceira idade através de danças adaptadas. Anuário da Produção Acadêmica Docente, São Paulo, v. 2, n.3, p. 419-433, 2008. Disponível em:< <http://sare.unianhanguera.edu.br/index.php/anudo/article/viewPDFInterstitial/714/546> >.Acesso: 15 jan. 2010.

GAZALLE, F.K. et al. Sintomas depressivos e fatores associados em população idosa no Sul do Brasil. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v.38, n.3, p. 365-371, 2004. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v38n3/20652.pdf> >. Acesso: 09 jan. 2010.

GORDILHO, A. Depressão, ansiedade, outros distúrbios afetivos. Tratado de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002

HERNANDES, E.S.C.; BARROS, J.F. Efeitos de um programa de atividades físicas e educacionais para idosos sobre o desempenho em testes de atividades da vida diária. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v.12, n.2, p. 43-50. Disponível em: < http://www.ucb.br/mestradoef/RBCM/12/12%20-%202/c_12_2_7.pdf>. Acesso: 08 jan. 2010.

KAIPPER, M.B. Avaliação do inventário de ansiedade traço-estado (IDATE) através da análise de Rasch. 2008. 138f. Dissertação (Ciências Médicas) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/17463/000675471.pdf?sequence=0>>. Acesso: 08 jan. 2010.

KURODA, Y.; ISRAELL, S. Sport and physical activities in older people. In: Dirix A, et al. (eds). The Olympic book of sports medicine. Oxford: Blackwell Scientific Publications; 1988.

LAGO, L.P. A socialização do idoso e o movimento corporal coletivo. 2005. 107f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) – Faculdade de Educação Física, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo. Disponível em: < <http://www.portaldoenvelhecimento.net/acervo/artieop/Geral/artigo220.pdf> >. Acesso: 15 jan. 2010.

LEAL, I.F.; HAAS, A.N. O significado da dança na terceira idade. Revista Brasileira de Ciência do Envelhecimento Humano, Londrina, v.1, n.1, p.64-71, 2006. Disponível em: <<http://www.upf.tche.br/seer/index.php/rbceh/article/viewFile/56/49>>. Acesso: 15 jan. 2010.

LEITE, V.M.M. et al. Depressão e envelhecimento: estudo nos participantes do Programa Universidade Aberta à terceira idade. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, Recife, v.6, n.1, p. 31-38, 2006. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v6n1/a04v6n1.pdf>>. Acesso em: 15 jan. 2010.

LIBERATO, M.T.C.; DIMENSTEIN, M. Experimentações entre dança e saúde mental. Fractal: Revista de Psicologia, Niterói, v.21, n.1, p. 163-176, 2009. Disponível em: < <http://www.uff.br/periodicoshumanas/index.php/Fractal/article/view/200/277> >. Acesso: 15 jan. 2010.

MARCONI, M.A. Fundamentos de Metodologia Científica. São Paulo: Atlas, 1990.

MATTOS, M.G.; ROSSETO, A.J. Jr.; BLECHER, S. Teoria e pratica da metodologia da pesquisa em educação física : Construindo sua monografia, artigo e projeto de ação. Phoerte editora: São Paulo, 2004.

MOTA, N.M; BARBOSA, R.M.S.B. Dança Gerontológica: da Dança Educacional, à Dança Espetáculo. Editora da Universidade Federal do Amazonas: Manaus, 2007.

NÓBREGA, A.C.L. et al. Posicionamento oficial da sociedade brasileira de medicina do esporte e da sociedade brasileira de geriatria e gerontologia: Atividade física e saúde no idoso. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo, v.5, n.6, p.207-11, 1999. Disponível em: < http://www.medicinadoesporte.org.br/images/pdfs/1999_ativ_fisica_e_saude_idoso.pdf>. Acesso em: 08 jan. 2010.

OKUMA, S.S. Idoso e a atividade física. Papirus Editora: Campinas, 1998.

OLIVEIRA, D.A.A.P.; GOMES, L.; OLIVEIRA, R.F. Prevalência de depressão em idosos que freqüentam centros de convivência. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v.40, n.4, p. 734-736, 2006. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v40n4/26.pdf> >. Acesso: 08 jan. 2010.

OLIVEIRA, K.L. et al. Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos. Psicologia em Estudo, Maringá, v.11, n.2, p. 351-359, 2006. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/pe/v11n2/v11n2a13.pdf> >. Acesso: 06 jan. 2010.

OLIVEIRA, L.C.; PIVOTO, E.A.; VIANNA, P.C.P. Análise dos resultados de qualidade de vida em idosos praticantes de dança sênior através do SF-36. Acta Fisiátrica, São Paulo, n.16, v.3, p. 101-104, 2009. Disponível em: < <http://www.actafisiatrica.org.br/v1\controle/secure/Arquivos/AnexosArtigos/995665640DC319973D3173A74A03860C/Análise%20dos%20resultados%20de%20qualidade%20de%20vida%20em%20idosos%20praticantes%20de%20dança%20sênior%20através%20do%20SF-36.pdf>>. Acesso: 15 jan. 2010.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). CID-10 – Classificação Internacional de Doenças, décima versão. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 1992. Disponível em: < <http://www.datasus.gov.br/cid10/v2008/cid10.htm> >. Acesso: 16 fev. 2010.

SALVADOR, M. A importância da atividade física na terceira idade: Uma análise da dança enquanto atividade física. Revista Primeiros Passos da Universidade do Contestado, Concórdia, v.1, n.1, 2005. Disponível em: < <http://www.nead.uncnet.br/2009/revistas/ppassos/1/15.pdf> >. Acesso: 15 jan. 2010.

SAMPAIO, M.C.P. Motivos de ingresso e permanência na atividade de dança do SESC-CRATO dos indivíduos a partir da idade pré-senil. 2006. 69f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Tecnologia em Gestão Desportiva e de Lazer) - Centro Federal de Educação Tecnológica do Ceará, Juazeiro do Norte. Disponível em: < <http://cariri.cefetce.br/arquivos/monografias/efMARIACRISTINAPARENTESAMPAIO.pdf>>. Acesso: 15 jan. 2010.

SILVA, A.H.; MAZO, H.Z. Dança para idosos: Uma alternativa para o exercício físico. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v.8, n.1, p. 25-32, 2007. Disponível em: <

<http://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/viewFile/542/705> >. Acesso: 15 jan. 2010.

SOEIRO, A.S.T. Gerontocoreografia: Um estudo comparativo de dois momentos transversais de acadêmicas da terceira idade adulta-Ufam. 2009. 84f. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em Gerontologia) - Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal do Amazonas, Manaus. Disponível em: < <http://www.idosofeliz.ufam.edu.br/Monografias/gerontocoreog.pdf>>. Acesso: 15 jan. 2010

SPIELBERGER, C.D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI: Form y). Palo Alto, CA. Consulting Psychologists Press, 1983.

STELLA, F. et al. Depressão no idoso: Diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física. Motriz, Rio Claro, v.8, n.3, p. 91-98, 2002. Disponível em: < <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/08n3/Stela.pdf>>. Acesso: 08 jan. 2010.

STRAWBRIG, W.J. et al. Physical activity reduces the risk of subsequent depression for older adults. American Journal of Epidemiology, v.156, n.4, p. 328-334, 2002. Disponível em: < <http://aje.oxfordjournals.org/cgi/reprint/156/4/328>>. Acesso em: 09 jan. 2010.

XAVIER, F.M.F. et al. Transtorno de ansiedade generalizada em idosos com oitenta anos ou mais. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v.35, n.3, p. 294-302, 2001. Disponível em: < <http://www.sono.org.br/pdf/2001%20Xavier%20Rev%20Saude%20Publica.pdf>>. Acesso: 06 jan. 2010.

ZAGO, A.S.; GOBBI, S. Valores normativos da aptidão funcional de mulheres de 60 a 70 anos. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 11, n. 2, p. 77-86, 2003. Disponível em: <http://www.ucb.br/Mestradoef/RBCM/11/11%20-%202/ar_11_2_11.pdf>. Acesso: 06 jan. 2010.

Projeto Detalhado / Brochura do Investigador: [clique aqui para acessar](#)

TCLE (Amostra) / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência: [clique aqui para acessar](#)

Outros (Instrumentos): [clique aqui para acessar](#)