
Eficácia da dança circular nas práticas integrativas e complementares à saúde aplicada a pacientes estomizados

Effectiveness of circular dance in the integration and complementary practices of health applied to stomized patients

Ludmila Martins Tavares¹, Lucas Costa Guimarães¹, Cristilene Akiko Kimura²

¹Curso de Nutrição da Universidade Paulista, Brasília-DF, Brasil; ²Curso de Enfermagem da Universidade Paulista, Brasília-DF, Brasil.

Resumo

Objetivo – Verificar a eficácia da dança circular como método de medicina alternativa no bem estar de pacientes estomizados. **Métodos** – O presente estudo é de caráter qualitativo e quantitativo com ensaio clínico randomizado, por ser um dos métodos mais fortes para obtenção de evidências. Além disso, conta com a presença de dois grupos, o experimental e o controle, para comparação dos dados obtidos. **Resultados** – A prática da dança circular pode melhorar significativamente o estado emocional dos participantes tornando-se assim um importante recurso no que se diz interação de diversidades. Alguns dos benefícios que a dança pode proporcionar são: melhora da autoestima, bem-estar, equilíbrio individual e coletivo, entre outros. Além disso, estudos mostram que a dança circular é capaz de melhorar flexibilidade, postura, força, resistência e também trazer benefícios psicológicos. **Conclusão** – Estudos foram capazes de comprovar a eficácia da dança circular como prática integrativa de saúde, principalmente no que diz respeito a pacientes estomizados. Vale salientar que a análise dos questionários do grupo experimental em relação ao grupo controle foi bastante positiva, podendo provar que os indivíduos que participaram da dança apresentaram melhoras nos domínios bem estar físico, social e principalmente psicológico, uma vez que a atividade proporcionou o convívio dos pacientes estomizados, gerando uma maior troca de experiências e maior cumplicidade entre eles.

Descritores: Medicina alternativa; Terapias complementares; Ostomia; Estomas cirúrgicos

Abstract

Objective – To check circular dancing efficiency as a method of alternative medicine in ostomy patients quality life. **Methods** – This is an intervention of qualitative and quantitative character with randomized clinical trial and counts with a presence of two groups, the experimental and control, for comparison. **Results** – The circular dancing practice can improve significantly the emotional condition of the participants, making it an important resource in interaction of diversities. Some benefits that circular dancing brings are: improvement of self-esteem, well-being, better balance individual and collective, among others. In addition, studies show that circular dancing it's capable to better the flexibility, posture, strength, endurance and also brings psychological benefits. **Conclusion** – Studies are capable to prove the circular dancing efficiency as an integrative health practice, mostly for the ostomy patients. The analysis of the questionnaires of the experimental group in relation to the control group was quite positive, being able to prove that the individuals who participated in the dance presented improvements in the physical, social and especially psychological well-being, since the activity provided the conviviality of the stomized patients, generating a greater exchange of experiences and greater complicity between them.

Descriptors: Alternative medicine; Complementary therapies; Ostomy; Surgical stomas

Introdução

Estoma ou ostoma é a criação cirúrgica de uma abertura na parede abdominal que permite a saída das fezes para uma bolsa coletora, uma vez que a via fisiológica encontra-se danificada. Quando há necessidade da remoção de todo o cólon, ânus e reto será realizada a ileostomia, já que a abertura é feita no íleo. Caso apenas o reto e o ânus são removidos, é realizada a colostomia. O estoma pode ser temporário ou definitivo, dependendo da situação do paciente¹.

Diversas são as causas que podem exigir a estomia, entre elas, pode-se destacar o câncer colorretal, doenças inflamatórias intestinais, doença diverticular e traumas, sendo o câncer colorretal a causa de maior incidência dentre os estomizados².

As mudanças trazidas pela cirurgia vão mais além do que as fisiológicas. O paciente estomizado apresenta sua autoestima afetada bem como sua imagem corporal, pode apresentar comportamento agressivo, negação, depressão até que este chegue até a fase de aceitação.

Essas mudanças podem afetar sua vida emocional, social e profissional, fazendo com que o paciente se isole do meio social².

A OMS reconheceu a Medicina Alternativa como parte dos serviços de saúde a fim de melhorar a qualidade de vida de pacientes que sofrem principalmente de doenças crônicas³. Pensando nisto, o SUS incorporou a Dança Circular como método de Medicina Alternativa que foi oficializada pela Portaria nº 849, de 27 de março de 2017⁴.

A Dança Circular tem como objetivo a reinserção de pessoas com distúrbios crônicos no meio social. Muitas das pessoas que participam relatam melhoras psicológicas, podendo assim, trazer uma prognóstico positivo para enfermidades⁵.

Neste contexto, a dança circular pode trazer diversos benefícios ao estomizados, uma vez que traz a convivência com outros estomizados, aumentando assim sua sociabilidade com o mundo externo, sua auto confiança, autoestima e prognóstico positivo.

Métodos

O presente estudo é de caráter qualitativo e quantitativo com ensaio clínico randomizado, por ser um dos métodos mais fortes para obtenção de evidências. Além disso, foram separados dois grupos, o experimental e o controle, para comparação dos dados obtidos.

Os participantes que concordaram em participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O estudo contou com uma amostra de 80 pacientes colostomizados cadastrados no Programa de Assistência Ambulatorial ao Estomizado da Secretária de Saúde do Distrito Federal do Ambulatório Regional de Estomizados do Hospital Regional de Planaltina (HRP) e do Ambulatório Regional de Estomizados do Hospital Regional de Sobradinho (HRS), sendo, 50% da amostra inserida ao grupo experimental e os outros 50% ao grupo controle. Após seleção do público, foi aplicado questionário sócio demográfico e clínico, tanto no grupo controle quanto no grupo experimental⁵.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal, sob a CAAE: 46323815.2.3001.5553.

O grupo experimental participou das danças circulares durante 12 semanas, em dois dias da semana com duração de 60 minutos na CERPIS de Planaltina (Brasília-DF). Um profissional capacitado ficou encarregado de passar os passos e movimentos aos participantes e eles deveriam reproduzir.

Também foi utilizado o questionário COH-QOL-OQ, uma vez que se trata de um instrumento avaliativo da qualidade de vida específico para pessoas estomizadas⁶. O questionário foi respondido pelo próprio participante, salvo nos casos onde o paciente era analfabeto, neste caso, o questionário pôde ser lido por um membro familiar ou acompanhante. Os dados foram tabulados através do programa Excel 2010.

Resultados

Para a população de estudo selecionou-se homens e mulheres acima de 18 anos, colostomizados, que ainda não haviam praticado da dança circular nem qualquer outro tipo de atividade física e com estomia presente acima de 12 meses.

Vale salientar que no grupo experimental houve perda de 7 (sete) participantes, sendo 1 (um) óbito e 2 (duas) mudanças de residência, totalizando assim 33 participantes analisados durante a dança.

A faixa etária dos participantes do grupo experimental (n=33) mostra que 39,4% (n=13) da amostra possui idade entre 51 e 60 anos, seguido por 30,3% com idade de 61 a 70 anos (n=10). Observou-se que a minoria dos participantes apresentou idade inferior a 30 anos. Ficou evidenciado que a maioria dos participantes possuem estomia oriunda de câncer colorretal e que sua maior prevalência é em pacientes acima dos 50 anos de idade. Estudos comprovam que essa prevalência passa aos 90%⁵.

Causas de estomia da amostra de estudo

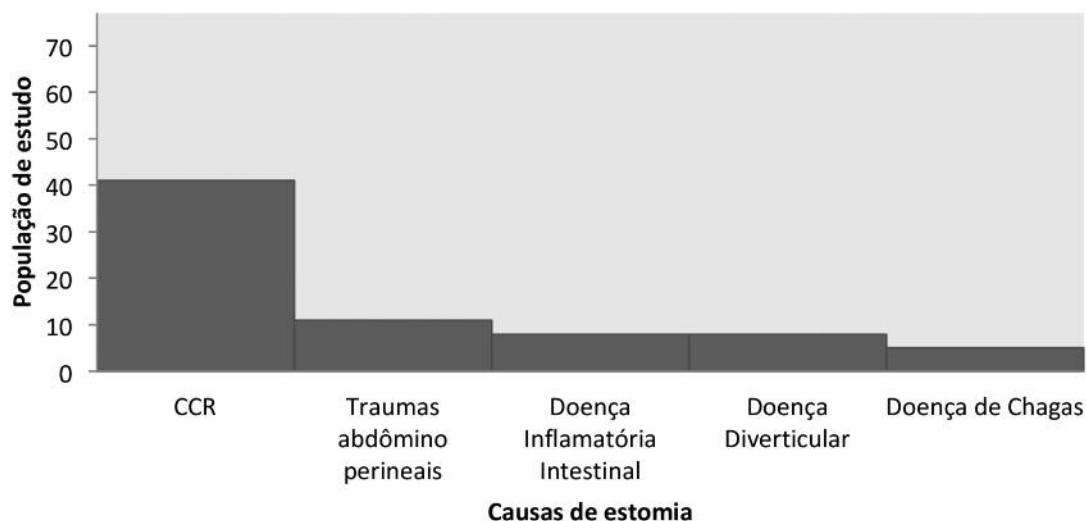


Gráfico 1. Distribuição das causas da confecção de estomia dos grupos experimental e controle

Tabela 1. Comparação dos domínios bem estar físico, psicológico e social dos grupos experimental e controle (tempo final)

Domínio	Grupo Experimental			Grupo Controle			P
	n	Média	DP	n	Média	DP	
Bem estar físico	33	6,7	1,6	40	4,88	2,34	<0,001
Bem estar psicológico	33	6,4	1,0	40	5,06	1,52	<0,001
Bem estar social	33	5,6	1,3	40	4,35	1,72	<0,031

Tabela 2. Correlação entre questões e escore médio de acordo com tempo final do grupo experimental e grupo controle

Questão	Grupo Experimental		Grupo Controle	
	r	p	r	p
1. Bem estar físico geral	0,75	<0,001	0,76	<0,001
2. Fadiga	0,80	<0,001	0,83	<0,001
3. Ansiedade	0,82	<0,001	0,81	0,003
4. Depressão	0,89	<0,001	0,88	<0,001
5. Dificuldade para conhecer novas pessoas	0,83	<0,001	0,82	<0,001
6. Quanto isolamento é causado pela estomia	0,77	<0,001	0,78	<0,001

De acordo com a incidência das causas da estomia, pôde-se observar que a maior é o câncer colorretal (n=41), seguido de traumas abdômino perineais (n=11), doenças inflamatória intestinal (n=8), doença diverticular (n=8) e doenças de chagas (n=5), distribuídos segundo o gráfico 1.

Para verificar a eficácia da dança circular, foram analisadas três, dos quatro domínios presentes no *The City of Hope-Quality of Life- Ostomy Questionnaire* (COH-QOL-OQ), que abrangem questões referentes ao bem estar físico, bem estar psicológico e bem estar social. Os resultados mostram diferenças estatísticas significantes entre o tempo final do grupo experimental e do grupo controle, como pode ser observado na Tabela 1.

Discussão

Dados do INCA Brasil⁷ mostram que a estimativa para 2016 foram de 560 novos casos de câncer colorretal no DF, sendo 270 novos casos masculinos e 320 novos casos femininos, o que pôde ser comprovado neste estudo, já que 60,5% (n=44) da amostra experimental foram de mulheres e 39,5% (n=29) foram homens.

De todas as perguntas que abrangem os domínios Bem estar físico, Bem estar psicológico e Bem estar social, seis foram selecionadas, por melhor ilustrarem os benefícios da dança circular ao estomizado, são elas: Bem estar físico geral, fadiga, ansiedade, depressão, dificuldade para conhecer novas pessoas e isolamento social. A comparação do tempo final entre o grupo experimental e grupo controle não deixa sombra de

dúvidas quanto aos benefícios da dança, fato evidenciado na Tabela 2, visto que foi adotado grau de maior associação à $r \geq 0,75$.

O forte grau de correlação encontrado nas questões descritas na Tabela 2 pode ser confirmado em diversos estudos onde é evidenciado de modo recorrente por relatos de pessoas com estomia intestinal^{5, 8-9}.

Segundo a OMS³, a medicina alternativa é uma parte importante para os serviços de saúde, uma vez que tem o intuito de manter a saúde do indivíduo, prevenir e tratar enfermidades, principalmente às doenças crônicas. Sendo assim, a OMS vem estimulando cada vez mais o uso da Medicina Tradicional/Medicina Complementar/Alternativa nos sistemas de saúde³.

A Portaria nº 849, de 27 de março de 2017 inclui a dança circular à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), atendendo assim, às diretrizes presentes no documento "Estratégia da OMS sobre Medicinas Tradicionais para 2014-2023". Segundo a portaria, a Dança Circular é:

(...) uma prática de dança em roda, tradicional e contemporânea, originária de diferentes culturas que favorece a aprendizagem e a interconexão harmoniosa entre os participantes. Os indivíduos dançam juntos, em círculos e aos poucos começam a internalizar os movimentos, liberar a mente, o coração, o corpo e o espírito. Por meio do ritmo, da melodia e dos movimentos delicados e profundos os integrantes da roda são estimulados a respeitar, aceitar e honrar as diversidades³.

O principal objetivo da dança circular é promover um equilíbrio emocional, estimular a memória e a concentração, uma vez que não objetiva a técnica empregada na dança, e sim, a união dos membros presentes, que de mãos dadas, irão se auxiliar mutuamente⁴.

A prática da dança circular pode melhorar significativamente o estado emocional dos participantes tornando-se assim um importante recurso no que se diz interação de diversidades. Alguns dos benefícios que a dança pode proporcionar são: melhora da autoestima, bem-estar, equilíbrio individual e coletivo, entre outros⁴. Tais fatos corroboram com estudo realizado por Baptista¹⁰, onde é comprovado que a dança circular é capaz de melhorar flexibilidade, postura, força, resistência e também trazer benefícios psicológicos.

Por fim, dados deste estudo são capazes de comprovar a eficácia da dança, principalmente aos pacientes estomizados, dado o isolamento social deste grupo em particular. As danças circulares são práticas integrativas recentes e podem ser uma forte estratégia para o tratamento de doenças, visto que trabalha diretamente com a harmonização do intelecto e proporciona atividade física a grupos que se julgam não serem capazes¹¹. Vale também salientar a importância da equipe multiprofissional para que as PIS possam ser ainda mais eficazes.

Conclusão

Estudos foram capazes de comprovar a eficácia da dança circular como prática integrativa de saúde, principalmente no que diz respeito a pacientes estomizados. Vale salientar que a análise dos questionários do grupo experimental em relação ao grupo controle foi bastante positiva, podendo provar que os indivíduos que participaram da dança apresentaram melhoras nos domínios bem estar físico, social e principalmente psicológico, uma vez que a atividade proporcionou o convívio dos pacientes estomizados, gerando uma maior troca de experiências e maior cumplicidade entre eles.

Referências

1. Mahan LK, Escott-Stump S, Raymond JL. Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia. 13ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier; 2012.
2. Salles VJA, Becker CPP, Faria GMR. The influence of time on the quality of life of patients with intestinal stoma. *J. Coloproctol.* 2014;34(2):75.
3. Organização Mundial Da Saúde. Estratégia de la OMS sobre Medicina Tradicional: 2014-2023. Genebra; OMS; 2013.
4. Ministério da Saúde (BR). Portaria nº 849 de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia,

Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Interativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. *Diário Oficial da União*, 28 de março de 2017.

5. Kimura CA. Efeitos da dança circular na qualidade de vida em pessoas Estomizadas intestinais: ensaio clínico randomizado controlado [tese de doutorado]. Brasília: Programa de doutorado da Universidade de Brasília; 2016.
6. Grant M, Ferrell B, Dean G, Uman G, Chu D, Krouse R. Revision and psychometric testing of the City of Hope Quality of Life Ostomy Questionnaire. *Qual Life Res.* 2004;13(8):1445-57.
7. Ministério da Saúde (BR). Instituto Nacional do Câncer. Estimativa 2016: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA; 2015.
8. Coca C, Fernández de Larrinoa I, Serrano R, García-Llana H. The Impact of specialty practice nursing care on health-related quality of life in persons with ostomies. *J Wound Ostomy Continence Nurs.* 2015;42(3):257-63.
9. Repić G, Ivanović S. Physical dimension of quality of life in ostomy patients. *Acta Med Medianae.* 2014;53(3):32-8.
10. Baptista AS. Effectiveness of dance in patients with fibromyalgia: a randomised, singleblind, controlled study *Clin Exp Rheumatol.* 2012;30(74):18-23.
11. Kiepe MS, Stöckigt B, Keil T. Effects of dance therapy and ballroom dances on physical and mental illnesses: a systematic review. *Arts Psychother.* 2012;39(5):404-11.

Endereço para correspondência:

Ludmila Martins Tavares
Rua Turmalina Qd 38 Lt5 – Jofre Parada
Luziânia-GO, CEP 728711-400
Brasil
E-mail: ludmila.ntavares@gmail.com

Recebido em 31 de outubro de 2017.
Aceito em 9 de abril de 2018