

# A dança como instrumento de inclusão de pessoas com deficiência: uma revisão

Athirson Pinheiro de Sousa<sup>1</sup> , Evandro Nogueira de Oliveira<sup>2</sup> 

1.1. Graduando de Educação Física  
Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS)

2. Mestre em Educação Física pela Universidade do  
Estado do Rio Grande do Norte  
Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS)  
E-mail: evandronogueira@univs.edu.br

## Comunicação Breve

**Introdução:** A dança, como expressão artística, se destaca pela sua natureza inclusiva, proporcionando uma forma única de comunicação física e emocional, consciência corporal e estímulo à criatividade. Esta interconexão entre dança e inclusão social revela-se fundamental, conferindo autonomia e elevando a autoestima dos praticantes, independentemente de suas limitações. **Objetivo:** Este estudo busca explorar a significativa relação entre a prática da dança e a promoção da inclusão social, ressaltando que a dança é acessível a todas as pessoas, em qualquer circunstância, permitindo a exploração de novas emoções, hábitos e prazeres. **Metodologia:** Esta revisão de literatura baseou-se em análises científicas, consultas a livros, além disso, foram realizadas pesquisas virtuais nas plataformas Scielo, Google acadêmico e Plataforma Capes. **Resultados e discussões:** A análise dos estudos selecionados revelou uma convergência consistente em relação aos benefícios significativos associados à prática da dança para a promoção de uma vida mais saudável e inclusiva. Apesar da persistência de estigmas sociais em relação às pessoas com deficiência, a dança emerge como uma ferramenta eficaz não apenas na estimulação da atividade física, mas também como um meio vital de expressão artística, especialmente para aqueles que enfrentam desafios na comunicação verbal. Os ganhos físicos, notadamente a melhoria da resistência e flexibilidade, coexistem harmoniosamente com os benefícios emocionais e sociais derivados da prática regular da dança. A singularidade da expressão por meio da dança se revela como um veículo de superação e autodescoberta, destacando-se não apenas como um exercício, mas como uma forma de comunicação. Além disso, a adaptação de recursos e estratégias específicas para atender às necessidades desse grupo de pessoas com deficiência foi um ponto crucial observado nos estudos analisados. A personalização de abordagens, a criação de ambientes inclusivos e a consideração de diversas modalidades de dança adaptada não apenas ampliam o acesso, mas também enriquecem a experiência, proporcionando um espaço inclusivo e acolhedor para a expressão artística. A ligação entre a dança, a superação de estigmas e a adaptação de práticas para atender às necessidades específicas desses praticantes reforça a assertiva de que a dança transcende os limites físicos e sociais, desempenhando um papel fundamental na construção de uma sociedade mais inclusiva e sensível às diversidades. Este conjunto de resultados evidencia não apenas os benefícios físicos tangíveis, mas também a riqueza intrínseca de experiências emocionais e sociais que a dança oferece a indivíduos com deficiência, reforçando seu papel como uma forma acessível e enriquecedora de expressão e inclusão. **Considerações finais:** A prática da dança desempenha um papel central na vida daqueles que a adotam como estilo de vida. Investir em atividades físicas como a dança revela-se crucial, proporcionando melhorias significativas na qualidade de vida. É fundamental compreender que o acesso à arte, em particular à dança, é um

direito universal, e sua prática por pessoas com deficiência não apenas desafia estigmas, mas também redefine suas relações com o corpo, a linguagem e a sociedade, resultando em uma transformação significativa.

**Palavras-chave:** Dança; Pessoas com deficiência; Corpo; Atividades físicas.