

# EFETOS PSICOTERAPÊUTICOS DA DANÇA DO VENTRE EM IDOSAS COM HISTÓRICO ONCOLÓGICO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Bruna Evangelista de Sousa<sup>1</sup>  
Renato Américo Dantas Camilo de Souza<sup>2</sup>  
Jonathan Bento Cavalcanti<sup>3</sup>  
Allan John Tavares Coelho<sup>4</sup>  
José Andrade Costa Filho<sup>5</sup>

## RESUMO

A inserção da paciente oncológica em grupos de apoio e de suporte social surge como estratégia de enfrentamento eficiente frente aos agravos psicológicos da doença, na medida em que fomenta a troca de experiências, de informações e de identificações, servindo como fonte de incentivo e acolhimento mútuo voltado ao alívio da ansiedade e promoção do bem-estar. O presente trabalho tem como objetivo proceder ao relato descritivo das intervenções realizadas no contexto do componente curricular *Pesquisa e Extensão II* do curso de bacharelado em Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba-UEPB, *campus I*. As atividades práticas foram realizadas no segundo trimestre de 2019, sendo disponibilizada uma oficina de Dança do Ventre para um grupo de idosas frequentadoras da Associação Esperança e Vida-AEV, organização sem fins lucrativos de apoio aos portadores de câncer localizada no município de Campina Grande, Paraíba. A atividade de extensão proporcionou à comunidade uma ferramenta estruturada com o intuito de promover a saúde, bem-estar e qualidade de vida para as idosas com histórico oncológico. Através das expressões artísticas da Dança do Ventre, as participantes puderam ter uma vivência até então inédita em seu cotidiano intra-institucional e extra-institucional, objetivando o estímulo de discussões autorreflexivas relacionadas à auto-satisfação estética, emocional e valorativa, de modo a priorizar os processos subjetivos de emancipação identitária.

**Palavras-Chave:** Psico-oncologia; Dança do Ventre; Auto-estima; Auto-imagem.

## INTRODUÇÃO

O câncer é uma doença multifatorial desencadeada pelo descontrole no processo de divisão celular, levando a produção anormal de células com alterações morfológicas e funcionais que comprometem a estrutura histológica de um organismo, podendo levar ao óbito (Lima & Penido, 2007). Acompanhando prognósticos de organizações internacionais que apontam para uma tendência de ampliação no volume de notificações da doença no ocidente, estimativas governamentais indicam um significativo aumento de casos confirmados de câncer no Brasil, sendo os de maior incidência e letalidade no sexo feminino os cânceres de mama e de colo do útero (INCA, 2010). O processo de escolha da rotina terapêutica se baseia, em grande medida, pelo grau de evolução do estágio clínico, incluindo-se a quimioterapia, radioterapia e hormonioterapia como opções viáveis ao tratamento do

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [bruna010412@gmail.com](mailto:bruna010412@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [macrenato2010@gmail.com](mailto:macrenato2010@gmail.com)

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [jonathan.ifpb@gmail.com](mailto:jonathan.ifpb@gmail.com)

<sup>4</sup> Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [allanjohncoelho@gmail.com](mailto:allanjohncoelho@gmail.com)

<sup>5</sup> Orientador: Prof. Dr do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, [joacofi@uol.com.br](mailto:joacofi@uol.com.br)

câncer, sendo a intervenção cirúrgica a prática mais regularmente adotada no contexto brasileiro, sobretudo pela dificuldade em se obter diagnósticos em estágios menos avançados da doença (Silva *et al*, 2009).

No que concerne às Representações Sociais do câncer, a literatura científica reconhece uma forte tendência de estigmatização do paciente oncológico, em especial dirigida às mulheres, em função das pressões culturais associadas à manutenção de um imaginário coletivo que cerceia a corporeidade feminina enquanto sinônimo idealizado e compulsório de sensualidade (Silva *et al*, 2010). Nesse sentido, o câncer é assimilado pela mulher de forma adversativa e com profundo senso de temor desde os momentos iniciais do diagnóstico, sendo associado à presença de emoções negativas que repercutem psicossomaticamente à nível corporal pela manifestação de sinais de estresse e ansiedade, além de provocar alterações na dinâmica das relações socioafetivas pré-estabelecidas (Ferreira & Mamede, 2003; Fernandes & Mamede, 2003). Em termos identitários, a mulher portadora de câncer sofre profundos impactos em sua trajetória vivencial, sobretudo no que se refere às incertezas associadas à garantia de sua integridade biopsicossocial, materializadas pela possibilidade de insucesso dos tratamentos, pelo medo de possíveis sequelas físicas, pelo preconceito social, pelo risco de reincidência e, sobretudo, pelo temor da morte (Almeida, 2001; Mezzomo & Abaid, 2012).

Em todas as etapas da doença, portanto, se faz necessário o desenvolvimento de ações assistenciais de suporte psicológico voltadas ao fomento da autoestima e da qualidade de vida das mulheres com histórico oncológico, buscando promover a reabilitação clínica, o reajustamento social e o atendimento das suas demandas emocionais através da atuação de equipes multiprofissionais capacitadas e devidamente integradas à rede de apoio social e familiar dos portadores de câncer (Picolotto & Parizotto, 2017). De fato, a inserção da paciente oncológica em grupos de apoio e de suporte social surge como estratégia de enfrentamento eficiente frente aos agravos psicológicos da doença, na medida em que fomenta a troca de experiências, de informações e de identificações, servindo como fonte de incentivo e acolhimento mútuo voltado ao alívio da ansiedade e promoção do bem-estar (Mezzomo & Abaid, 2012). Através do compartilhamento de vivências construtivas em um ambiente livre de preconceitos, viabiliza-se a reintegração da identidade e a elaboração de novos *mindsets* orientados para uma perspectiva mais otimista da doença, sobretudo através da aprendizagem contínua, da elaboração de significados existenciais positivos e da produção de recursos de enfrentamento adaptativos (Marinho & Amaral, 2017).

Partiu-se da proposta de realizar uma oficina de dança para evidenciar o entendimento sobre o corpo feminino alinhado à perspectiva da autoimagem. A dança do ventre foi a modalidade escolhida para a realização das atividades, devido às possibilidades que esta oferece quanto à abordagem da sexualidade feminina, em função da sua ampla gama de movimentos e situações que contribuem para o desenvolvimento físico e mental daqueles que estejam engajados em sua atividade teórico/prática. (Abraão & Pedrão, 2005). Na dança do ventre, os movimentos não são realizados a esmo, pois existe uma coordenação a ser respeitada quanto à prática performática (Xavier, 2006). Porém, levou-se em consideração a limitação física das idosas participantes, devido aos problemas de saúde por elas relatados, sobretudo aqueles resultantes dos procedimentos oncológicos. Quanto à execução dos movimentos, as aulas de dança sempre buscavam respeitar o ritmo de cada participante.

Serrano (2010) orienta sobre a importância de conversar com a comunidade antes da prática da extensão, por esta atividade se caracterizar como uma via de mão dupla, onde a produção de conhecimento flui, dinamicamente, entre ambas as partes desta relação, sendo a academia e a comunidade iguais partícipes na construção de um conhecimento socialmente significativo. Ressalta-se, portanto, a relevância da utilização da dança do ventre enquanto facilitadora do processo de construção, desenvolvimento e manifestação da autoimagem corporal, que se constitui enquanto um processo dinâmico influenciado diretamente por variáveis socioculturais (Tavares, 2003).

## **METODOLOGIA**

O presente trabalho pretende proceder ao relato descritivo das intervenções realizadas no contexto do componente curricular *Pesquisa e Extensão II* do curso de bacharelado em Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba-UEPB, *campus I*. As atividades práticas foram realizadas no segundo trimestre de 2019, sendo disponibilizada uma oficina de Dança do Ventre para um grupo de idosas frequentadoras da Associação Esperança e Vida-AEV, organização sem fins lucrativos de apoio aos portadores de câncer localizada no município de Campina Grande, Paraíba. Como objetivo primário, as intervenções priorizaram a promoção da autoestima e autoimagem em idosas com histórico oncológico através da Dança do Ventre, tendo como objetivos secundários: Prover experiências de bem-estar físico e subjetivo através da atividade física; Amenizar possíveis impactos biopsicossociais negativos oriundos do câncer; Levantar discussões sobre saúde mental, autoestima e autoimagem.

Uma extensionista encarregou-se de ministrar as aulas de dança, tendo em vista sua expertise prévia, sendo espontaneamente identificada pelas participantes da extensão como “A Professora”, enquanto os demais extensionistas revezavam-se no auxílio das atividades, no manejo e acolhimento psicológico dos membros da oficina, disponibilizado antes, durante e após as intervenções. Com carga horária média de 40 minutos por semana, as atividades sempre eram iniciadas com uma pequena série de exercícios de aquecimento, conforme orientação de Venâncio *et al* (2018) que aponta para os benefícios inerentes desta pré-atividade, tanto ao início quanto ao fim da prática, já que possibilitam um despertar do corpo, no que diz respeito a flexibilidade e coordenação, facilitando a execução das atividades. Após o aquecimento preliminar, de duração média de 5 a 10 minutos, as práticas eram iniciadas, sempre partindo de uma breve recapitulação do que havia sido abordado nos encontros anteriores. Durante cerca de 20 minutos, uma dada sequência de movimentos era gradualmente introduzida através de uma demonstração sistemática, sempre respeitando possíveis limitações físicas. Por fim, uma breve revisão sobre a prática realizada no dia era realizada, concluindo os encontros com um alongamento.

## **RESULTADOS**

### **Levantamento das Demandas**

Inicialmente, foi feito contato com a assistente social responsável pela associação, a fim de verificar a viabilidade da realização das atividades propostas de modo a garantir o pleno andamento do projeto de extensão. Após sua aprovação, foi promovido um diálogo com as mulheres frequentadoras da associação para que pudessem avaliar se teriam interesse em participar da atividade proposta, qual seja, a oficina de Dança do Ventre. Exposta a proposta de trabalho, logrou-se uma significativa adesão das mulheres quanto à prática da oficina, tendo as participantes demonstrado interesse e engajamento em todos os encontros subsequentes.

Importante pontuar a postura adotada pelos extensionistas no sentido de manter um ambiente de abertura e acolhimento para que as participantes se sentissem legitimadas a intervir durante o processo, trazendo críticas e sugestões. Em um dado momento, quando as atividades regulares não foram acatadas pelo gosto pessoal das participantes, surgiu o desejo de que houvesse um encontro com músicas de forró, de modo a sair um pouco da rotina dos movimentos pertinentes à Dança do Ventre. Suas necessidades foram ouvidas e no último encontro puderam desfrutar de sua sugestão.

## **Estruturação das Intervenções**

Todas as oficinas aconteceram dentro do espaço interno da associação. As participantes eram postas em semicírculo diante da extensionista, que introduzia os movimentos da Dança do Ventre progressivamente, sempre levando em consideração possíveis limitações físicas que porventura viessem a impossibilitar a participação nas atividades propostas, seja como consequência dos procedimentos dos tratamentos oncológicos, seja em função da média de idade elevada das participantes.

O aquecimento preliminar era realizado no início de cada um dos encontros, por meio de práticas como o alongamento dos quadris, articulações, membros superiores e inferiores. Os movimentos a serem trabalhados eram então paulatinamente apresentados, respeitando o ritmo individual e as limitações físicas das participantes. Por fim, uma breve revisão era realizada, de modo que os movimentos aprendidos a cada encontro pudessem ser melhor fixados. Os encontros eram então concluídos com mais uma série de alongamentos.

### **Primeiro encontro: 13/05/2019.**

O primeiro encontro iniciou-se com a formação de um círculo para devidas formalidades de apresentação da proposta de uma maneira mais específica, evidenciando o papel da dança e os objetivos a serem alcançados com esta. A princípio houve certa resistência, associada principalmente a vergonha e ao não saber dançar, entretanto, algumas das participantes mais ativas estimularam as colegas a se juntarem ao grupo com palavras afetuosas de aconselhamento e incentivo.

Após todas as participantes estarem presentes e decididas, deu-se início a aula com uma breve explanação sobre a dança e seus benefícios, seguindo então, para o momento de alongamento, onde foi possível ouvir as limitações individuais e do grupo, proporcionando assim a possibilidade de desenvolver um plano para as aulas futuras. Os primeiros movimentos a serem realizados se configuram na base primária de toda e qualquer dança: as transferências de peso. Tais transferências possibilitam uma maior noção e consciência corporal, preparando assim a base para realização do próximo movimento, os *shimmies*. Esses se configuram em batidas de quadril, podendo ser laterais, ou verticais, com ou sem deslocamento, logo após a prática, uma sequência foi passada como treinamento para casa e um novo momento de alongamento foi realizado para evitar dores musculares devido ao esforço, encerrando assim o primeiro dia.

### **Segundo encontro: 20/05/2019.**

O segundo encontro começou com uma revisão dos movimentos aprendidos na semana anterior. No último encontro, foi sugerido que as participantes praticassem os movimentos aprendidos em casa, na frente de um espelho, para que pudessem observar o movimento e acompanhá-lo melhor. Parte conseguiu praticar em casa, outra parte não. Foi feito um alongamento, como feito no primeiro encontro. Para revisar melhor os movimentos, os treinos da coreografia começaram no mesmo ponto onde o último encontro parou. Depois de lembrados os movimentos, foi dado início ao aprendizado a próxima etapa da coreografia. Primeiro, foi instruído que as participantes executassem movimentos circulares com o quadril. Foi explicado que existem três tipos de movimentos que podem ser feitos de acordo com o raio do círculo feito com o quadril, são eles: o círculo pequeno, médio ou grande. Também foi explicado que poderiam ser feitos semicírculos com o quadril para frente ou para trás. Por fim, para treinar a coordenação motora, foi ensinado como executar os movimentos circulares do quadril ao mesmo tempo em que se movimentava para o lado.

### **Terceiro encontro: 27/05/2019.**

Após dar início à série de alongamentos, os extensionistas passaram a uma breve revisão dos conceitos trabalhados no encontro anterior. Foi solicitado às participantes que mantivessem, durante a semana, o costume de praticar em casa os exercícios que lhes foram passados, a fim de que pudessem ser melhor assimilados no futuro. Passou-se, portanto, à demonstração e instrução de uma nova série progressivamente mais aprofundada e focada, sobretudo, no treino dos membros superiores (movimentos de braço no plano lateral baixo, médio e alto, com revezamento e troca de posição; movimentos de braço em “L” e suas variações no eixo lateral, diagonal e frontal). Uma vez que as participantes passaram a aplicar os novos conhecimentos com maior segurança e autonomia, deu-se início as tentativas de associação dos movimentos de braços recém-aprendidos com os movimentos de quadril aprendidos separadamente nas aulas anteriores (através da reprodução de uma pequena sequência realizada pela extensionista), de modo a aprofundar a coordenação motora, senso rítmico e a autopercepção das participantes. O encontro foi então concluído com uma série de alongamento de modo a permitir o relaxamento muscular.

### **Quarto encontro: 03/06/2019.**

Nesse encontro, como de costume, iniciou-se com os alongamentos e revisão dos passos praticados na aula anterior, a posteriori uma revisão de tudo que havia sido feito foi aplicada em forma de sequência coreográfica, com uma breve explanação sobre musicalidade e ritmo, para que tal sequência pudesse ser encaixada em qualquer música que possua um ritmo de quatro tempos - na dança do ventre seriam ritmos como o *baladi*, *maksoum* e *said* - se caracterizando em três fases de oito tempos, com o uso de cada passo aprendido e algumas de suas variações. Após a finalização da sequência e sua prática, um desafio foi lançado as participantes, essas deveriam escolher três posições de braço para serem encaixadas juntamente a sequência de quadril, uma posição para cada frase coreográfica escrita e o compromisso de ensaiar a mesma para apresentar na semana posterior. Por fim, seguiu-se o momento de alongamento final e preparativos para o encontro de despedida na semana seguinte.

#### **Quinto encontro: 10/06/2019**

No quinto e último encontro, o alongamento foi feito da forma usual. Foi realizada uma última revisão dos movimentos estudados em forma de coreografia, para que em seguida elas pudessem executar tudo na apresentação final. Na apresentação final, todos participaram, executando a coreografia aprendida, mas dessa vez com um diferencial: cada uma das participantes combinou uma posição diferente das mãos, escolhido por elas mesmas dentro da gama de opções possíveis da dança, para que tivessem sua própria combinação única no modo de dançar. Depois as participantes dividiram-se em duplas, e cada dupla realizou a coreografia de forma coordenada, demonstrando uma interação sinestésica diferente para cada dupla.

Depois da apresentação, o grupo todo se reuniu para falar da experiência dos encontros. Cada participante falou sobre sua própria relação com as atividades que foram realizadas: Algumas comentaram sobre como a dança afetou o humor delas, se sentindo mais felizes e dispostas; outras falaram sobre o impacto da dança e das discussões levantadas sobre autoestima e autoimagem, ajudando a valorizar mais a si mesmas. O sentido geral e amplamente apreendido das narrativas levantadas, contudo, aponta para os impactos positivos que a experiência de participar das atividades propostas pela presente extensão trouxeram para a relação individual de cada participante com o seu próprio corpo.

Após a abertura deste momento de troca de experiências, onde cada participante sentiu-se acolhida para pontuar livremente suas impressões sobre as vivências que

experienciou durante o decorrer dos encontros da extensão, teve lugar uma pequena confraternização na própria dependência interna da associação, com conversas, música e lanches. Nesse momento, os laços de afeto e de companheirismo construídos e reforçados durante os momentos compartilhados nas atividades da dança do ventre puderam ser vivenciados ainda mais intensamente, reforçando a noção de que os esforços levados a contento no decorrer desta experiência de extensão trouxeram benefícios significativos no que diz respeito a ganhos no bem-estar e na qualidade de vida dessas mulheres.

## DISCUSSÃO

Em face do grau de adesão galgado pelas participantes, observou-se uma significativa evolução quanto ao domínio por elas demonstrado sobre as séries de movimentos que lhes foram apresentadas no decorrer dos encontros. Inicialmente tímidas e retraídas, ao final das atividades da extensão as participantes passaram a demonstrar não apenas uma maior desenvoltura e segura em relação ao próprio corpo (sobretudo no que diz respeito à autopercepção da motricidade corporal) como chegaram a atingir a um maior desembaraço e autoconfiança nas suas relações para com os extensionistas e demais participantes, reforçando vínculos de afeto essenciais à manutenção da qualidade de vida. Colaborando com a proposta de uma psicologia social-crítica da saúde, a Dança se destaca como estratégia de desenvolvimento da saúde mental com foco na integralidade subjetiva, na medida em que proporciona encontros interpessoais e intrapessoais, harmonizando cognições, comportamentos e emoções em direção à modelos sócio-adaptativos mais eficientes pela via do pertencimento grupal e pela quebra da cultura do isolamento (Castro, 2007).

Levando-se em consideração as evidentes limitações quanto à disponibilidade de horário para uma oferta de encontros mais ampla (pois o quadro de rotina semanal na associação já é consideravelmente preenchido com outras atividades que requerem o engajamento dos associados), pode-se constatar a presença de resultados eminentemente satisfatórios em termos de ganhos no bem-estar biopsicossocial das participantes. Nas conversas individuais que surgiam espontaneamente após as intervenções, era lugar-comum constatar nas falas das mulheres o desejo de superar eventuais limitações físicas e no horário para se dedicarem aos encontros. Enquanto prática sócio-cultural de fundamental importância para a emancipação identitária individual, as atividades artísticas da Dança associam-se à elevação dos níveis médios de autoestima, autoimagem e autoconceito, possibilitando uma



significativa expansão da consciência corporal em termos estéticos, funcionais e valorativos (Torrinhas, 2013).

Marcando o fim das atividades, as participantes montaram, a seu gosto, uma pequena coreografia que chegou a ser por elas apresentada em duplas para as demais participantes, extensionistas e colegas de associação que assistiam aos encontros, sem que houvesse a necessidade de intervenção externa, demonstrando um elevado senso de segurança, controle rítmico e domínio da motricidade corporal. O ganho na flexibilidade e coordenação motora foi algo que não estava presente nas outras atividades além das seções de fisioterapia, e agora pôde ser melhor desenvolvida com a dança. A melhora na autoestima pôde ser percebida tanto nos relatos finais das participantes quanto na percepção do grupo que executou a extensão. No transcorrer das práticas coletivas de Dança, é comumente observado um significativo incremento dos níveis de autonomia individual dos participantes do grupo, que dispõem da oportunidade de viver uma experiência pessoal de protagonismo e de poder decisório em um ambiente de segurança e acolhimento (Trindade, 2017).

Após a conclusão das atividades da dança do ventre, foi aberto um espaço para que as participantes pudessem expor livremente suas colocações sobre as vivências que experienciaram no decorrer extensão. O feedback recebido pelos extensionistas neste momento foi bastante positivo, sobretudo na forma de um amplo agradecimento por elas realizado. Nesse ínterim, as narrativas levantadas pelas participantes no encerramento das atividades alinharam-se com as demais colocações positivas que até então vinham sendo feitas espontaneamente em todos os encontros anteriores, especialmente em relação às melhoras percebidas na mobilidade e satisfação estética com o próprio corpo. Dados qualitativos de pesquisas com populações idosas apontam para uma significativa associação entre o hábito da Dança e melhorias no grau de percepção autorreferido do bem-estar e qualidade de vida, viabilizando o aumento da autoestima pela via da socialização e contribuindo para o desenvolvimento de habilidades sócio-afetivas, psicomotoras e cognitivo-comportamentais (Garcia *et al*, 2009; Pizano *et al*, 2010).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A atividade de extensão proporcionou à comunidade uma ferramenta estruturada com o intuito de promover a saúde, bem-estar e qualidade de vida para as idosas com histórico oncológico. Através das expressões artísticas da Dança do Ventre, as participantes puderam ter uma vivência até então inédita em seu cotidiano intra-institucional e extra-institucional,

objetivando o estímulo de discussões autorreflexivas relacionadas à autossatisfação estética, emocional e valorativa, priorizando os processos subjetivos de emancipação identitária.

Vale salientar que a Associação Esperança e Vida (AVE) disponibiliza diversas atividades sócio-assistenciais de prevenção e promoção da saúde mental de suas participantes, através da oferta de aulas de artesanato, sessões de fisioterapia e de acompanhamento psicoterapêutico, dentre outras. As atividades oferecem ganhos semelhantes aos de uma terapia ocupacional, desenvolvendo habilidades ao mesmo tempo em que permite às mulheres participantes uma melhor expressão de si mesmas. A proposta de atividade de extensão aqui trabalhada, portanto, adaptou-se satisfatoriamente ao fluxo dos serviços previamente oferecidos na Associação, vindo a contribuir com sua missão institucional de promoção da Saúde, bem-estar e qualidade de vida dos pacientes oncológicos do município de Campina Grande, Paraíba.

## REFERÊNCIAS

ABRÃO, A. C. P.; PEDRÃO, L. J. A contribuição da dança do ventre para a educação corporal, saúde física e mental de mulheres que frequentam uma academia de ginástica e dança. *Rev Latino-am Enferm.* V. 12, N. 2, P. 243-248. Ribeirão Preto/SP: março 2005.

ALMEIDA, A. M. Construindo o significado da recorrência da doença: a experiência de mulheres com câncer de mama. *Rev Latino-am Enferm.* V. 5, N. 9, P. 63-69. Ribeirão Preto/SP: 2001.

CASTRO, A. L. Culto ao corpo e estilos de vida: o jogo da construção de identidades na cultura contemporânea. *Rev de Ciências Sociais.* V. 31, P. 137-168. UNESP: 2007.

FERREIRA, M. L. S. M.; MAMEDE, M. V. Representação do corpo na relação consigo mesma após a mastectomia. *Rev Latino-am Enferm.* V. 11, N. 3, P. 299-304. Ribeirão Preto/SP: 2003.

FERNANDES, A. F. C.; MAMEDE, M. V. Câncer de mama: mulheres que sobreviveram. *Edições UFC.* Fortaleza/CE: 2003.

GARCIA, J. L. *et al.* A influência da dança na qualidade de vida dos idosos. *Rev Digital Efdeportes.* V.14, N. 139. Buenos Aires: dezembro 2009.

INSTITUTO NACIONAL DO CÂNCER. Estimativa 2010: Incidência de Câncer no Brasil. *Ministério da Saúde.* Rio de Janeiro: 2010.

LIMA, E. D.; PENIDO, I. S. Orientação de enfermagem ao paciente em tratamento quimioterápico: uma revisão de literatura. *Rev Nursing.* V. 111, N. 10, P. 372-6. São Paulo: agosto 2007.

MARINHO, V. L.; AMARAL, L. R. Mulheres Mastectomizadas: sentimentos e significados diante do diagnóstico e autoimagem. *Rev Cereus.* V. 9, N. 2, P. 154-169. UnirG: agosto 2017.

MEZZOMO, N. R.; ABAID, J. L. O Câncer de mama na percepção de mulheres mastectomizadas. *Psicologia em Pesquisa.* V. 6, N. 1, P. 40-49. UFJF, junho 2012.

PICOLOTTO, A. P. D. & PARIZOTTO, A. P. A. V. Mulheres Mastectomizadas: a vida que antecede o recomeço. *Pesquisa em Psicologia*. P. 121-134. Santa Catarina, 2017.

PIZANO, R. N. *et al.* Qualidade de vida na terceira idade: um olhar sobre a dança. *Rev Digital Efdeportes*. V. 15, N. 151. Buenos Aires: dezembro 2009.

SERRANO, R. M. S. M. Conceitos de extensão universitária: um diálogo com Paulo Freire. *Grupo de Pesquisa em Extensão Popular*. V. 13, N. 8. Campinas: 2010.

SILVA, T. B. *et al.* Percepção dos cônjuges de mulheres mastectomizadas com relação à convivência pós-cirurgia. *Rev Esc Enferm USP*. V. 44, N. 1, P. 113-119. São Paulo: 2009.

SILVA, S. E. *et al.* Representações sociais de mulheres mastectomizadas e suas implicações para o autocuidado. *Rev Bras Enferm*. V. 63, N. 5, P. 727-734. Brasília: 2010.

TAVARES, M. C. G. Imagem Corporal: conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole, 2003.

TORRINHAS, T. R. Dança, qualidade de vida e autoconceito. *Dissertação (Mestrado)*. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 2013.

TRINDADE, T. S. Dança circular: inventando afetos e construindo mundos. *Dissertação (Mestrado)*. Santa Maria/RS: UFSM, 2017.

VENÂNCIO, R. *et al.* Efeitos da prática de Dança Sênior® nos aspectos funcionais de adultos e idosos. *Cad. Bras. Ter. Ocup*. V. 26, N. 3, P. 668-679. UFSCar: setembro 2018.

XAVIER, C. N. Do oito ao infinito: por um dança sem ventre, performática, híbrida, impertinente. *Dissertação (Mestrado)*. Brasília: UnB, 2006.