UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO

LETÍCIA VITÓRIA RODRIGUES DA SILVA

# A INFLUÊNCIA DA DANÇA NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS TÍPICAS E ATÍPICAS: UMA REVISÃO SISTEMATIZADA

Recife
2025

LETÍCIA VITÓRIA RODRIGUES DA SILVA

# A INFLUÊNCIA DA DANÇA NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS TÍPICAS E ATÍPICAS: UMA REVISÃO SISTEMATIZADA

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

**Orientadora:** Profª Me. Thais Maria da Silva
**Coorientadora:** Profª Me. Andresa Amorim de Lima

Recife
2025

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Silva, Letícia Vitória Rodrigues da.
A influência da dança na melhora da qualidade de vida de crianças típicas e atípicas: uma revisão sistematizada / Letícia Vitória Rodrigues da Silva. - Recife, 2025.
28 p. : il., tab.

Orientador(a): Thais Maria da Silva.
Cooorientador(a): Andresa Amorim de Lima
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Bacharelado, 2025.
Inclui referências, apêndices, anexos.

1. Dança. 2. Qualidade de vida. 3. Crianças. I. Silva, Thais Maria da. (Orientação). II. Lima, Andresa Amorim de . (Coorientação). IV. Título.

610 CDD (22.ed.)

LETÍCIA VITÓRIA RODRIGUES DA SILVA

# A INFLUÊNCIA DA DANÇA NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS TÍPICAS E ATÍPICAS: UMA REVISÃO SISTEMATIZADA.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Aprovado em: 04/08/2025

BANCA EXAMINADORA

_____

Profª Me. Thais Maria da Silva
Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

_____

Profª Drª Carla Meneses Hardman
Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)

_____

Profª Me. Fátima Larissa Santiago
SESC PE

Dedico todo e qualquer sucesso à minha mãe
que, mesmo sem ter tido nada, me deu tudo.

## AGRADECIMENTOS

Acima de tudo, agradeço a Deus por ter me protegido e sustentado até aqui. Sem Ele, nada seria. À minha mãe, que sempre fez de tudo para que eu e meus irmãos conseguíssemos realizar nossos sonhos. Aos meus irmãos, que sempre me apoiaram e ficaram felizes juntos comigo na conquista dos meus objetivos. Ao meu marido, que me amparou com paciência, nunca deixou que eu desacreditasse da minha capacidade, deixando sempre claro o quão importante era a realização do meu sonho. À minha família e amigos, expresso minha mais profunda gratidão pelo apoio nesta etapa, pelo encorajamento ao longo de toda a jornada acadêmica e por vibrarem junto comigo a cada conquista. Suas palavras de incentivo foram uma fonte constante de motivação para mim. À minha orientadora, agradeço, pois mesmo diante de tantos compromissos, se fez presente para que eu construísse o trabalho com segurança, obrigada por cada contribuição. À minha coorientadora, os meus mais sinceros agradecimentos: você foi fundamental não só para a construção deste trabalho, mas também para que eu me sentisse confiante.

## RESUMO

A infância é uma fase importante do desenvolvimento humano, onde práticas que promovam movimento, expressão e socialização são fundamentais para o bem-estar infantil. Neste contexto, a dança mostra-se como uma intervenção acessível e integradora, com potencial para influenciar positivamente a qualidade de vida das crianças. O presente estudo teve como objetivo sintetizar achados sobre a influência da dança na qualidade de vida de crianças, tanto típicas quanto atípicas. Foi realizada uma busca na base de dados PubMed, utilizando 21 descritores e palavras-chave em inglês, organizados conforme três categorias: dança (14), qualidade de vida (5) e crianças (2). Foram incluídos artigos que abordassem as três variáveis do presente estudo e que incluíssem intervenção, instrumentos utilizados, desfechos avaliados. A triagem e extração dos dados foram realizadas por um único revisor. Um total de quatro estudos atenderam aos critérios e foram selecionados para esta revisão. Todos os estudos incluídos utilizaram a dança como principal intervenção e as amostras foram compostas por crianças típicas e atípicas. Os beneficios da intervenção foram avaliados por meio de instrumentos que mensuram diferentes dimensões da qualidade de vida, como: bem-estar emocional, funcionamento social, autoestima, percepção corporal, mobilidade, equilíbrio e função motora. Entre os principais impactos, destacam-se a melhora da coordenação motora, da postura, da sociabilidade, da autoestima e do bem-estar emocional, além da redução de sintomas negativos, do aumento da autonomia e de ganhos na realização de atividades do cotidiano. De forma geral, os resultados demonstraram efeitos positivos e multidimensionais da dança na qualidade de vida das crianças. Conclui-se que a dança é uma prática promissora para a promoção da qualidade de vida infantil, sendo aplicável em contextos escolares, clínicos e comunitários.



**Palavras-chave:** Dança; Qualidade de vida; Crianças.

## ABSTRACT

Childhood is an important stage of human development, where practices that promote movement, expression, and socialization are fundamental to child well-being. In this context, dance proves to be an accessible and integrative intervention with the potential to positively influence children's quality of life. This study aimed to synthesize findings on the influence of dance on the quality of life of both typical and atypical children. A search was conducted in the PubMed database using 21 descriptors and keywords in English, organized into three categories: dance (14), quality of life (5), and children (2). Articles that addressed the three variables of this study and included the intervention, instruments used, and outcomes assessed were included. Data screening and extraction were performed by a single reviewer. A total of four studies met the criteria and were selected for this review. All included studies used dance as the primary intervention, and the samples consisted of both typical and atypical children. The intervention's effects were assessed using instruments that measure different dimensions of quality of life, such as emotional well-being, social functioning, self-esteem, body awareness, mobility, balance, and motor function. The main impacts include improvements in motor coordination, posture, sociability, self-esteem, and emotional well-being, as well as a reduction in negative symptoms, increased autonomy, and improvements in performing daily activities. Overall, the results demonstrated positive and multidimensional effects of dance on children's quality of life. The conclusion is that dance is a promising practice for promoting children's quality of life and can be applied in school, clinical, and community settings.



**Keywords:** Dance; Quality of life; Children.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Fluxograma do processo de seleção dos estudos ..... 15
Tabela 1 - Características dos estudos incluídos ..... 16
Tabela 2 - Intervenções com dança aplicadas nos estudos ..... 17
Tabela 3 - Instrumentos de avaliação utilizados nos estudos ..... 18

**SUMÁRIO**

**1 INTRODUÇÃO..... 10**

**2 OBJETIVOS..... 12**

2.1 OBJETIVO GERAL..... 12

2.2 Objetivos específicos..... 12

**3 METODOLOGIA..... 13**

3.1 Tipo de estudo..... 13

3.2 Critérios de elegibilidade..... 13

3.3 Estratégia de busca..... 14

3.4 Seleção de estudos..... 14

3.5 Síntese e análise dos dados..... 14

**4 SÍNTESE DOS ACHADOS E DISCUSSÃO..... 15**

**5 CONSIDERAÇÕES FINAIS..... 21**

**REFERÊNCIAS..... 22**

**APÊNDICES..... 25**

**ANEXOS..... 26**

ANEXO A - Principais itens para relatar revisões sistemáticas e meta-análise: a recomendação PRISMA..... 26

ANEXO B - Termo de compromisso de orientação..... 27

ANEXO C - Formulário de Orientação..... 28

## 1 INTRODUÇÃO

A infância é uma fase fundamental do desenvolvimento humano, caracterizada por mudanças significativas nos domínios físico, cognitivo, emocional e social, esses domínios se influenciam mutuamente ao longo desse período. (Paris *et al*. 2019). Nessa fase, se estabelecem as bases para a construção da identidade, das habilidades motoras e da formação de vínculos interpessoais (Papalia & Feldman, 2013). A Organização Mundial da Saúde, ressalta a importância de estratégias de promoção da saúde desde os primeiros anos de vida, com foco na qualidade de vida, no bem-estar da criança e na prevenção de doenças associadas ao sedentarismo (OMS, 2020).

A qualidade de vida é um conceito multidimensional, que envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais da vida do indivíduo (Fleck *et al*., 2000). De acordo com Nahas (2017), esses diferentes fatores se inter-relacionam e influenciam diretamente o bem-estar geral, especialmente quando analisados em contextos educativos e de promoção da saúde. Na infância, essas dimensões se expressam de forma integrada, sendo influenciadas pelo desenvolvimento motor, pelas interações sociais e pelo equilíbrio emocional (Piek *et al*., 2008). Assim, torna-se essencial compreender essas dimensões para avaliar intervenções como a dança, que atua de maneira simultânea sobre o corpo, a mente e as emoções da criança, podendo promover ganhos em múltiplas áreas da qualidade de vida.

O sedentarismo, segundo Hallal *et al*. (2012), está associado a vários impactos negativos na saúde física e mental. Nesse cenário, a dança surge como uma ótima opção, pois combina o movimento com a expressão artística, estimulando o desenvolvimento motor, emocional e social das crianças (Ribeiro *et al*. 2025). Segundo Koch *et al*. (2014), a prática da dança contribui para a melhora da coordenação motora, da expressividade e da autoestima, aspectos esses, os quais são essenciais para o bem-estar infantil.

DeJesus *et al*. (2021) investigaram os efeitos da prática regular de dança em crianças com deficiência, evidenciando melhorias na qualidade de vida ao longo do tempo. De forma semelhante, estudos como os de Kouchi *et al*. (2024) e Withers *et*

*al*. (2019) apontam benefícios nas dimensões da interação social, autoestima e percepção corporal, inclusive em contextos de necessidades específicas.

Além disso, compreender os efeitos da dança na qualidade de vida infantil pode fundamentar políticas públicas e práticas pedagógicas que reconheçam essa modalidade como recurso terapêutico e educacional (Dos Anjos; Ferraro, 2018). Estudos como os de Alves *et al*. (2018) e Blanco *et al*. (2015) reforçam essa perspectiva ao demonstrar benefícios significativos da dança em diferentes populações infantis, incluindo crianças com paralisia cerebral e transtorno do desenvolvimento da coordenação.

Apesar das evidências práticas observadas em ambientes escolares e clínicos, ainda são escassos os estudos que tratam os impactos da dança sobre a qualidade de vida infantil. Considerando que a qualidade de vida é um conceito amplo, torna-se relevante compreender como a dança pode influenciar essas dimensões de maneira integrada (Fleck *et al*., 2000). A escassez de publicações nacionais na área pode ser atribuída a limitações metodológicas nos estudos existentes e a falta de padronização nos instrumentos utilizados para mensurar os benefícios da dança sobre a qualidade de vida. Além disso, alguns dos estudos analisados nesta revisão destacam a necessidade de futuras investigações que explorem intervenções de longo prazo, com amostras mais representativas e metodologias mais consistentes (Withers *et al*., 2019; Kouchi *et al*., 2024).

Diante disso, esta revisão busca responder à seguinte questão: como a prática da dança influencia a qualidade de vida de crianças típicas e atípicas?

# 2 OBJETIVOS

## 2.1 OBJETIVO GERAL

Sintetizar os achados sobre a influência da dança na qualidade de vida de crianças, tanto típicas quanto atípicas

## 2.2 Objetivos específicos

- Descrever características metodológicas dos estudos incluídos.
- Descrever os principais benefícios físicos, emocionais, sociais e funcionais da dança.
- Identificar os estilos de dança aplicados nas intervenções e os contextos em que foram utilizados (escolar, terapêutico, clínico etc.).

# 3 METODOLOGIA

## 3.1 Tipo de estudo

Trata-se de uma revisão sistematizada, a qual adere algumas das características da revisão sistemática, porém com flexibilização quanto a rigorosidade nas etapas de realização, com isso ela torna-se bastante usada em trabalhos acadêmicos de conclusão de graduação (Grant; Booth, 2009).

Para uma melhor organização das etapas da revisão, foram utilizados alguns itens do protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), conforme a tradução para o português apresentada por Galvão, Pansani e Harrad (2015), disponível no Anexo A. Dentre os itens aplicados, destacam-se:

- definição clara dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos;
- processo sistematizado de seleção dos estudos.
- apresentação do fluxograma PRISMA, ilustrando o processo de seleção dos estudos.

## 3.2 Critérios de elegibilidade

Como critérios de inclusão para a revisão foram definidos: estudos que abordassem a temática, abrangendo as variáveis independente e dependente, e a população, sendo elas: dança (como principal intervenção), qualidade de vida e crianças, respectivamente. Para a população, consideram-se crianças com faixa etária entre 2 e 12 anos, conforme definição do MeSH, incluindo a fase pré-escolar (2 a 5 anos) e a infância propriamente dita (6 a 12 anos).

Por outro lado, foram excluídos os estudos que se tratassem de revisões, visando utilizar apenas pesquisas originais, assim como aqueles cujo texto completo não estivesse disponível para acesso.

## 3.3 Estratégia de busca

As buscas (Apêndice A) foram realizadas exclusivamente na base de dados da PubMed. Para a seleção dos descritores, foram utilizados o *Medical Subject*

*Headings* (MeSH) e os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram utilizadas combinações entres os descritores principais e alternativos referente às variáveis independente e dependente, e da população. A busca foi realizada utilizando descritores apenas em língua inglesa: *dancing*, *life quality* e *children*. Na combinação dos descritores de cada grupo, foi utilizado o operador *booleano* “OR” e para a combinação entre os grupos foi utilizado o operador “AND”.

## 3.4 Seleção de estudos

Após as pesquisas na PubMed, os artigos foram organizados utilizando o software Mendeley, onde foi realizada a verificação de duplicatas, resultando na exclusão de estudos repetidos. Também foi realizada a verificação manual dos títulos dos artigos para garantir que todas as duplicatas fossem removidas e também aqueles os quais seus títulos não fossem de acordo com o desejado para a revisão. Após essa triagem, os artigos restantes seguiram para a leitura dos resumos e aqueles que não atendiam aos critérios de elegibilidade foram descartados. Após essa triagem inicial, foi realizada à leitura integral dos textos elegíveis. Apenas os estudos que abordavam as variáveis e população de acordo com a temática foram considerados para inclusão na revisão.

## 3.5 Síntese e análise dos dados

Todas as etapas para a construção da revisão, especificamente a extração de dados, gerenciamento e síntese dos resultados, foram realizadas por apenas um revisor. As informações extraídas dos estudos selecionados foram organizadas em tabelas, contendo os seguintes elementos: autor e ano, local de realização, tipo de estudo, tamanho da amostra, instrumentos utilizados,  e os resultados principais.

## 4 SÍNTESE DOS ACHADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo buscou sintetizar os estudos que analisaram a influência da dança na qualidade de vida de crianças, sendo elas tanto típicas quanto atípicas.

Com a busca realizada na base de dados da PubMed foram obtidos 80 artigos. Após a análise dos títulos, 68 estudos foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão. Em seguida, após revisão dos resumos, mais 4 artigos foram descartados por não apresentarem uma relação direta com a temática da pesquisa, restando assim, 8 artigos selecionados para leitura na íntegra. Desses 8 artigos, 4 foram excluídos: 3 por se tratar de revisões e 1 por indisponibilidade de acesso ao texto completo. Com isso, 4 estudos foram incluídos na análise final, conforme demonstrado no fluxograma de seleção apresentado na Figura 1.

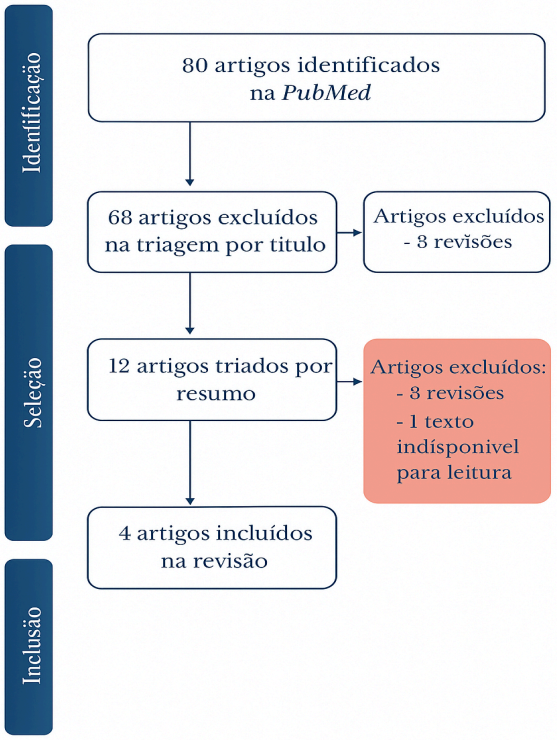


Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos

A Tabela 1 apresenta algumas informações acerca das características metodológicas dos estudos incluídos. Observa-se que os estudos abrangem diferentes realidades culturais e contextos sociais, envolvendo tanto crianças típicas quanto atípicas, o que amplia ainda mais a compreensão sobre a temática.

Nesses diferentes contextos, a dança se manifesta com distintas finalidades e abordagens. No estudo de Kouchi *et al.* (2024), a dança foi utilizada como uma estratégia terapêutica com foco na saúde postural, demonstrando seus benefícios físicos. Em contrapartida, Moula *et al.* (2022), a dança foi utilizada com crianças com dificuldades emocionais, explorando sua dimensão emocional. Já Adorno *et al.* (2021) propuseram a dança para crianças com Síndrome de Down e Transtorno do Espectro Autista, destacando aspectos relacionados à socialização, coordenação e desenvolvimento global. E Withers *et al.* (2019) enfatizaram ganhos tanto na funcionalidade motora quanto na autoestima.

Tabela 1 – Características dos estudos incluídos.

| **Autor (ano)** | **País** | **n** | **Faixa etária** | **Amostra** |
|---|---|---|---|---|
| Kouchi et al. (2024) | Irã | 60 crianças | 10 a 12 anos | Crianças típicas com hipercifose |
| Moula et al. (2022) | Reino Unido | 16 crianças | 7 a 9 anos | Crianças com dificuldades emocionais |
| Adorno et al. (2021) | Brasil | 10 crianças | 3 a 12 anos | Crianças com SD e TEA |
| Withers et al. (2019) | Brasil | 18 crianças | 6 a 12 anos | Crianças com PC |

**Legenda**: SD – Síndrome de Down; TEA – Transtorno do Espectro Autista; PC – Paralisia Cerebral.

Em relação às intervenções utilizadas em cada um dos estudos, foi observado uma diversidade nos tipos de dança utilizados, assim como nas durações e frequências dos programas (Tabela 2). Destaca-se o potencial da dança como um recurso terapêutico adaptável a diferentes contextos e necessidades (Kouchi *et al*., 2024; Moula *et al.*, 2022; Adorno *et al*., 2021; Withers *et al.*, 2019).

Tabela 2 - Intervenções com dança aplicadas nos estudos.

| Autor (ano) | Tipo e abordagem | Duração | Frequência | Grupo Controle |
|---|---|---|---|---|
| Kouchi et al. (2024) | Dança corretiva | 8 semanas | 3x por semana | Sim |
| Moula et al. (2022) | Dança com psicoterapia do movimento | 8 semanas | 1x por semana | Sim |
| Adorno et al. (2021) | Dança livre adaptada | 8 semanas | 2x por semana | Não informado |
| Withers et al. (2019) | Dança hip-hop Adaptada | 12 semanas | Variável | Sim |

Os instrumentos utilizados para avaliar diferiram entre eles. Conforme observado na Tabela 3, os principais instrumentos empregados em cada estudo, variam entre testes físicos e questionários psicossociais, permitindo uma análise mais ampla dos impactos da dança.

Essa diversidade se justifica pela variabilidade da dança, que atua tanto no desenvolvimento físico quanto no cognitivo das crianças. Kouchi *et al.* (2024), por exemplo, destacam que a dança corretiva pode melhorar a postura, coordenação motora e força muscular em crianças com hipercifose. Por outro lado, Moula *et al.* (2022) apontam que a dança juntamente a psicoterapia do movimento promove benefícios relacionados à regulação emocional, atenção e memória, aspectos essenciais para o funcionamento cognitivo. Assim, a utilização de instrumentos variados é fundamental para capturar essas múltiplas dimensões do impacto da dança.

Tabela 3 – Instrumentos de avaliação utilizados nos estudos.

| Autor (ano) | Instrumento | Desfecho | Principais resultados |
|---|---|---|---|
| Kouchi et al. (2024) | Flexicurva, LSST, Espirometria, OHQ. | Postura, função respiratória, | Melhora significativa em todos os aspectos. |

felicidade.

Tabela 3 – Instrumentos de avaliação utilizados nos estudos (continuação).

| Autor (ano) | Instrumento | Desfecho | Principais resultados |
|---|---|---|---|
| Moula et al. (2022) | CORS, SDQ, FitBit EQ-5D-Y, entrevistas. | Bem-estar; sono, comportamento. | Melhora emocional; QV geral inalterada. |
| Adorno et al. (2021) | PEDI, questionário de QV. | Função física, saúde mental, vitalidade. | Melhora em todos os domínios avaliados |
| Withers et al. (2019) | PODCI, CBCL | Mobilidade, função física, aspectos emocionais e sociais. | Melhoras físicas e sociais observadas |

**Legenda:** QV – Qualidade de vida; LSST - Lateral Step-Up Test; OHQ - Oxford Happiness Questionnaire; CORS - Child Outcome Rating Scale; SDQ - Strengths and Difficulties Questionnaire; EQ-5D-Y - EuroQol 5-Dimensions Youth version; PEDI - Pediatric Evaluation of Disability Inventory; PODCI - Pediatric Outcomes Data Collection Instrument; CBCL - Child Behavior Checklist.

Após a leitura dos estudos incluídos, foi possível agrupar os seus resultados com base nas dimensões da qualidade de vida propostas por Nahas (2017), que incluem aspectos físicos, emocionais, sociais e funcionais.

Na dimensão física, Kouchi *et al*. (2024), como já citado anteriormente, foi possível observar uma melhora significativa na postura, na posição escapular e na função respiratória após a intervenção com dança corretiva, onde mostrou que a dança pode fortalecer a dimensão física da qualidade de vida, atuando diretamente na funcionalidade corporal (Kouchi *et al*., 2024).

De forma semelhante à Kouchi *et al*. (2024), Withers *et al.* (2019) relataram avanços na mobilidade e função física em crianças com paralisia cerebral após o programa adaptado de dança hip-hop. Além disso, a meta-análise recente conduzida por Duarte Machado *et a*l. (2023) demonstrou que a dança proporciona melhorias significativas na função motora e equilíbrio em crianças com paralisia cerebral.

Já na dimensão emocional, Moula *et al.* (2022) utilizaram uma abordagem que combinava dança e psicoterapia do movimento com crianças atípicas. Embora o estudo não tenha demonstrado mudanças significativas na qualidade de vida de forma global, os participantes relataram uma redução importante nos sintomas emocionais negativos, além de melhorias na qualidade do sono e no bem-estar

geral, aspectos os quais estão alinhados com a compreensão de Nahas (2017, p. 17), onde “qualidade de vida envolve bem-estar, felicidade, sonhos, dignidade, trabalho e cidadania”. Ainda nesta dimensão, observa-se que ao aplicarem uma intervenção de oito semanas com crianças com Síndrome de Down e Autismo, Passos *et al.* (2021), observaram ganhos em vitalidade e saúde mental, ressaltando a dança como uma promotora de estados emocionais mais positivos.

No que diz respeito à dimensão social, Withers *et al*. (2019) relata um aumento na competência social de crianças e adolescentes com paralisia cerebral, evidenciando que a prática coletiva da dança pode tanto promover a inclusão, quanto fortalecer os vínculos sociais. De forma semelhante, Moula *et al.* (2022) descreveram melhorias nas relações das crianças com seus colegas e professores, reforçando assim o papel da dança na construção de ambientes mais acolhedores e integradores.

Em relação às duas dimensões anteriores, Teixeira-Machado *et al*. (2022) observaram que a prática regular da dança resultou em ganhos significativos tanto na cognição social quanto na comunicação em crianças e adolescentes com TEA. Chen e colaboradores. (2022), por meio de uma revisão sistemática com meta-análise, também identificaram que intervenções com dança promoveram melhorias expressivas na interação social e na redução de sintomas negativos do transtorno. O estudo realizado por DeJesus *et al.* (2020) destaca que a dança favorece o desenvolvimento da empatia, da consciência corporal e da reciprocidade, elementos que influenciam diretamente tanto o bem-estar emocional quanto a qualidade das relações interpessoais.

No que se refere à  Dimensão Funcional, Adorno *et al.* (2021) destacam avanços significativos na autonomia de crianças com deficiência, incluindo melhorias na realização de atividades do cotidiano. Esses resultados apontam que a dança além de uma forma de expressão artística, pode ser vista como uma prática estratégica concreta para o desenvolvimento funcional e a promoção de maior independência no cotidiano infantil.

Rosário *et al.* (2024), observaram melhoras significativas no desempenho de crianças com TEA em atividades de vida diária (AVDs) após sessões de dança terapêutica, mesmo sem efeitos consistentes em outros domínios funcionais. A

referida intervenção foi elaborada com foco em movimentos aplicáveis à rotina das crianças, reforçando o potencial da dança como estratégia terapêutica funcional e adaptada às necessidades desse público. Esses estudos mostram que, ainda que o número de sessões e o tamanho amostral tenham sido pequenos, a dança também mostra-se uma prática promissora na promoção de autonomia e funcionalidade em crianças atípicas.

Apesar das diferentes abordagens e métodos utilizados nos estudos incluídos nesta revisão, os resultados apontam para um consenso: a dança desempenha um papel fundamental na melhora da qualidade de vida das crianças. Seja através do desenvolvimento motor, do fortalecimento emocional, da promoção da sociabilidade ou do aumento da autonomia delas. Além disso, considerando a visão de qualidade de vida apresentada por Nahas (2017), ficou claro que os benefícios oferecidos contemplam diferentes dimensões da saúde, inclusive aspectos como dignidade, bem-estar e cidadania. Esses achados reforçam a importância da dança como uma prática educativa e terapêutica para o público infantil.

A presente revisão possui, algumas limitações, como a inclusão de estudos com amostras reduzidas, ausência de grupos controle em alguns estudos e baixa padronização dos instrumentos de avaliação utilizados, porém levando em consideração que as buscas foram realizadas em apenas uma base de dados.

Em contrapartida, o presente estudo possui potencialidades como: a ampliação da compreensão, por parte dos profissionais da Educação Física, saúde e educação, sobre o potencial da dança como prática integradora e promotora de qualidade de vida e a identificação da notória falta de pesquisas que se tratem de intervenções prolongadas e com acompanhamento longitudinal, especialmente em crianças com desenvolvimento atípico, o que se apresenta como uma lacuna importante a ser preenchida por futuras investigações.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados demonstraram resultados positivos sobre a dança e sua influência em diferentes dimensões da qualidade de vida, como aspectos físicos, emocionais e sociais, o que reforça a sua força como ferramenta terapêutica, educativa e promotora de saúde, visto que a dança mostra-se não apenas como expressão artística, mas como um caminho para o bem-estar e o desenvolvimento global das crianças.

Considerando os desafios enfrentados por crianças atípicas e as barreiras ainda presentes em muitos contextos, tanto clínicos quanto educacionais, a adoção de práticas como a dança pode representar uma estratégia acessível e humanizada, com impactos positivos e duradouros.

Espera-se que os achados aqui apresentados possam incentivar a realização de novos estudos com amostras mais amplas, utilizando metodologias mais estruturadas, como ensaios clínicos randomizados, estudos longitudinais e pesquisas de métodos mistos, bem como protocolos padronizados de intervenção e uso de instrumentos validados para avaliação da qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

ADORNO, E. T. et al. Dance, functioning and quality of life in children with Down syndrome and autism spectrum disorder dance, functioning and quality of life in Down syndrome and autism spectrum disorder. **Clinical Child Psychology and Psychiatry**, v. 27, n. 4, p. 135910452110617, 29 dez. 2021.

CHEN, T. et al. Dance intervention for negative symptoms in individuals with autism spectrum disorder: A systematic review and meta-analysis. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v. 47, p. 101565, fev. 2022.

DEJESUS, B. M. et al. Incorporation of dance practice into the lifestyle of people with disabilities and its impact on quality of life over time. ***Physical Medicine & Rehabilitation International***, v. 8, n. 2, art. 1178, 2021.

DOS ANJOS, I. DE V. C; FERRARO, A. A. The influence of educational dance on the motor development of children. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 3, p. 337-344, 2018.

DEJESUS, B. M. et al. Dance promotes positive benefits for negative symptoms in autism spectrum disorder (ASD): A systematic review. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 49, p. 102299, mar. 2020.

DIANE E. PAPALIA & RUTH DUSKIN FELDMAN. **Desenvolvimento Humano 12a Ed**. [s.l: s.n.].

DUARTE MACHADO, E. et al. The efficacy of dance interventions for the activity and participation of individuals with cerebral palsy – a systematic review and meta-analysis. **Disability and Rehabilitation**, v. 46, n. 8, p. 1–17, 25 abr. 2023.

FLECK, M. P. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. **Revista de Saúde Pública**, v. 34, n. 2, p. 178–183, abr. 2000.

HALLAL, P. C. et al. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The Lancet**, v. 380, n. 9838, p. 247–257, jul. 2012.

KOCH, S. C. et al. Effects of Dance Movement Therapy and Dance on Health-Related Psychological Outcomes. A Meta-Analysis Update. **Frontiers in Psychology**, v. 10, n. 1806, 20 ago. 2019.

KOCH, S. C. et al. Fixing the mirrors: A feasibility study of the effects of dance movement therapy on young adults with autism spectrum disorder. **Autism**, v. 19, n. 3, p. 338–350, 24 fev. 2014.

KOUCHI, D. et al. Effects of an 8-Week Corrective Dance Exercises Intervention on Thoracic Hyperkyphosis, Scapular Position, Respiratory Function, and Happiness in Girls Aged 10–12 Years. **Pediatric Exercise Science**, p. 1–8, 2024.

MOULA, Z. et al. Feasibility, acceptability, and effectiveness of school-based dance movement psychotherapy for children with emotional and behavioral difficulties. **Frontiers in Psychology**, v. 13, 22 ago. 2022.

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.

PARIS, Jennifer; RICARDO, Antoinette; RYMOND, Dawn. *Child Growth and Development*. Version 1.2. College of the Canyons, 2019

PIEK, J. P. et al. Motor Coordination and Social–Emotional Behaviour in Preschool‐aged Children. **International Journal of Disability, Development and Education,** v. 55, n. 2, p. 143–151, 7 maio 2008.

ROSÁRIO, L. M. R. et al. Effects of dance therapy on functionality and autonomy in activities of daily life of children with autism spectrum disorder. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 28, p. 100852, 21 mar. 2024.

RIBEIRO, M. E. L. et al. Impactos e benefícios da dança no desenvolvimento cognitivo, físico e emocional em crianças de 4 a 12 anos: uma revisão bibliográfica. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 8, n. 18, p. e082067–e082067, 12 maio 2025

TEIXEIRA-MACHADO, L. et al. A pilot randomized controlled clinical trial of dance practice for functionality in autistic children and adolescents with all levels of need support. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v. 49, p. 101650, nov. 2022.

WITHERS, J. W.; MUZZOLON, S. B.; ZONTA, M. B. Influence of adapted hip-hop dancing on quality of life and social participation among children/adolescents with cerebral palsy. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, v. 77, n. 10, p. 712–722, out. 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age**. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>.

# APÊNDICES

## APÊNDICE A - ESTRATÉGIA DE BUSCA

| **PubMed**- Estudos publicados até o maio de 2025 | | | |
|---|---|---|---|
| | *Database* | PubMed (incluindo Medline) | Número de documentos encontrados |
| | Descriptors/keywords | | |
| 1# | TÍTULO INGLÊS Search: ((((((((((Dancing) OR (Dance)) OR (Ballet)) OR ("Dance, Jazz")) OR ("Dance, Modern")) OR ("Dance, Tap")) OR ("Hip Hop Dance")) OR ("Dancing, Salsa")) OR ("Hip-Hop Dance")) OR ("Jazz Dance")) OR ("Modern Dance")) OR ("Salsa Dancing")) OR ("Square Dance")) OR ("Tap Dance") | | 13.384 |
| 2# | TÍTULO INGLÊS Search: ((((("Meaning in Life") OR ("Life Quality")) OR (HRQOL)) OR ("Health-Related Quality of Life")) OR ("Health Related Quality of Life") | | 652.289 |
| 3# | TÍTULO INGLÊS Search: (Child) OR (Children) | | 3.428.565 |
| 4# | (1# AND 2# AND 3#) | | 80 |

# ANEXOS

**ANEXO A** - Principais itens para relatar revisões sistemáticas e meta-análise: a recomendação PRISMA

| Seção/tópico | N. | Item do *checklist* | Relatado na página nº |
|---|---|---|---|
| **TÍTULO** | | | |
| Título | 1 | Identifique o artigo como uma revisão sistemática, meta-análise, ou ambos. | |
| **RESUMO** | | | |
| Resumo estruturado | 2 | Apresente um resumo estruturado incluindo, se aplicável: referencial teórico; objetivos; fonte de dados; critérios de elegibilidade; participantes e intervenções; avaliação do estudo e síntese dos métodos; resultados; limitações; conclusões e implicações dos achados principais; número de registro da revisão sistemática. | |
| **INTRODUÇÃO** | | | |
| Racional | 3 | Descreva a justificativa da revisão no contexto do que já é conhecido. | |
| Objetivos | 4 | Apresente uma afirmação explícita sobre as questões abordadas com referência a participantes, intervenções, comparações, resultados e delineamento dos estudos (PICOS). | |
| **MÉTODOS** | | | |
| Protocolo e registo | 5 | Indique se existe um protocolo de revisão, se e onde pode ser acessado (ex. endereço eletrônico), e, se disponível, forneça informações sobre o registro da revisão, incluindo o número de registro. | |
| Critérios de elegibilidade | 6 | Especifique características do estudo (ex.: PICOS, extensão do seguimento) e características dos relatos (ex. anos considerados, idioma, a situação da publicação) usadas como critérios de elegibilidade, apresentando justificativa. | |
| Fontes de informação | 7 | Descreva todas as fontes de informação na busca (ex.: base de dados com datas de cobertura, contato com autores para identificação de estudos adicionais) e data da última busca. | |
| Busca | 8 | Apresente a estratégia completa de busca eletrônica para pelo menos uma base de dados, incluindo os limites utilizados, de forma que possa ser repetida. | |
| Seleção dos estudos | 9 | Apresente o processo de seleção dos estudos (isto é, rastreados, elegíveis, incluídos na revisão sistemática, e, se aplicável, incluídos na meta-análise). | |
| Processo de coleta de dados | 10 | Descreva o método de extração de dados dos artigos (ex.: formulários piloto, de forma independente, em duplicata) e todos os processos para obtenção e confirmação de dados dos pesquisadores. | |
| Lista dos dados | 11 | Liste e defina todas as variáveis obtidas dos dados (ex.: PICOS, fontes de financiamento) e quaisquer suposições ou simplificações realizadas. | |
| Risco de viés em cada estudo | 12 | Descreva os métodos usados para avaliar o risco de viés em cada estudo (incluindo a especificação se foi feito no nível dos estudos ou dos resultados), e como esta informação foi usada na análise de dados. | |
| Medidas de sumarização | 13 | Defina as principais medidas de sumarização dos resultados (ex.: risco relativo, diferença média). | |
| Síntese dos resultados | 14 | Descreva os métodos de análise dos dados e combinação de resultados dos estudos, se realizados, incluindo medidas de consistência (por exemplo, $I^2$) para cada meta-análise. | |
| Risco de viés entre estudos | 15 | Especifique qualquer avaliação do risco de viés que possa influenciar a evidência cumulativa (ex.: viés de publicação, relato seletivo nos estudos). | |
| Análises adicionais | 16 | Descreva métodos de análise adicional (ex.: análise de sensibilidade ou análise de subgrupos, metarregressão), se realizados, indicando quais foram pré-especificados. | |

Fonte:(GALVÃO; PANSANI; HARRAD, 2015)

**ANEXO B** - Termo de compromisso de orientação

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**
**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
**COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA OU BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

## Termo de Compromisso de Orientação

**Eu, Letícia Vitória Rodrigues da Silva, matrícula nº 20210037979, aluna do Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Pernambuco, inscrito no CPF [redacted] e RG [redacted], informo que a Professora Thais Maria da Silva, SIAPE 3459203, Lotado no Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco, será a minha orientadora de Trabalho de Conclusão de Curso. Assumo estar ciente do meu compromisso e de todas as normas de construção, acompanhamento, apresentação e entrega do artigo (original ou revisão) e/ou monografia.**

**Recife, 19 de maio de 2025.**

gov.br Documento assinado digitalmente
THAIS MARIA DA SILVA
Data: 19/05/2025 18:33:15-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

gov.br Documento assinado digitalmente
LETICIA VITORIA RODRIGUES DA SILVA
Data: 19/05/2025 11:15:36-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

**Assinatura da Orientadora** | **Assinatura da Orientanda**

**ANEXO C** - Formulário de Orientação

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**
**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**
**COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**
**Formulário de Orientação**

**DADOS DO(A) ORIENTADOR(A)**

**NOME:** Thais Maria da Silva **SIAPE:** 3459203

**IES:** Universidade Federal de Pernambuco **DEPARTAMENTO:** Educação Física

**SEMESTRE:** 2025.1 **PERÍODO:** 05/05/2025 a 16/08/2025

**DADOS DO(A) ORIENTANDO(A)**

**NOME:** Letícia Vitória Rodrigues da Silva

**TÍTULO:** INFLUÊNCIA DA DANÇA NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS TÍPICAS E ATÍPICAS: UMA REVISÃO SISTEMATIZADA

| DATA | ORIENTAÇÃO | ASSINATURA |
|---|---|---|
| 28/04/2025 | Primeiro encontro para discutir sobre o tema escolhido e escolher o tipo de revisão a ser feito | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:26:02-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 13/05/2025 | Encontro sobre seleção de descritores | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:27:11-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 16/05/2025 | Encontro para falar sobre os descritores escolhidos e a estratégia de busca | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:28:31-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 20/05/2025 | Encontro sobre o PRISMA P | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:29:27-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 30/05/2025 | Encontro para decidir dias dos próximos encontros e etapas a serem concluídas | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:30:18-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 04/06/2025 | Encontro para analisar como o trabalho está fluindo e solicitar novas etapas | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:31:30-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 11/06/2025 | Encontro para auxílio na seleção dos artigos para leitura na íntegra | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:32:24-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 17/06/2025 | Encontro para discutir sobre os artigos lidos | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 30/06/2025 16:33:29-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 09/07/2025 | Encontro para correções e feedbacks | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 24/07/2025 16:41:30-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |
| 17/07/2025 | Encontro para correções finais | Documento assinado digitalmente gov.br THAIS MARIA DA SILVA Data: 24/07/2025 16:53:09-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br |