



RAPSEMBU DAS ARTES

## Oficina: "Dança com a vida"



Bianca Buzaneli

Cidade de  
**Embu**  
das Artes



SECRETARIA  
DE SAÚDE

# DANÇA COM A VIDA

Observando o perfil de nossos usuários da rede no quesito de saúde mental foi percebida uma grande dificuldade dos usuários em realizar atividades no seu dia a dia que lhe proporcionam lazer e diversão, que nesse caso é considerado um dos pilares para ter saúde mental e qualidade de vida, quando não ocorre esse processo o quadro mental que este apresenta é depreciado ainda mais e tentamos reverter no momento em que o usuário começa a participar dos projetos e serviços oferecidos pela rede.

Criado em 05/2024 para ser realizado em um baile no CAPS AD durante a campanha da luta antimanicomial, nos motivamos a criar uma oficina onde os usuários poderiam se movimentar a fim de promover cuidado e lazer na mesma atividade.

A oficina de dança consiste em ensinar a base dos ritmos forró e sertanejo em pares, trocando de par a cada movimento, sendo necessária a estimulação de interação social durante o processo, a atividade é realizada em festejos, eventos e locais de parceria quando solicitado como CAPS AD, CAPS adulto, CAPS IJ e centros culturais da região, normalmente em locais acessíveis que possuem bastante espaço. O material utilizado para essa oficina é uma caixa de som e as músicas selecionadas, não há necessidade de roupas específicas ou outros objetos.

Feita para o público em geral, crianças, adolescentes, adultos e idosos, com adequações de ritmos para que todos possam participar.

Observamos durante o processo uma aderência dos usuários na oficina promovendo bem estar e harmonia, com a interação social elevando a possibilidade de melhora no processo saúde/doença dos usuários da rede, também há participação dos outros profissionais da rede em que aprendem a atividade e auxiliam no momento de interação, impactando em nossa prática com o vínculo dos usuários aos serviços e profissionais.

É notável a forma que os usuários se comportam durante a atividade sendo divertidos para eles participarem desse processo, e poder oferecer esse tipo de serviço em que engloba diversos benefícios para melhora do quadro ansioso ou depressivo também nos faz perceber que o cuidado no lazer é tão produtivo e terapêutico como em processos convencionais, tendo em vista que como profissionais da rede, podemos contribuir com um objetivo de alcançar melhores resultados nos tratamentos ofertados.