



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

## QUALIDADE DE VIDA DE PRATICANTES DA DANÇA DO VENTRE

Janete Capel Hernandes  
Celmo Celeno Porto

### RESUMO

O objetivo é estudar a qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. É um artigo de revisão baseado em Reich e foi elaborado utilizando artigos das principais bases de dados. O conceito de qualidade de vida surgiu na década de 1970 em função dos avanços na medicina. A dança do ventre é de origem egípcia e surgiu há 7.000 anos a.C., com uma conotação sagrada. É uma técnica de expressão corporal e artística que transpõe os limites de tempo e espaço. Tal fato se deve principalmente aos benefícios que causa, que vão desde melhoria na postura e outros decorrentes da constante movimentação pélvica. Na dança considera-se mente e corpo de forma integrada e busca-se uma ampliação da conscientização corporal. A bailarina e a dança se fundem e se transformam. É tendo por base a teoria reichiana que se entende que a dança, por ser uma atividade em que o corpo e os sentimentos estão totalmente integrados e envolvidos, pode contribuir para a dissolução das couraças e conseqüentemente, para a melhoria da qualidade de vida de suas praticantes.

**Palavras-chave:** Dança do ventre. Feminino. Psicoterapias corporais. Qualidade de vida. Reich.



### INTRODUÇÃO

O tema deste artigo é qualidade de vida com enfoque em mulheres praticantes da dança oriental egípcia, também conhecida como dança do ventre.

Qualidade de vida tem sido um assunto bastante pesquisado, mas continua pertinente tendo em vista que a expectativa de vida tem aumentado e com isso, também tem crescido a necessidade de investigar a qualidade deste prolongamento. Muitos são os aspectos relacionados à qualidade de vida, mas nesta pesquisa a ênfase é dada às mulheres que praticam a dança do ventre.

#### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Em relação à Qualidade de vida, muitos estudos já foram desenvolvidos, mas especificamente em relação às mulheres praticantes de dança do ventre, poucos foram realizados até o momento, por isso, tal pesquisa se faz necessária.

Segundo Fleck (2008) o conceito de qualidade de vida surgiu a partir da década de 1970 em função dos avanços na medicina; o que possibilitou um prolongamento da vida e com isso, passou-se então a perceber a necessidade de avaliar ou medir a qualidade deste prolongamento.

Para Patrick (2003 apud FLECK, 2008, p.22,23)

Qualidade de vida é mais abrangente que *status* de saúde e inclui aspectos do meio ambiente que podem ou não ser afetados pela saúde. (...) As medidas de bem-estar referem-se a percepções subjetivas, incluindo relatos de sensações prazerosas ou desprazerosas e avaliações globais de saúde ou de estado subjetivo.

Vários modelos teóricos de qualidade de vida podem ser encontrados nas pesquisas, mas para Fleck (2008) dois deles se destacam. Para este autor os principais modelos de qualidade de vida são o da satisfação e o modelo funcionalista.

No modelo da satisfação “a qualidade de vida está diretamente relacionada à satisfação com os vários domínios da vida definidos como importantes pelo próprio indivíduo.” (FLECK, 2008, p. 24). Já o modelo funcionalista considera que “para ter uma boa qualidade de vida, o indivíduo precisa estar ‘funcionando’ bem, isto é, desempenhando de forma satisfatória seu papel social e as funções que valoriza.” (FLECK, 2008, p.24).

Para a Organização Mundial de Saúde- OMS, qualidade de vida pode ser conceituada como sendo “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto de sua cultura e no sistema de valores em que vive e em relação a suas expectativas, seus padrões e suas preocupações.” (OMS apud FLECK, 2008, p. 25).

A dança, segundo Bencardini (2009) existe desde os tempos mais remotos e portanto, sua história se confunde com a história da humanidade e surgiu com a necessidade de reverenciar o divino, o sagrado. “Quase todas as danças tiveram origem nos rituais de adoração aos deuses da natureza.” (BENCARDINI, 2009, p. 17).

Ao longo do tempo a dança foi se modificando e vários são os conceitos e

#### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

definições que foram se constituindo. Para Bencardini (2009, p. 17) a dança pode ser conceituada como sendo a “arte de mover o corpo segundo a relação estabelecida entre tempo e espaço, gerada pelo ritmo e a composição coreográfica.”

Segundo Ribas, Haas e Gonçalves (2013) a dança oriental, conhecida no Brasil como dança do ventre é de origem egípcia e surgiu há 7.000 anos a.C., com uma conotação sagrada, pois era realizada em templos, em rituais secretos com apenas mulheres, com o objetivo de reverenciar a deusa Ísis<sup>1</sup>.

Esta dança ganhou uma conotação artística somente após a invasão árabe no território egípcio, pois houve uma mistura das tradições e das culturas dos dois povos. (BUONAVENTURA, 1998 apud RIBAS, HAAS e GONÇALVES, 2013).

A dança oriental egípcia é uma técnica de expressão corporal e artística que transpõe os limites de tempo e espaço, expandindo-se para além das fronteiras árabes, agregando características de outras danças, modernizando-se de tal forma que é praticada em vários países do mundo na atualidade. Tal fato se deve não somente ao seu exotismo e beleza, mas principalmente por causa dos benefícios que causa em suas praticantes.

Muitos são os benefícios da dança do ventre e podem ser usufruídos por mulheres de todos os tipos físicos e várias idades. Tais benefícios vão desde melhoria na postura, na motricidade, na coordenação, na criatividade, no raciocínio como também outros decorrentes da constante movimentação pélvica.

Para Bencardini (2002, p. 135), “os movimentos de lateralização, que envolvem separadamente o quadril e o tronco, [...] vão trabalhar exaustivamente os músculos abdominais, particularmente os oblíquos do abdômen que chegam a ficar definidos, dando a impressão de que a cintura está mais fina e o corpo mais esbelto.” De acordo com Cenci (2001 apud RIBAS, HAAS E GONÇALVES, 2013), os exercícios pélvicos melhoram o metabolismo e proporcionam uma sensação de bem-estar.

A mulher atual vive conflitos relacionados aos seus vários papéis sociais e com

<sup>1</sup> Deusa Ísis: “Representação maior da essência materna e da esposa perfeita, além de velar também pelo reino natural, portanto, por todas as dimensões da existência. Ela era vista igualmente como um símbolo do que há de mais singular, dos que morrem e daqueles que nascem.” (SANTANA, apud INFOESCOLA.COM, 2013).



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

isso, perdeu muito de seu feminino primitivo e passou por uma desconstrução de sua identidade feminina. Existe um ideal de mulher que é reforçado pela sociedade, especialmente por meio da mídia. Este ideal para a maioria das mulheres é muito distante de suas realidades, o que acaba gerando muitas frustrações e descontentamentos com a própria imagem. Observa-se também em algumas atividades físicas e na moda, a imposição de uma imagem que é distorcida da real imagem feminina.

Segundo Penna (1989, p. 31), “a satisfação de uma mulher com o seu corpo varia com a magnitude do desvio entre as suas proporções reais e aquilo que ela considera o modelo ideal feminino.” Dependendo do tamanho deste desvio, pode-se encontrar mulheres muito frustradas e em constante busca pelo alcance do modelo imposto pela sociedade. Tais mulheres, normalmente, vivenciam uma rejeição à imagem corporal que possuem e vivem em busca de uma outra que é idealizada e imposta.

Figueiredo (2005, p. 1) destaca as exigências estéticas que recaem sobre a mulher no mundo atual,

O sujeito-mulher, em seus diferentes contextos institucionais, distancia-se de sua feminilidade por ocupar um lugar regido pelo discurso institucionalizado do mito da beleza. Discursos são veiculados, em relação ao corpo, por práticas discursivas em direção da construção de um corpo ‘perfeito’, que não pode ‘deformar-se’. Com tais práticas discursivas, estabelece-se uma relação com o corpo: uma relação comercial e de industrialização da beleza.

Os conflitos apontados acima acabam despertando a necessidade em buscar alternativas que possibilitem à mulher um reencontro com o seu eu-feminino. O que pode ser encontrado na dança do ventre, pois a dança trabalha não só aspectos físicos, mas também psicológicos e relacionados à imagem corporal.

A dança do ventre, assim como várias outras técnicas orientais, tratam o indivíduo considerando mente e corpo de forma integrada, por meio de uma maior consciência corporal, possibilitando assim, uma ampliação da imagem corporal feminina.

Levin (1995, p. 71) diferenciou esquema corporal de imagem corporal, conforme a seguir:

O esquema corporal é o que se pode dizer ou representar acerca do próprio corpo. A representação que temos do mesmo. É da ordem do evolutivo, do temporal. (...) A imagem corporal é constituinte do sujeito desejante e, como tal, é um mistério, não é em absoluto da ordem do evolutivo, vai se constituindo no devir

#### CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

histórico da experiência subjetiva. Por isso está relacionada com a inscrição, com a demarcação mnêmica.

Ainda para Levin (1995, p. 72)

O esquema corporal pode ser explicitado, por um lado responde a uma generalidade da espécie humana (por exemplo: ter dois olhos, uma boca, dois braços, etc). (...) A imagem corporal é singular, própria de cada sujeito, é incomparável e incomensurável.

Para este autor, o esquema corporal diz respeito à pessoa enquanto representante da espécie, independente do momento histórico, da posição geográfica ou do meio em que vive. Já a imagem corporal está diretamente ligada à história e à individualidade de cada um.

Para Schilder (1994 apud SILVA, JÚNIOR e MILLER, 2004) o conceito de imagem e esquema corporal são equivalentes e podem ser entendidos como sendo não somente uma mera sensação ou imaginação. Para este autor existe uma aprecepção do corpo. Não é uma mera percepção, embora se tenha consciência do corpo por meio dos sentidos. Também não é uma mera representação, apesar de existirem figurações e representações mentais envolvidas.

A imagem corporal não está ligada apenas a configurações perceptivas estimuladas pelas configurações sensoriais. Há que se reconhecer que o aspecto emocional assume grande importância, aproximando ou afastando elementos deste mundo externo- 'espaço específico que circunda a imagem corporal pode tanto aproximar os objetos do corpo quanto o corpo dos objetos. A configuração emocional determina a distância entre os objetos e o corpo'. (SCHILDER 1994 apud SILVA, JÚNIOR e MILLER, 2004, p. 1).

A dança do ventre possibilita maior consciência do esquema corporal e principalmente atua na percepção e modificação da imagem corporal de suas praticantes, pois trabalha com técnicas de conscientização corporal, por meio da respiração, dos movimentos, dos figurinos, das maquiagens, etc.

Conforme Dantas (1999 apud REIS e ZANELLA, 2010, p. 149) “Toda dança é enformação estética do corpo. Na dança, o corpo transfigura-se em formas e, à medida que enforma o movimento, é por ele transformado.” Esta ideia revela uma visão de integração entre o sujeito que dança e a dança, uma visão monista em superação à visão dualista, cartesiana. Na dança, e em especial, na dança do ventre, a bailarina e a dança

#### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

se fundem e se transformam, pois conforme afirma Reis (2007, p. 41) “ (...) o corpo é fundante do sujeito. O eu não é uma instância incorpórea, abstrata e imaterial que habita ou possui um corpo. O sujeito não tem um corpo. O sujeito é corpo”. Na dança do ventre “a bailarina se transforma em obra viva.” (REIS; ZANELLA, 2010, p. 155).

Um dos estudiosos que voltou bastante sua atenção para a questão do corpo foi Wilhelm Reich. Segundo Fadiman e Frager (2002, p. 25) para Reich “mente e corpo são uma coisa só; todos os processos psicológicos, (...) são partes de processos físicos e vice e versa.” Exprime-se no corpo insatisfações e frustrações, podendo até a desenvolver doenças psicossomáticas.

Para Trotta (2008, p.1,2)

A descoberta da relação dinâmica entre soma e psiquismo, que teve origem na descoberta do fenômeno do encorajamento, lançou as bases da concepção psicossomática reichiana. Intervindo terapeuticamente sobre espasmos musculares crônicos, Reich descobriu que a dissolução desses espasmos gerava ab-reações emocionais espontâneas, respostas vegetativas e o afloramento de memórias reprimidas. Concluiu então que esses espasmos musculares eram o mecanismo corporal pelo qual eram mantidos reprimidos os impulsos e emoções associados aos conflitos psíquicos inconscientes. Essas alterações crônicas do tônus muscular, a que ele chamou couraça muscular, eram o componente somático dos mecanismos de defesa do ego. Esta descoberta demonstra a relação entre os sentimentos e as funções corporais. Todo sentimento envolve um significado psíquico, e também um impulso a expressar-se pelo corpo. Se o significado psíquico desse sentimento precisa ser recalçado, sua expressão precisará ser reprimida por meio de contenções musculares e vegetativas que tendem a se tornar crônicas. O mesmo acontece com outros impulsos e emoções como raiva, medo e desejos sexuais.

Ainda segundo Trotta (2008) Reich criou a primeira abordagem terapêutica psico-corporal, também conhecida como Orgonoterapia. Esta abordagem trabalha com intervenções verbais, corporais e vivenciais.

As intervenções corporais têm por objetivo a dissolução da couraça (desencorajamento) acompanhada da liberação de impulsos e emoções reprimidas, favorecendo a restauração da funcionalidade corporal sadia associada à restauração da pulsação e dos fluxos de energia orgônica no organismo. Essas intervenções incluem técnicas de estimulação senso perceptiva ou de ações corporais voluntárias (actings) que reproduzem funções importantes no desenvolvimento ontogenético, nos processos de percepção e nos processos de expressão afetivas. Os trabalhos corporais também produzem efeitos no nível intra-psíquico, favorecendo a elaboração, ou perlaboração (working through), de conteúdos psíquicos inconscientes, o que contribui para uma reestruturação psíquica e caracterológica do paciente. (TROTТА, 2008, p. 3).

#### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

É tendo por base a teoria reichiana que se entende que a dança, por ser uma atividade em que o corpo e os sentimentos estão totalmente integrados e envolvidos, pode contribuir para a dissolução das couraças e conseqüentemente, para a melhoria da qualidade de vida de suas praticantes.

Segundo Mcneely (1987 apud RIBAS, HAAS E GONÇALVES, 2013, p.1)

Entre os tratamentos utilizados, a partir da II Guerra Mundial, surgiram métodos mais dinâmicos de terapias e, entre outros movimentos que nasceram, alguns foram influenciados pela dança. A bailarina Isadora Duncan, pioneira da dança moderna nos Estados Unidos no início do Século XX, abriu caminho para a dança como forma de expressão, e juntamente com outras bailarinas, foi responsável pelo reconhecimento da dança como uma forma válida de terapia.

A dança do ventre, nesta perspectiva, não é considerada apenas um exercício físico, mas uma atividade que possibilita uma maior consciência corporal e também a elaboração de conteúdos intra-psíquicos inconscientes.

Para Moro (2004) a dança do ventre possui características bastante favoráveis ao contato direto com as couraças apresentadas na teoria reichiana e podem ser percebidas nos movimentos de dissociação das várias partes do corpo como cabeça, braços, tronco e quadril, assim como na flexibilização, principalmente pélvica e os exercícios respiratórios.

## METODOLOGIA

Para o alcance do objetivo deste estudo utilizou-se a Revisão Integrativa, sendo que inicialmente as buscas foram feitas pelo título das publicações e posteriormente lidos os resumos dos trabalhos encontrados para assim, em uma terceira etapa, leitura do material completo definido como reais fontes de pesquisa.

Soram utilizados os seguintes descritores: qualidade de vida; qualidade de vida e dança do ventre; psicoterapia corporal de Reich, em periódicos publicados nas bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO),

### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Portal da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES e PubMed, nos idiomas Espanhol, Inglês e Português.

O registro dos dados foi feito pelo preenchimento de quadros com as informações: periódico, classificação do periódico (Qualis), título, autor(es), resumo, ano.

## DISCUSSÃO

Muitos foram os artigos encontrados nas principais bases de dados sobre qualidade de vida e dança (aproximadamente 300 artigos), o que mostra a importância e relevância do assunto e que o mesmo tem sido bastante investigado. Mas, quando se trata de qualidade de vida e dança do ventre, a quantidade diminui consideravelmente (apenas 04 artigos). Tal quantidade pode demonstrar a originalidade do tema e a necessidade de pesquisas, pois apensar de estar sendo pouco estudado, é um tema de bastante relevância tendo em vista os muitos benefícios que esta dança possibilita às suas praticantes.

Em relação ao descritor Psicoterapia corporal de Reich são poucos os trabalhos encontrados (aproximadamente \_\_\_\_\_), o que demonstra também a necessidade de mais estudos, principalmente relacionando com dança do ventre.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esperava-se com esta pesquisa estudar a qualidade de vida de praticantes de dança do ventre, tendo por base a teoria reichiana, utilizando-se levantamentos bibliográficos por meio da revisão de artigos disponíveis em algumas bases de dados disponíveis na internet.

Os artigos analisados apresentaram vários benefícios à saúde física e emocional das praticantes de dança do ventre, o que está diretamente relacionado à qualidade de vida das mesmas, pois um dos conceitos de qualidade de vida diz respeito às percepções subjetivas, incluindo relatos de sensações prazerosas ou desprazerosas e avaliações globais de saúde ou de estado subjetivo, o que pode ser constatado nos artigos pesquisados.

### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)





#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Em relação à teoria reichiana, a dança e em especial a dança do ventre, assim como várias outras técnicas corporais, possibilita a dissociação, flexibilização e conscientização do corpo e faz um contato direto com a pele, além de desenvolver processos mentais e respiratórios que impactam diretamente nas coraças, tornando-as menos necessárias à adaptação da praticante da dança às várias situações de estresse com as quais se depara ao longo da vida, melhorando assim, sua saúde e conseqüentemente, sua qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

BENCARDINI, Patrícia. **Dança do ventre: ciência e arte**. São Paulo: Baraúna editora, 2009.

FADIMAN, James; FRAGER, Robert. **Personalidade e crescimento pessoal**. Porto Alegre: Artimed, 2002.

FLECK, Marcelo Pio de Almeida. et al. **A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

FIGUEIREDO, Ana Cristina de L. Na linguagem artística da dança do ventre: o reencontro com a feminilidade no processo de subjetivação. In: II SEAD - II Seminário de Estudos em Análise do Discurso, 2005, Porto Alegre. O campo da Análise do discurso no Brasil: mapeando conceitos, confrontando limites, 2005. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/analisedodiscurso/anaisdosead/2SEAD/SIMPOSIOS/AnaCristinaDeLucenaFigueiredo.pdf>>. Acessos em: 21 de julho de 2014.

LEVIN, Steban. **A clínica psicomotora: o corpo na linguagem**. 6ª ed. Rio de Janeiro: Vozes, 1995.

MORO, Elizabeth. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. Anais... Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]. Disponível em: <<http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais%202004/Elizabeth%20Moro.pdf>>. Acessos em: 17 de agosto de 2014.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE – OMS. **Versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida (whoqol) 1998**. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/psiquiatria/psiq/whoqol3.html>>. Acessos em: 15 jan. 2014.

### CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

**PENNA, Lucy.** Corpo sofrido e mal-amado: **as experiências da mulher com o próprio corpo.** 3ªed.

São Paulo: Summus editorial, 1989.

\_\_\_\_\_. **Dance e recrie o mundo: a força criativa do ventre.** 4ª ed. São Paulo: **Summus editorial, 1992.**

REIS, Alice Casanova dos. (2007). **A atividade estética da dança do ventre.** Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC.

REIS, Alice Casanova dos; ZANELLA, Andréa Vieira. A constituição do sujeito na atividade estética da dança do ventre. **Psicol. Soc.**, Florianópolis, v. 22, n. 1, abr. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-71822010000100018&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822010000100018&lng=pt&nrm=iso)>. Acessos em: 23 jul. 2014.

RIBAS, Cátia Davoglio.; HAAS, Aline Nogueira.; GONÇALVES, Ângela Cristina Bugs. A influência da dança do ventre na imagem corporal de mulheres. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, Nº 178, Marzo de 2013. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd178/danca-do-ventre-na-imagem-corporal-de-mulheres.htm>>. Acessos em 15 de julho de 2014.

SANTANA, Ana Lúcia. **Deusa Ísis.** Disponível em: <<http://www.infoescola.com/mitologia/isis/>>. Acessos em: 17 de julho de 2014.

SILVA, Rita de Fátima da; JÚNIOR, Rubens Venditti; MILLER, Jussara. A imagem corporal na perspectiva de Paul Schilder. Contribuições para trabalhos corporais nas áreas de educação física, dança e pedagogia. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Año 10, Nº 68, Enero de 2004. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd68/schilder.htm>>. Acessos em: 22 de julho de 2014.

TROTТА, Ernani Eduardo. **Visão contemporânea da psicossomática reichiana e novos enfoques clínicos.** In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVENÇÃO BRASIL/LATINO-AMÉRIA, XIII, VIII, II, 2008. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-13-2]. Disponível em: <http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais%202008/Ernani%20Eduardo%20Trota%20-%20Palestra.pdf>. Acesso em: 25 de julho de 2014.

## AUTORES

**Janete Capel Hernandez / Goiânia / GO / Brasil**

### CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)



#### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

HERNANDES, Janete Capel; PORTO, Celmo Celeno. Qualidade de vida de praticantes da dança do ventre. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRIA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIX, XI, III, 2014. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos\\_anais\\_congressos.htm](http://www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm).

Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

#### AUTORES

**Janete Capel Hernandes / Goiânia / GO / Brasil** - Graduação em Psicologia pela PUC-Goiás (CRP-0902019); MBA em Gestão de Pessoas pela UFRJ; Especialização em Docência Universitária pela UNIVERSO - Campus Goiânia; Especialização em Educação a distância pelo SENAC - Goiás; Mestrado em Psicologia pela PUC-Goiás; cursando Doutorado em Ciências da Saúde pela UFG; Coordenadora do curso de Psicologia da UNIVERSO - Campus Goiânia; Professora em cursos de graduação e pós-graduação presenciais e a distância. Bailarina de dança do ventre.

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

**Celmo Celeno Porto / Goiânia / GO / Brasil** - Possui graduação em Medicina pela Universidade Federal de Minas Gerais(1958), especialização em Medicina Tropical pelo Instituto de Medicina Tropical de São Paulo(1965), especialização em Cardiologia pelo Instituto de Cardiologia de São Paulo(1959), especialização em Pedagogia Médica pela Universidade Federal de Goiás(1972), especialização em Cardiologia pela Sociedade Brasileira de Cardiologia(1972), especialização em Clínica Médica pela Sociedade Brasileira de Clínica Médica(1988), doutorado em Medicina - Clínica Médica pela Universidade Federal de Minas Gerais(1963) e curso-técnico-profissionalizante em História da Medicina pela Universidade Federal de Goiás(1969). Atualmente é Professor Voluntário da Universidade Federal de Goiás e Presidente Regional de Goiás da Sociedade Brasileira de Clínica Médica. Tem experiência na área de Medicina, com ênfase em Clínica Médica. Atuando principalmente nos seguintes temas: Eletrocardiograma Doença de Chagas, Prognóstico.

**E-mail:** [celeno@cardiol.br](mailto:celeno@cardiol.br)

#### CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000  
(41) 3263-4895 - [www.centroreichiano.com.br](http://www.centroreichiano.com.br) - [centroreichiano@centroreichiano.com.br](mailto:centroreichiano@centroreichiano.com.br)