

DANÇA E AUTOCONHECIMENTO: UMA REVISÃO DE LITERATURA INTEGRATIVA

Aide Esmeralda López Olivares¹
Cezar Luis Seibt²

Resumo: O artigo discute a possibilidade de um conhecimento que resulte da experiência do dançar. Propõe que há um conhecimento que é produzido pela experiência da arte que, embora não assumido pela epistemologia moderna, tem sua legitimidade. Para tanto, realizou-se uma revisão de literatura visando identificar, na produção científica entre os anos de 2010 e 2020, textos que relacionassem de alguma forma a dança e o autoconhecimento. Das 28 produções encontradas, resultaram 10 que atendiam aos critérios de seleção. A área da saúde sobressai em termos de quantidade de publicações na medida em que posiciona a dança como ferramenta de apoio para o bem-estar. Constatou-se que a dança é mormente relacionada a uma técnica e/ou estilo. Quanto ao autoconhecimento, foram encontradas diversas referências nos escritos, mas em geral como falas dos entrevistados nas pesquisas. Isso aponta para o potencial presente na investigação da relação da dança e do corpo com o autoconhecimento e para o desafio de avançar nas investigações nesse campo.

Palavras-chave: Dança; Autoconhecimento; Arte; Corpo.

DANCE AND SELF-KNOWLEDGE: A REVIEW OF INTEGRATIVE LITERATURE

Abstract: The article discusses the possibility of knowledge resulting from the experience of dancing. It proposes that there is a knowledge that is produced by the experience of art that, although not assumed by modern epistemology, has its legitimacy. To this end, a literature review was carried out in order to identify, in the scientific production between the years 2010 and 2020, texts that somehow related dance and self-knowledge. Of the 28 productions found, 10 met the selection criteria. The health area stands out in terms of the number of publications as it positions dance as a support tool for well-being. It was found that dance is mainly related to a technique and/or style. As for self-knowledge, several references were found in the writings, but in general as statements by

1 Mestre em Arte (PPG-Artes – UFPA) e doutora em Psicologia (PPGP - UFPA). E-mail: danzka@hotmail.com

2 Doutor em Filosofia (PUCRS). Docente da Graduação e Pós-Graduação da UFPA. E-mail: celuse@ufpa.br

respondents in the surveys. This points to the potential present in the investigation of the relationship between dance and the body and self-knowledge and to the challenge of advancing in investigations in this field.

Keywords: Dance; Self knowledge; Art; Body.

1 INTRODUÇÃO

Dentre as diferentes manifestações humanas, as artes, nas suas diversas formas (dança, música, artes visuais, teatro, literatura, cinema, circo e demais híbridos), são fenômenos que competem especificamente à existência humana; são formas de estar no mundo e de expressar a relação consigo mesmo, com os outros, com as coisas e acontecimentos em sua dimensão não puramente lógica e técnica.

A arte, ou então a expressão humana através da arte, acompanhou o ser humano desde os seus primórdios. As tentativas de compreender e explicar esse comportamento artístico a partir de diversos pontos de vista racionais, no entanto, é mais recente. E parece que quanto mais se avança no discurso teórico, menos valor as expressões artísticas adquirem no âmbito do conhecimento. Na medida em que a verdade começa a ficar mais atrelada às prerrogativas de métodos e pressupostos empírico-matemáticos, a experiência oriunda da vivência artística fica relegada ao subjetivo e incerto. O conhecimento correto e certo é, a partir da modernidade, aquele que resulta da mediação do método. O imediato da vivência adquire estatuto de menoridade.

Entretanto, há também crescentes reivindicações que exigem o reconhecimento da legitimidade das vivências pessoais e singulares, entre as quais estão as vivências artísticas e, no nosso caso específico, a vivência da dança como experiência autêntica de si mesmo e que contribui para o autoconhecimento. Hans-Georg Gadamer (1900-2002) enobrece a arte como caminho possível para o encontro do ser humano consigo mesmo. Escreve ele:

Dentre todas as coisas que vêm ao nosso encontro na natureza e na história, porém, a arte [...] é aquilo que nos fala da maneira mais imediata e inspira uma familiaridade enigmática que mobiliza todo o nosso ser – como se não houvesse aí nenhuma distância e todo encontro com uma obra de arte significasse um encontro com nós mesmos! (GADAMER, 2010, p. 1).

Para ele, também Hegel “incluiu a arte entre as figuras do espírito absoluto, isto é, [...] viu na arte uma forma de autoconhecimento do espírito” (2010, p. 01). Nesse sentido, Gadamer busca uma fundamentação para as ciências do espírito, mormente da história, da linguagem e da arte, que não fique atrelada e limitada aos princípios lógico-matemáticos e à metodologia da ciência positiva. Propõe que na imediatidade da experiência com a arte, na familiaridade das vivências subjetivas, há a possibilidade de um encontro consigo mesmo, que não é mediado por explicações e métodos. A polaridade entre familiaridade e estranheza da experiência falam, numa linguagem inaudita e inaugural, tanto do experimentado como do experimentador, ambos envolvidos num contexto compreensivo geral e prévio. A vivência da arte (da dança no caso presente) pode, pressupomos, contribuir na

ampliação do conhecimento de si dos envolvidos na experiência. Ou seja, uma percepção e experiência de si mais aguçada e atenta aos fenômenos vividos por quem dança, podem contribuir para o autoconhecimento.

Shirley Rodrigues³ (2014) sinaliza que o estudo sobre o conhecimento que a dança produz tem tido espaço na Europa, especificamente na Alemanha, a partir do século XX. A autora, dialogando com estudos de Huschka & Böhme, expõe que a dança era utilizada nas culturas antigas em rituais religiosos para contatar as divindades, o que implica a incorporação de um conhecimento que participa do ato de dançar. Com o passar do tempo, esse conhecimento incorporado deixou de ser relacionado a questões divinas e foi trazido para a dimensão da cultura e vivência humanas no mundo comum. Nesta nova perspectiva, o corpo começa a ter maior importância.

Com base no pensamento de Huschka & Böhme, Rodrigues (2014) indica que o ser humano possui um saber corpóreo, que pode ser adquirido de maneira explícita ou implícita. Explica que o saber corpóreo explícito se transmite durante as cerimônias religiosas e pelas festividades sociais do povo, incluindo a música, as danças, as brincadeiras, as coreografias, a imitação e a explicação oral. Já o saber corpóreo implícito é um saber que se produz em si mesmo e de si mesmo, resultando das atividades de autocuidado, dos movimentos de deslocamento, entre outras coisas.

Rodrigues destaca que o saber corpóreo implícito também se caracteriza por gerar “[...] processos de conscientização, sensibilização e reflexão individual do próprio corpo” (2014, p.149). Na perspectiva da pesquisadora, as imagens corporais são um modo de produzir e transmitir conhecimento. Isso, no entanto, é um tanto problemático no ambiente ocidental, onde o conhecimento verdadeiro, aceitável e comprovado é gerado num ambiente teórico marcado pelas dicotomias e dualismos, tais como entre o corpo e a mente, entre sujeito e objeto, distanciados um do outro. Pompeia nota que

[...] o modo dualista de pensar, que separa algo interno, a mente, e a realidade externa, não é uma questão de ordem abstrata de interesse apenas dos filósofos. Importa-nos saber que é esse o pressuposto subjacente ao pensamento moderno, que serviu de base para fundamentar as nossas ciências, mesmo as ciências humanas incluindo aí a psicologia. (2011, p. 76).

Nesse pensamento dualista, ao cindir o interior do exterior, também se realizou uma divisão entre o teórico e o empírico, entre as ciências naturais e as ciências sociais e humanas. Conforme Pompeia (2011), os modos de cuidado e de tratamento físico e psicológico têm sido realizados e entendidos dentro do horizonte

3 Shirley Rodrigues é mestra em Filosofia pela TU-Berlim. Professora, performance e pesquisadora de dança afro-brasileira. As pesquisas que Rodrigues desenvolve no que se refere ao conhecimento pela dança é, para os pesquisadores da América Latina, uma porta de acesso aos estudos produzidos sobretudo na Alemanha. Além do seu trabalho de investigação intercultural, a autora ocupa-se também com a tradução de trabalhos para o português.

dualista. Neste caso, as questões de índole interna, consideradas subjetivas, passaram a ser objeto de estudo da psicologia, e o corpóreo, de índole externa, passa a ser objeto de estudo e manejo pela medicina, anatomia e biologia. Temos, então, uma compreensão dicotômica que divide o ser humano em partes distintas e que se tornam objeto para ciências distintas.

Considerando esse contexto, é importante e interessante perguntar se e em que sentido a dança, enquanto uma vivência artística que envolve o próprio corpo em movimento, pode ser um caminho para algum tipo de conhecimento, mormente de conhecimento de si por parte de quem pratica a dança.

Nesse sentido, realiza-se a revisão de literatura integrativa, tendo como objetivo identificar a produção científica que relaciona as concepções de dança com a questão do autoconhecimento.

2 MÉTODO

O método utilizado foi a revisão de literatura integrativa. Esse tipo de revisão possibilita o estudo sistemático de manuscritos, tanto teóricos quanto empíricos e mistos (SOUZA *et al.*, 2009), o que é adequado para a temática em questão.

Foram seguidos os passos propostos por Mendes, Silveira e Galvão (2008), os quais propõem seis fases: 1) Identificação do tema ou questão de pesquisa; 2) Busca de literatura nas bases de dados; 3) Definição das informações a serem pesquisadas nos textos selecionados ou categorização; 4) Avaliação dos estudos; 5) Interpretação dos resultados obtidos; 6) Apresentação da síntese do conhecimento encontrado.

Deste modo, na primeira fase delimitaram-se duas perguntas norteadoras para encaminhar a revisão de literatura, a primeira sendo a questão principal: De que maneira as produções científicas dialogam com as concepções de dança e autoconhecimento? E a segunda pergunta: Quais são as propostas de trabalho que conectam a dança e o autoconhecimento?

Na segunda fase, que diz respeito à busca da literatura, primeiramente delimitou-se que o cenário para realizar o levantamento de dados fosse *on-line*. Conforme Dias e da Silva a: “[...] Internet proporciona uma maior interação entre os indivíduos, permitindo que a criação, publicação, distribuição e uso das produções científicas aconteçam de forma integrada, simultânea e independente” (2014, p. 177). Considerou-se também que a coleta no ambiente virtual permitiria ampliar as possibilidades na captação de manuscritos, tanto nacionais quanto internacionais, em diferentes idiomas e de diversas áreas de conhecimento.

Assim, foram eleitas quatro bases de dados para realizar a busca de literatura: a Biblioteca Virtual em Saúde – BVS MS; a SciELO – Scientific Electronic Library Online; o Portal de Periódicos CAPES/MEC; e o portal Dialnet. Como descritores foram selecionadas as palavras “Dança” e “Autoconhecimento”, já que ambas impulsionam o estudo.

Sobre o processo de procura dos dados, as consultas realizaram-se diretamente nos sites oficiais de cada uma das bases. Na utilização dos descritores de ‘Dança e Autoconhecimento’, em alguns casos a resposta era ‘nenhum resultado encontrado’, ou no máximo de 1 a 2 textos. Diante disso, foi necessário utilizar a ferramenta dos operadores booleanos, para ampliar as possibilidades. As diferentes combinações utilizadas foram: SciELO: Dança\$ AND Autoconhecimento; BVS MS: Dança* AND Autoconhecimento*; Portal de Periódicos CAPES: Dança\$ AND Autoconhecimento; Portal Dialnet: Danza\$ AND Autoconocimiento\$.

Quanto ao período de tempo, abarcaram-se textos publicados entre 2010 e 2020, isto porque segundo Sales (2015), a demora na publicação de artigos varia entre um a dois anos e de teses de quatro a cinco anos. Isso permitiu captar estudos em desenvolvimento, finalizados e atuais. Também se determinou que os manuscritos incluídos precisavam ser textos em espanhol e/ou português, desenvolvendo obrigatoriamente a temática de dança.

Dentre os critérios de exclusão estabeleceu-se: manuscritos em outras línguas que não português e espanhol, textos que estavam repetidos na mesma base de dados e/ou em outra das três utilizadas e os manuscritos que abordaram unicamente a concepção de autoconhecimento sem alguma relação com a concepção de dança.

Na fase três, que se refere à definição das informações a serem pesquisadas nos textos, conforme sugerem Mendes, Silveira e Galvão (2008), foi elaborado um instrumento de coleta de dados, que se constituiu de cinco eixos temáticos. O eixo temático 1 traz as “Áreas de conhecimento e temáticas”; o eixo 2 apresenta a “Concepção e implementação da dança”; o terceiro aborda a “Concepção de autoconhecimento”; o eixo temático 4 trata da “Concepção de corpo” e o quinto apresenta os “Aspectos metodológicos dos estudos”.

Na fase quatro, conforme a orientação de Mendes, Silveira e Galvão (2008), foi realizada a leitura e releitura integral dos textos, a coleta das informações de acordo com os descritores.

Na fase cinco procedeu-se uma análise temática e interpretativa. Moreira (2000) orienta que a análise interpretativa é constituída por uma síntese descritiva da informação coletada e uma discussão temática ou categorização conceitual sobre o conteúdo encontrado em relação ao questionamento principal da investigação.

Na última fase descrita por Mendes, Silveira e Galvão (2008) recomenda-se realizar uma síntese das informações pesquisadas, mas neste artigo se considerou viável ficar nas cinco primeiras, de modo a evitar repetição.

3 RESULTADOS

Na busca realizada foram encontradas vinte e oito (28) produções científicas, dentre as quais, a partir dos critérios de inclusão e exclusão, resultaram dez (10) que foram consideradas para a pesquisa.

Quadro 1 – Resultado geral do levantamento de dados.

Item	Base de dados	Textos Encontrados	Textos Excluídos	Textos Incluídos
1	Biblioteca Virtual em Saúde - BVS MS	3	2	1
2	SciELO – Scientific Electronic Library Online	2	1	1
3	Portal de Periódicos CAPES/MEC	18	14	4
4	O portal DIALNET	5	1	4
	TOTAL	28	18	10

Fonte: Elaborado pelos autores.

Nota: No quadro se pode apreciar o total de textos encontrados em cada uma das bases de dados, assim como a quantidade de textos que foram selecionados após da leitura completa dos documentos e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.

Dentre os textos incluídos temos nove (09) artigos e uma tese de doutorado. Quanto ao idioma, dentre as dez (10) produções, seis delas foram escritas em língua portuguesa e quatro (04) em língua espanhola. As demais informações foram organizadas conforme os eixos temáticos abaixo.

a) Eixo temático 1: áreas de conhecimento e temáticas

Dentre as dez (10) produções estudadas, a área da saúde se destacou com seis (06), sendo que um (01) texto foi escrito sob a perspectiva da Educação Física, dois (02) a partir do olhar da Saúde Coletiva, dois (02) da área de Fisioterapia e um (01) proveniente da Psicologia. Os demais quatro (04) textos são provenientes das áreas de História e da Arte, sendo três (03) deles em Arte e mantendo alguma interface com discussões epistemológicas e um (01) na área de História.

Quanto ao conteúdo dos textos, percebeu-se que há uma temática recorrente nos manuscritos, pois oito (08) deles coincidem em investigar e compreender como pessoas que participam em alguma oficina de dança ou prática corporal são afetadas. Os outros dois (02) escritos se ocupam da dança em relação com contextos históricos, políticos, sociais e culturais.

Encontrou-se que em Santos *et al.* (2011) se estudam os efeitos na vida cotidiana dos participantes de uma oficina de Biodança. Arbillaga *et al.* (2018) realiza um estudo que pretende compreender os efeitos da participação de pessoas adultas e idosas em um *workshop* de Dança Folclórica Argentina. Gonzalez *et al.* (2017) estuda a consciência corporal em homens amputados dos membros inferiores, apresentando a dança como proposta inclusiva e de reabilitação. Em Lima *et al.* (2011) se estudam os efeitos terapêuticos em mulheres e homens entre 20 e 50 anos de idade, integrantes do Grupo *Baiadô* da Universidade Federal de Uberlândia. Oliveira (2017) estuda o impacto das práticas corporais em mulheres diagnosticadas com fibromialgia e Galvanese *et al.* (2017), por sua vez, estuda a dinâmica de participação dos usuários da rede pública de atenção à saúde primária

do município de São Paulo no que se refere às práticas corporais. Carvajal (2011) estuda a contribuição das práticas corporais no desenvolvimento da sensibilidade e subjetividade em mulheres instrutoras de um estilo de dança chamado *Samkya*. Em Campos (2016) temos a investigação dos efeitos em dançarinos que se formam dentro da técnica *Contact Improvisation*. Os dois últimos têm a peculiaridade de, embora abranjam os efeitos da dança, focar no estudo específico de profissionais de algum tipo de dança.

Nos outros dois textos, que se ocupam com a dança em outros contextos, o estudo de Agg (2017) analisa a relação entre o riso e a dança num contexto histórico e político e Martins (2013) se ocupa da relação entre a música *hip-hop* e o estilo de dança *break dance*.

b) Eixo temático 2: concepção e implementação da dança

Dentre os 10 manuscritos estudados, identificou-se que cinco (05) deles expõe a concepção de dança a partir da utilização de um estilo ou uma técnica. Na produção de Lima *et al.* (2011), a concepção de dança se encontra relacionada às danças populares brasileiras, sob a denominação de folclore. No artigo de Arbilla *et al.* (2018) aborda-se a concepção de dança a partir da noção de que a dança é uma forma de se relacionar com o entorno, com o outro e uma possibilidade de identificação de si mesmo mediante o corpo e, neste caso, a concepção de dança é construída a partir do estilo de dança folclórica Argentina.

Na tese escrita por Campos (2016), apresenta-se a concepção de dança a partir da técnica *Contact Improvisation*, que é uma prática artística de improvisação baseada na comunicação dos corpos em contato e em movimento. Martins (2013) apresenta uma concepção de dança a partir da relação intrínseca entre as expressões do corpo, a arte e a cultura. O texto aborda um estilo de música urbana denominada *Hip-Hop*, que se constitui por uma espécie de fala rítmica em canto e poesia, originárias do *Rap*, do grafite nas artes visuais, manifestações essas que abrem campo para o estilo de dança *break dance*.

Em Galvanese *et al.* (2017) se apresenta a concepção de dança tendo como referência a questão da prevenção no campo da saúde, e isso ligado às Práticas Corporais e Meditativas utilizadas nas Práticas Integrativas e Complementares (PICS), propostas da Organização Mundial da Saúde (OMS) em correspondência com a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). O destaque é, neste caso, para a dança circular.

Os outros dois (02) textos concebem a dança a partir dos perfis das populações, sendo que Gonzalez *et al.* (2017) enfoca a dança integrada dirigida a pessoas com alguma deficiência. Já Carvajal (2011) se ocupa da dança *Samkya*, que é uma dança dirigida a mulheres que procuram o fortalecimento do poder feminino.

Os outros dois (02) escritos apresentam propostas metodológicas que abordam a dança de maneira geral, isto é, não priorizam alguma técnica ou estilo em dança, nenhum perfil específico de população, porém, se apresentam como metodologias.

Em Santos et al. se define a *Biodança* como “[...] um sistema de integração humana, de renovação orgânica, de reeducação afetiva e de reaprendizagem das funções originais da vida” (2011, p. 3). E em Lima *et al.* (2011), se propõe a Dança-Movimento-Terapia como metodologia que pode apoiar os processos terapêuticos na clínica psicológica. Os mesmos autores escrevem que a Dança-Movimento-Terapia é “[...] uma arte de execução, caracterizada pela habilidade de se utilizar o movimento de forma simbólica, gerando, assim, significados e desenvolvendo a capacidade intelectual do homem” (2011, p. 47).

O artigo de Agg (2017), por sua vez, aborda a concepção de dança desde o seu potencial de expressividade humana. A dança é referida como uma manifestação natural do ser humano, que se desenvolve no corpo e se caracteriza por ser libertadora, subversiva e transcendente.

Sobre as diferentes formas em que se implementa a dança nas produções científicas, dentre as dez (10) propostas de dança selecionadas identificou-se que cinco (05) delas são metodologias e/ou técnicas que trabalham especificamente na dimensão do bem-estar humano e como implementações da dança na área da saúde. São elas: A *Biodança*, a Dança Integrada, a Dança-Movimento-Terapia e as Práticas Integrativas e Complementares (PICS), além das Práticas Corporais e Meditativas e a Dança Circular.

Galvanese *et al.* (2017) escreve que as Práticas Corporais são atividades físicas que trabalham sob a perspectiva de unicidade corpo-mente. No artigo destaca-se a utilização da dança e da música como atividades que trabalham a memória, o ritmo e a coordenação motora, assim como o cuidado próprio e do outro. Em Santos *et al.* (2011), a implementação da *Biodanza* ocorre a partir do trabalho integral entre música-movimento-emoções. A dança integrada conforme o artigo de Gonzalez *et al.* (2017) é vista como um modo de reabilitação para pessoas amputadas das extremidades. Na obra de Oliveira (2017) se investiga a utilização das práticas corporais como possibilidade de cuidado da saúde. E em Lima *et al.* (2011) as danças são utilizadas como um recurso terapêutico na clínica psicológica, proposta que se fundamenta na metodologia da Dança-Movimento-Terapia.

c) Eixo temático 3: concepção de autoconhecimento

Todas as produções selecionadas e analisadas concordam que há uma relação entre o autoconhecimento e a prática da dança, mas a concepção de autoconhecimento é diferenciada.

O artigo de Oliveira (2017) expõe a concepção de autoconhecimento como a razão pela qual as pessoas buscam atividades corporais. Escreve que:

Os indivíduos não estão buscando estas práticas apenas para resolver problemas do mundo contemporâneo relacionados com o adoecimento, sofrimento, isolamento e vulnerabilidade; é mais que isso, eles estão buscando também a recuperação das suas identidades, a reinserção social ou familiar e principalmente a autonomia diante de um acontecimento (2017, p. 38).

Nesta perspectiva, a procura pelo autoconhecimento é um fator motivador. Quatro (04) das outras pesquisas apresentam o autoconhecimento na forma de um recurso e/ou elemento que se trabalha dentro da aula de dança. Em Galvanese *et al.* (2017), o autoconhecimento se liga com a perspectiva holística onde, na promoção da saúde, o autoconhecimento aparece como um recurso de cuidado do si, de aprimoramento da atenção em relação a si mesmo.

No artigo de Arbillaga *et al.* (2018) o autoconhecimento é abordado como proposta didática, pedagógica e artística. Se relaciona com a expressividade corporal e tem um papel significativo para a autoconsciência e constituição de subjetividade. Dentre os diversos relatos dos participantes após a vivência de dança folclórica encontram-se expressões como: reencontro consigo mesmo e com os outros e reencontro das raízes.

Gonzalez *et al.* (2017) apresentam a proposta de Dança Integrada, que concebe o autoconhecimento como conexão interna, consciente e integral entre mente e corpo. A dança possibilita a incrementação do conhecimento sensório-motor do corpo, a consciência corporal e a expressividade, visando a ampliação das potências do indivíduo para uma integração corporal.

A pesquisa de Carvajal (2011) concebe autoconhecimento com base nos estudos de Foucault e denomina como ‘tecnologias do eu’ aos saberes e práticas de cada pessoa. No texto menciona-se a consciência corporal como ferramenta que permite construir conhecimento de si e do mundo; destaca-se que a percepção sensorial permite a ativação do autoconhecimento e conexão com o ‘eu interior’.

Os demais três (03) textos relacionam o autoconhecimento como resultante das práticas corporais. E o autoconhecimento é referido como um conhecimento possível mediante a prática da Biodança. Há uma discussão acerca da categoria ‘ser eu mesma’, através da qual as participantes da vivência com Biodança expressam ter alcançado maior nível de autenticidade, autonomia, fortalecimento da identidade, crescimento da consciência individual e maior conexão consigo mesmas e com os outros. Lima *et al.* (2011) considera que o autoconhecimento é um saber que se adquire pela prática com a dança. Os participantes do grupo de danças brasileiras expressaram ter afetações terapêuticas internas como: aumento de autoestima, autoconhecimento, alegria, disposição, diminuição da timidez e melhoras no trabalho artístico, além de maior desenvolvimento na técnica.

Na tese de Campos (2016) a concepção de autoconhecimento se encontra como uma das respostas apresentadas pelos profissionais que fazem *Contact Improvisation*. A maioria dos entrevistados disse que a dança desenvolve qualidades no sentido de autoconhecimento, curiosidade e exploração. Também se faz uma relação entre o autoconhecimento, o despertar de consciência e o contato com o corpo próprio.

Como se pode perceber, a concepção de autoconhecimento é abordada às vezes de maneira direta e outras vezes de forma indireta. A terminologia também é variável, passando por autoconhecimento, reencontro consigo mesmo e com os outros, reencontro das raízes, conexão interna, saberes e práticas de cada pessoa,

autorreconhecimento, refinamento da atenção consigo mesmo, desenvolvimento de consciência corporal, foco de atenção em si mesmo, despertar da consciência, contato com o corpo próprio, autenticidade, autonomia e recuperação da mesma, fortalecimento da identidade, consciência individual e social, maior conexão consigo mesmo e sensibilidade.

Dois (02) dos textos apontam o autoconhecimento enquanto ferramenta política, social e cultural. Martins (2013) caracteriza a cultura *hip-hop* como sendo uma prática social, geralmente de jovens pobres e negros, que problematiza o não-reconhecimento do outro como sujeito, e onde as manifestações da música, dança e poesia são ferramentas de autoconhecimento. O texto de Agg (2017) trata da concepção de autoconhecimento e de sensibilidade. Aqui o autoconhecimento é proposto como uma percepção outra do ser humano diante da vida.

d) Eixo temático 4: concepção de corpo

As dez (10) produções científicas estudadas coincidem na compreensão de que o corpo é uma temática relevante. E a dança é um acontecimento corporal, pressupõe o corpo e se executa mediante seus movimentos. Quatro (04) delas enfatizam a relação entre o corpo e a vida. Os conceitos pelos que apresentam esta ideia são: corporeidade, corpo vivido e *soma*. Em Galvanese *et al.* (2017) o corpo se configura como o lugar da existência humana dentro de uma perspectiva holística. O autor diferencia entre corpo e *soma* - o corpo é aquele a que nos referimos em terceira pessoa, compreendido a partir de um observador distante; e *soma* faz referência ao corpo vivido e à autopercepção. Santos *et al.* (2011) aborda o corpo na sua relação e integração com o cosmos e também como corpo vivido. O artigo se move na perspectiva de Toro e de Merleau-Ponty, expondo que há uma relação entre o corpo e a vivência do ser humano capaz de gerar modos de realidade.

No artigo de Carvajal (2011) não se apresenta especificamente uma concepção sobre o corpo, mas de corporeidade identificada como a relação entre o sujeito e mundo, tomando como referência os estudos de Foucault. A pesquisa de Lima *et al.* (2011) foca no trabalho corporal em sua função orgástica. Neste panorama o corpo, o movimento e as emoções estão em constante interação.

Os outros quatro (04) textos enfatizam o corpo como um espaço de expressão, o 'lugar' onde se manifestam as emoções e sentimentos internos. Para Agg (2017) o corpo é o espaço e o lugar onde acontece a vida. O autor faz referência a Marcel Mauss para justificar que cada sociedade e cultura têm seus próprios modos e costumes no que se refere à manifestação e usos do corpo. Além disso propõe uma relação crítica entre a história do riso e a história da dança, sinalizando que ambas manifestações corporais têm sofrido sanções em diferentes épocas.

Na discussão de Arbillaga *et al.* (2018) o corpo se apresenta como meio de manifestação e liberação de emoções. Já a tese de Campos (2016) se movimenta na perspectiva da educação emocional e percebe o corpo como o primeiro espaço de comunicação e representação psíquica do ser humano. Martins (2013) expõe

o corpo como um território político, lembrando da desvalorização do corpo em muitos momentos da história e propõe o *rap* como exercício de apropriação do corpo.

Um (01) dos textos estudados compreende o corpo a partir de uma perspectiva antropológica e cultural. Trata-se do texto de Oliveira (2017) que entende as práticas corporais enquanto um saber cultural e popular que foi perdendo valor ao longo do tempo. Por isso, considera importante promover um trabalho da descoberta da consciência corporal como cuidado do ser humano.

O outro artigo aborda o corpo como mediador. O corpo é abordado por Gonzalez *et al.* (2017) a partir da noção de consciência corporal. O autor faz uso de um teste que mede a consciência do corpo e a conexão com o corpo próprio (*Escala de conexión corporal - SBC*).

Importante indicar também que há a problematização do corpo a partir da crítica ao pensamento dicotômico e dualista. Galvanese *et al.* notam que “as práticas corporais e meditativas têm origem em universos de conhecimento estranhos à racionalidade biomédica, suas concepções e valores; e contrastam com a dualidade corpo-mente” (2017, pp. 22). Oliveira (2017) também destaca que o novo paradigma que orienta as práticas em saúde é um paradigma de vitalidade, em contraposição ao paradigma clássico, que entende o corpo como instrumento ou máquina.

e) Eixo temático 5: aspectos metodológicos dos estudos

Em termos metodológicos, oito (08) dentre os dez (10) estudos selecionados são pesquisas exploratórias de campo; os dois (02) outros se diferenciam por serem investigações teóricas de caráter bibliográfico. Nove das pesquisas se caracterizam como abordagem qualitativa e somente uma (01) manifesta ser investigação mista (qualitativa e quantitativa).

Sobre os instrumentos de coleta de dados utilizados nas pesquisas exploratórias de campo, identificou-se que seis (06) delas fizeram uso de entrevistas abertas; uma (01) trabalhou com questionário semiestruturado e uma (01) se descreveu como investigação mista, utiliza um teste psicométrico (*Escala de Conexión Corporal -SBC*) para investigar o nível de conhecimento do corpo dos participantes, além de também realizar uma entrevista semiestruturada (GONZALEZ *et al.*, 2017).

Entre os dois (02) artigos de caráter bibliográfico, Martins (2013) realizou uma abordagem contextual do *hip-hop* a partir da etnomusicologia; e Agg (2017) publicou uma pesquisa bibliográfica do tipo narrativa que expõe e discute as manifestações humanas do riso e da dança.

4 DISCUSSÃO

Dividimos a discussão dos dados em três momentos. Eles ajudam a sistematizar e distinguir os elementos que compõem o cenário dos textos abordados e ajudam a esclarecer aquilo que nos propomos investigar.

a) A dança a partir da técnica

Como se pode notar, a maioria das produções tende a especificar o tipo de dança com que se ocupam e isso ocorre pela escolha de um estilo ou técnica. E dançar a partir de um estilo ou técnica implica em conhecer um repertório de passos, ou seja, exige um processo de aprendizagem e aprimoramento dos movimentos corporais exigidos pelo estilo e técnica. Neste caso, as concepções de dança se dão sob um horizonte especializado que demarca previamente os movimentos e usos do corpo dentro de um padrão, ritmo e, possivelmente, determinações estéticas. Deste modo, sinaliza-se que a técnica e os estilos podem ser uma maneira e forma de dançar, que tem uma identidade ligada a um tempo, lugar ou grupo social determinados e acontece a partir de regras e princípios básicos prévios, mas também é importante reconhecer que há experiências abertas e mais livres no exercício da dança.

b) A dança na área da saúde

O fato de seis (06) das produções científicas estudadas terem sido produzidas na área da saúde mostra que há interesse por parte dos profissionais da área em se aproximar das possibilidades e recursos oferecidos pela dança no cuidado do corpo e da pessoa como um todo. Os estudos consideram a dança enquanto ferramenta de apoio para promover o bem-estar, a reabilitação física, contribuindo nos processos psicoterapêuticos, na promoção da saúde e em atividades recreativas e pedagógicas. E nesse âmbito se inscreve também a possibilidade de que a dança e a experiência corporal e emocional implicada fomentem e incrementem o autoconhecimento.

Destaca-se que foram identificadas duas abordagens de dança que propõem o cuidado do ser humano a partir da expressividade corporal livre, o que é o caso da Biodança e a Dança-Movimento-Terapia.

Em todas as propostas a dança é abordada como uma alternativa de trabalho que tem o potencial de ir além do pensamento dicotômico e dualista que marca os tratamentos convencionados na área da saúde. Implementam uma abertura que, pouco a pouco, vem se ampliando e considerando a pessoa cada vez mais a partir da sua experiência complexa e total, integrando num todo dinâmico e vivo aquilo que foi seccionado pela visão dualista e especialista. Isso se confirma e é apoiado a partir da legitimação institucional das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) e das práticas Corporais e Meditativas no Sistema Único de Saúde (SUS).

Há, no entanto, necessidade de ampliação dos estudos que discutam o modelo epistemológico que orienta a percepção e as práticas relacionadas ao corpo e ao ser humano como um todo. As publicações, embora em número muito reduzido se se

considera o intervalo de tempo de dez (10) anos e a consideração de quatro (04) bases de dados em português e espanhol, sinalizam a possibilidade e a necessidade de abrir a pesquisa cada vez mais para o questionamento do modelo moderno e para a discussão de experiências e vivências que integram o corpo com outras dimensões da pessoa.

c) O autoconhecimento através da dança

Conforme constatado no levantamento de dados, existe uma relação possível entre o autoconhecimento e a experiência corporal da dança. O ser humano que dança tem uma experiência corporal que apresenta o potencial para ativar a escuta de si mesmo, a percepção de acontecimentos físicos, mas também afetivos e psíquicos. É, por isso, um caminho para sentir e conectar consigo mesmo.

A questão do autoconhecimento que aparece no relato das pessoas que foram entrevistadas e investigadas nas pesquisas, é predominantemente fruto das suas vivências no âmbito dos exercícios da pesquisa. Não temos nesses relatos definições do que seja o autoconhecimento, mas a expressão de experiências vividas no transcurso das atividades de dança, no sentido de que permitiram perceber a si ou aspectos de si mesmo de forma mais ampliada, a ponto de merecerem referência. Esse autoconhecimento se caracteriza como reencontro consigo mesmo e com os outros, reencontro de raízes, conexão interna, com os saberes e práticas de cada pessoa, autorreconhecimento, refinamento da atenção para consigo mesmo, desenvolvimento de consciência corporal, entre outras.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados encontrados no trabalho mostram que tendencialmente sobressai a compreensão da dança como técnica ou estilo, como um conjunto de movimentos que obedecem a regras prévias que podem ser aprendidos para a correta execução da mesma. Os movimentos ficam a serviço da realização da dança. No entanto, poder-se-ia pensar também na dança como uma forma de conhecimento, lembrando o que Gadamer propõe em relação à arte. Para esse autor não adquirimos conhecimento sobre o mundo e sobre nós mesmos apenas através de operações lógicas e racionais, mas também através da experiência da arte, embora essa ofereça resistência quando é transportada para a identidade do conceito. No entanto, ela “é uma provocação para nossa compreensão porque se subtrai sempre de novo às nossas interpretações”. Além do mais, “se opõe com uma resistência insuperável a ser transposta para a identidade do conceito” (GADAMER, 2011, p. 15).

A dança é uma arte e, por isso, pode ser pensada como caminho para acessar informações sobre o corpo, sobre os sentimentos, sobre o modo como nos encontramos e situamos no mundo, em relação a nós mesmos e aos outros, mesmo que se oponha aos enquadramentos conceituais positivos. Esse conhecimento possivelmente não pode ser formulado segundo as mesmas condições e regras do conhecimento que passa pelos critérios da razão matemática. Mas isso não impede

que elementos de si mesmo possam ser acessados na vivência dos movimentos corporais que configuram o dançar. Quem dança tem uma experiência de si nesse ato e, consciente disso, pode conectar, desenvolver e aprimorar as percepções e sensações que acompanham o vaivém da dança.

Há que continuar, no entanto, a problematizar e procurar compreender melhor a experiência humana do mundo e de si mesmo que é possível na arte da dança. Muitas das vivências e questões internas do ser humano podem emergir à superfície do corpo quando esse se entrega ao movimento rítmico. Essa entrega livre ao fluxo criativo do corpo desperta e mobiliza energias, desejos e emoções que, de outra forma, têm dificuldade de expressão. Havendo acolhimento e aceitação dessas potências, elas merecem alguma consideração por parte de quem se ocupa com o conhecimento do ser humano e, portanto, também com o conhecimento que este tem de si mesmo, como autoconhecimento. Na dança, quem baila se deixa levar pelo pulso e impulso interno, se aventura no experienciar do ritmo e se dispõe a sentir e, quem sabe, pensar de outro modo, numa racionalidade mais aberta.

Neste caso, dançar não é mais só um ato físico, mesmo que a dimensão física do corpo seja fundamental. Não se dança unicamente com o corpo, embora a dança se torne visível no corpo. Ao dançar se transmite e projeta sensações, pensamentos, emoções e sentimentos. Há uma conexão que permite a manifestação do si mesmo, do estar no mundo. Há, por isso, uma relação possível entre dança, corpo e autoconhecimento.

Ressalte-se a importância de lembrar que na compreensão e no modo corrente predominante de fazer pesquisa científica, o corpo ainda é abordado como um objeto separado da alma ou da *psique*, como matéria exterior, costume instaurado com o pensamento dualista.

Quisemos, ao mostrar a quantidade exígua de pesquisas que relacionam a dança com a possibilidade de incrementar a conexão consigo mesmo e com o potencial do autoconhecimento, indicar a importância e relevância da temática. Consideramos que podemos acessar nossas emoções, sensações, vivências próprias também através da atenção ao corpo ao dançar. O acesso a essas manifestações humanas não se dá única e exclusivamente através da razão e da lógica. O mundo próprio e compartilhado que é vivido no dançar expressa, além de tradições e experiências acumuladas, o aqui e agora do corpo em movimento, sua conexão com o ritmo, com sua situação no presente. Isso diz também do potencial terapêutico presente nessa forma de expressão humana. Se liga a questões de saúde física, mental, espiritual e relacional que podem encontrar na atenção ao corpo que dança um campo profícuo e desafiador, sobretudo numa perspectiva que unifique a experiência no todo da pessoa, evitando o seccionamento e desconexão tão em voga.

REFERÊNCIAS

AGG, Katia. A trajetória do riso e da dança: uma história de encontro e de resistência. *Holos* [S.l.], v. 8, p. 321-335, dez. 2017. ISSN 1807-1600. Disponível em:

<<http://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/5062>>. DOI: <https://doi.org/10.15628/holos.2017.5062>. Acesso em: 11 maio 2020.

ARBILLAGA, Lara; ELISONDO, Romina; MELGAR, Fernanda. Espacios que proyectan hacia nuevos horizontes. La danza como puente entre la creatividad y lo cotidiano. National University of Río Cuarto. **Estudios sobre Arte Actual**, ISSN 2340-6062, N°. 6, 2018, págs. 21-33. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6861737>. Acesso em: 02 maio 2020.

CAMPOS, Déborah, B. **Antecedentes artísticos de la danza Contact Improvisation: visiones educativas de los contacters**. 2015. Tesis doctoral inédita. Madrid: Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica, Facultad de Bellas Artes de la Universidad Complutense de Madrid. PMCID: PMC45678112015.

CARVAJAL, Castro. Una aproximación a la producción de sensibilidad desde las técnicas corporales. El caso de la danza SAMKYA en Medellín. **Rev. Educación física y deporte**. Vol. 30-2, 2011. p. 553-560. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5005569>. Acesso em: 04 abril de 2020.

DROESCHER, Fernanda Dias and SILVA, Edna Lucia da. O pesquisador e a produção científica. **Perspect. ciênc. inf.** [online]. 2014, vol.19, n.1, pp.170-189. ISSN 1981-5344. <https://doi.org/10.1590/S1413-99362014000100011>.

GADAMER, Hans-Georg. **Hermenêutica da Obra de Arte, Seleção e tradução de Marco Antonio Casanova**. São Paulo: Editora WMF/Martins Fontes, 2010.

_____, Hans-Georg. **Verdade e método II**. Trad. Enio Paulo Giachini. 15. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

GALVANESE, Ana Tereza Costa; BARROS, Nelson Filice de; D'OLIVEIRA, Ana Flávia Pires Lucas. Contribuições e desafios das práticas corporais e meditativas à promoção da saúde na rede pública de atenção primária do Município de São Paulo, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 12, e00122016, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2017001205001&lng=en&nrm=iso>. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00122016>. Acesso em: 11 maio 2020.

GONZALEZ, SANABRIA, Oswaldo; CAMACHO, P. Yoga Y Danza Integrada Como Estrategias Dirigidas A La Conciencia Corporal En Amputados De La Fuerza Pública. **Revista de Psicoterapia**, v. 28, n. 108, p. 209-227. 2017. Disponível em: <http://ojs.revistadepsicoterapia.com/index.php/rdp/article/view/186> Acesso em: 02 maio 2020.

HUSCHKA, S/ BÖHME, H. **Tanz und Wissen**. In: *Wissenskultur Tanz*, p 7-20. Bielefeld: transcript Verlag, 2009. 246 p.

KELLER, R; MEUSER, M. **Körperwissen**. Wiesbaden: Ed. VS für Sozialwissenschaften/ Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH. 2011.

KLEIN, G. Tanz in der Wissensgesellschaft. In: **Wissen in Bewegung: Perspektiven der Künstlerischen und wissenschaftlichen Forschung im Tanz**. GEHM, S./ HUSEMANN, P./ VON WILCKE, K. (Org.). Caderno 8. p. 28-29. Bielefeld: transcript Verlag, 2007. 360 p.

LIMA, Déborah Maia de; SILVA NETO, Norberto Abreu e. Danças brasileiras e psicoterapia: um estudo sobre efeitos terapêuticos. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 27, n. 1, p. 41-48, Mar. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010237722011000100006&lng=en&nrm=iso>. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722011000100006> Acesso em: 12 maio 2020.

MEDEIROS, João Bosco. **Redação científica**: a prática de fichamentos, resumos, resenhas. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2000.

MENDES, Karina et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, Dec. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010407072008000400018&lng=en&nrm=iso>. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>. Acesso em: 11 maio 2020.

OLIVEIRA, Leonardo Hernandes de Souza et al. Práticas corporais de saúde para pacientes com fibromialgia: acolhimento e humanização. **Physis**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 4, p. 1309-1332, Dez, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010373312017000401309&lng=en&nrm=iso>. <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312017000400023>. Acesso em: 11 maio 2020.

POMPÉIA, J. A. e SAPIENZA, B. T. **Os dois nascimentos do homem: escritos sobre terapia e educação na era da técnica**. Rio de Janeiro: Editora Via Verita, 2011.

RODRIGUES, Shirley. Dança e conhecimento: a capacidade humana de dançar em conexão com o conceito de conhecimento da dança. Rev. **O Percevejo**. Rio de Janeiro, v. 6. n. 1pp. 129-151, 2014. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/opercevejoonline/article/viewFile/4866/4510>. Acesso em fev. 2020.

SALES, Isabel. **Tempo de publicação de artigos**. Disponível em: <https://www.contabilidade-financeira.com/2015/09/quanto-tempo-um-artigoacademico-leva.html> Acesso em: 22 fev. 2021.

SANTOS, D. S. R.; DA SILVA, C. C.; DIAS, M. A.; MENDES, M. I. B. DE S. A Biodanza e a construção de estilos de vida. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 14, n. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/779>. Acesso em 6 nov. 2020.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, Mar. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167945082010000100102&lng=en&nrm=iso>. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>. Acesso em: 11 maio 2020.