

UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
ESCOLA DE MÚSICA E ARTES CÊNICAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES DA CENA

GABRIELA LEITE LIMA

**ARTE DO MOVER: UM OLHAR DA AUTOETNOGRAFIA SOBRE
ARTE, SAÚDE E EDUCAÇÃO NA FORMAÇÃO DE JOVENS
BAILARINOS**

Goiânia

2024



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
ESCOLA DE MÚSICA E ARTES CÊNICAS

TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO (TECA) PARA DISPONIBILIZAR VERSÕES ELETRÔNICAS DE TESES

E DISSERTAÇÕES NA BIBLIOTECA DIGITAL DA UFG

Na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Goiás (UFG) a disponibilizar, gratuitamente, por meio da Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD/UFG), regulamentada pela Resolução CEPEC nº 832/2007, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a [Lei 9.610/98](#), o documento conforme permissões assinaladas abaixo, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica brasileira, a partir desta data.

O conteúdo das Teses e Dissertações disponibilizado na BDTD/UFG é de responsabilidade exclusiva do autor. Ao encaminhar o produto final, o autor(a) e o(a) orientador(a) firmam o compromisso de que o trabalho não contém nenhuma violação de quaisquer direitos autorais ou outro direito de terceiros.

1. Identificação do material bibliográfico

Dissertação Tese Outro*: _____

*No caso de mestrado/doutorado profissional, indique o formato do Trabalho de Conclusão de Curso, permitido no documento de área, correspondente ao programa de pós-graduação, orientado pela legislação vigente da CAPES.

Exemplos: Estudo de caso ou Revisão sistemática ou outros formatos.

2. Nome completo do autor

GABRIELA LEITE LIMA

3. Título do trabalho

ARTE DO MOVER: UM OLHAR DA AUTOETNOGRAFIA SOBRE ARTE, SAUDE E EDUCAÇÃO NA FORMAÇÃO DE JOVENS BAILARINOS

4. Informações de acesso ao documento (este campo deve ser preenchido pelo orientador)

Concorda com a liberação total do documento SIM NÃO¹

[1] Neste caso o documento será embargado por até um ano a partir da data de defesa. Após esse período, a possível disponibilização ocorrerá apenas mediante:

a) consulta ao(à) autor(a) e ao(à) orientador(a);

b) novo Termo de Ciência e de Autorização (TECA) assinado e inserido no arquivo da tese ou dissertação.

O documento não será disponibilizado durante o período de embargo.

Casos de embargo:

- Solicitação de registro de patente;
- Submissão de artigo em revista científica;
- Publicação como capítulo de livro;
- Publicação da dissertação/tese em livro.

Obs. Este termo deverá ser assinado no SEI pelo orientador e pelo autor.



Documento assinado eletronicamente por **Valeria Maria Chaves De Figueiredo, Professora do Magistério Superior**, em 17/10/2024, às 09:46, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Gabriela Leite Lima, Discente**, em 08/11/2024, às 15:31, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **4899876** e o código CRC **847B3A2B**.

GABRIELA LEITE LIMA

**ARTE DO MOVER: UM OLHAR DA AUTOETNOGRAFIA SOBRE
ARTE, SAUDE E EDUCAÇÃO NA FORMAÇÃO DE JOVENS
BAILARINOS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena, da Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Artes da Cena, Área de Concentração em Teatro, Dança e Direção de Arte.

Orientadora: Professora Doutora Valéria Maria Chaves de Figueiredo

Goiânia

2024

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UFG.

Lima, Gabriela Leite
ARTE DO MOVER [manuscrito] : UM OLHAR DA
AUTOETNOGRAFIA SOBRE ARTE, SAÚDE E EDUCAÇÃO NA
FORMAÇÃO DE JOVENS BAILARINOS / Gabriela Leite Lima. - 2024.
119 f. : il.

Orientador: Prof. Dr. Valéria Maria Chaves de Figueiredo.
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Goiás, Escola
de Música e Artes Cênicas (Emac), Programa de Pós-graduação em
Artes da Cena, Goiânia, 2024.

Bibliografia. Anexos. Apêndice.

Inclui siglas, fotografias, abreviaturas, gráfico, tabelas, lista de
figuras, lista de tabelas.

1. DANÇA. 2. SAÚDE. 3. EDUCAÇÃO. 4. ESCUTA SENSÍVEL. 5.
FORMAÇÃO PROFISSIONAL. I. Figueiredo, Valéria Maria Chaves de,
orient. II. Título.

CDU 7



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS

ESCOLA DE MÚSICA E ARTES CÊNICAS

ATA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO

Ata nº 36 da sessão de Defesa de Dissertação de GABRIELA LEITE LIMA, que confere o título de Mestre(a) em **Artes da Cena**, na área de concentração em **Teatro, Dança e Direção de Arte**.

Aos vinte e cinco dias do mês de setembro de dois mil e vinte quatro, a partir das quatorze horas, em sala virtual do aplicativo Zoom, realizou-se a sessão pública de defesa da dissertação de mestrado intitulada "(AUTO)ETNOGRAFIA PELA ARTE DO MOVER: O OLHAR DA ARTISTA PESQUISADORA SOBRE DANÇA E SAÚDE NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE JOVENS", da autoria de GABRIELA LEITE LIMA. Os trabalhos foram instalados pela orientadora, Professora Doutora Valeria Maria Chaves de Figueiredo - FEFD - UFG [PPGAC EMAC-UFG], com a participação dos demais membros da Banca Examinadora: Professor Doutor Alexandre Donizete Ferreira [PPGAC EMAC-UFG], Professor Doutor Adriano Jabur Bittar - UEG, Professora Doutora Marlini Dorneles de Lima - FEFD/UFG [PPGAC EMAC-UFG] e Professora Doutora Elisa Abrão - FEFD/UFG.

Após a arguição do pesquisador, a Banca Examinadora se reuniu em sessão secreta, a fim de concluir o julgamento da dissertação apresentada, tendo sido ela considerada APROVADA. Proclamados os resultados pela Professora Doutora Valéria Maria Chaves de Figueiredo, Presidente da Banca Examinadora, foram encerrados os trabalhos e, para constar, lavrou-se a presente ata que é assinada pelos membros presentes, aos vinte e cinco dias de setembro de dois mil e vinte quatro.

TÍTULO SUGERIDO PELA BANCA

ARTE DO MOVER: UM OLHAR DA AUTOETNOGRAFIA SOBRE ARTE, SAUDE E EDUCAÇÃO NA FORMAÇÃO DE JOVENS BAILARINOS



Documento assinado eletronicamente por **Valeria Maria Chaves De Figueiredo, Professora do Magistério Superior**, em 01/10/2024, às 07:02, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Alexandre Donizete Ferreira, Professor do Magistério Superior**, em 01/10/2024, às 07:55, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Elisa Abrao, Professora do Magistério Superior**, em 07/10/2024, às 16:47, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Marlini Dorneles De Lima, Professora do Magistério Superior**, em 11/10/2024, às 09:52, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Adriano Jabur Bittar, Usuário Externo**, em 14/10/2024, às 13:58, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **4830770** e o código CRC **BD0E0904**.

Referência: Processo nº 23070.046001/2024-58

SEI nº 4830770

GABRIELA LEITE LIMA

**ARTE DO MOVER: UM OLHAR DA AUTOETNOGRAFIA SOBRE
ARTE, SAUDE E EDUCAÇÃO NA FORMAÇÃO DE JOVENS
BAILARINOS**

Trabalho de defesa apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Artes da Cena, da Escola de Música e artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestra em Artes da Cena, Área de Concentração: Teatro, Dança e Direção de Arte, aprovado em 25 de setembro de 2024, pela banca Examinadora constituída pelos professores:

Prof.^a Dr.^a Valéria Maria Chaves de Figueiredo
Presidente

Prof. Dr. Alexandre Donizete Ferreira
Membro interno

Prof. Dr. Adriano Jabur Bittar
Membro externo

Prof.^a Dr.^a Marlini Dorneles
Suplente

Prof. Dra. Elisa Abrão
Suplente

Aos meus pais, minhas irmãs e meu sobrinho.

AGRADECIMENTOS

Tenho alguns nomes em mente, que ao longo deste lento e longo processo me cruzaram o meu caminho. Espero não esquecer ninguém.

Muito obrigada Flávia Hargreaves, Fernanda Marra, Adriana Parreira, Kayara Pimenta, Maria Cecília Silva de Amorim, Kamyla Aparecida, Núbia Bernaldo, Luiza Ninon, Andrea Penteado, Anario Juca, Maria Ângela de Ambrosis, Marlini Dorneles, Alexandre Donizete, Fernando Canhete, todos os professores do programa PPGAC, Simone Malta, Adriano Bittar, Joisy Amorim, Valmira Batista, Luzeni Amorim, Vera Bicalho, Maria Alzira Leite, Francisco Lima, Marina Souto, Marcella Landeiro, Tassiana Stacciarini, Ana Flávia, Eliete Ferreira, Lurian Beatriz, Carol Pasquali, Lara Danyla, Mariana Assunção, Clara Vitti, Janaína Caetano, Thais Kwae, Jackeline Leal, aos professores da banca Adriano, Alexandre, Elisa, Marlini e especialmente aos jovens artistas e colaboradores dessa pesquisa, sem vocês esse texto e essa parte da minha história não existiriam.

À minha orientadora Valéria Figueiredo, à amiga, editora e corretora Ana Julia Carrijo, ao querido Otair Júnior pela atenção aos detalhes da formatação do documento.

Ao divino criador, por me conceder a oportunidade de viver e trabalhar com algo diretamente conectado ao meu propósito, e por me permitir ser canal da expressão de sua divindade no mundo.

“Torna-te aquilo que és.”
(Nietzsche)

RESUMO

Esta dissertação tem como enfoque refletir e discutir sobre os processos da vivência A Arte do Mover, criada pela autora. A experiência foi realizada com estudantes em formação profissionalizante, jovens artistas da dança no Brasil, em recorte especial na modalidade balé clássico e estudantes do curso de fisioterapia, em uma instituição pública de artes com reconhecimento internacional, na cidade de Goiânia (Escola do Futuro em Artes Basileu França). Para tanto, realizou-se uma pesquisa etnográfica que considera experiências vividas pela artista pesquisadora ao longo de sua trajetória profissional nas artes da cena, bem como uma pesquisa de campo, realizada durante um ano na referida instituição. Tendo em vista a abrangência da pesquisa, propõe-se uma triangulação entre arte, saúde e educação. A partir da imersão em campo, destacaram-se atravessamentos vividos pelos jovens e pela autora nas contradições e complexidades, cujas discussões neste texto articulam noções como saúde, lugar de fala dos sujeitos colaboradores da pesquisa (e da pesquisadora), e também aspectos subjetivos sobre qualidade de vida dos jovens artistas durante o processo de formação técnica em dança. Por fim, demarca-se a necessidade de ampliação do olhar durante a formação profissional, enfatizando a potência do uso do modelo biopsicossocial na educação em dança, para que perspectivas afetivas, sensíveis e plurais possam ser desenvolvidas.

Palavras-chave: Dança; saúde; educação; escuta sensível; formação profissional.

ABSTRACT

This dissertation focuses on reflecting and discussing the processes involved in the experience of "A Arte do Mover," (The Art of Moving) a project created by the author. The experience was conducted with students undergoing professional training, including young dance artists in Brazil, specifically in the classical ballet modality, and students from a physiotherapy program at a public arts institution with international recognition, located in Goiânia (Escola do Futuro em Artes Basileu França). To this end, an ethnographic study was undertaken, considering the lived experiences of the artist-researcher throughout her professional trajectory in the performing arts, as well as a field study conducted over one year at the aforementioned institution. Given the scope of the research, a triangulation between art, health, and education is proposed. The field immersion highlighted the intersections experienced by both the young participants and the author amid contradictions and complexities. The discussions in this text articulate concepts such as health, the position of the research subjects (and the researcher) within the study, and also subjective aspects of the quality of life of young artists during their technical dance training. Finally, the need for an expanded perspective in professional training is emphasized, underscoring the potential of utilizing the biopsychosocial model in dance education, so that affective, sensitive, and plural perspectives can be developed.

Keywords: Dance, health, education, active listening, professional development.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - As camadas do modelo biopsicossocial.....	39
Figura 2 - O_cOrpO - estrutura instável	44
Figura 3 - Caderno de campo.....	47
Figura 4 - Aula de Pilates ministrada por Adriano Bittar.....	54
Figura 5 - Oficina Transpondo barreiras, dança e acessibilidade.....	61
Figura 6 - Prof. Adriano ministrando aula prática no serviço de fisioterapia na EFABF em atendimento	68
Figura 7 - Estagiários da Fisioterapia UEG/ESEFFEGO observando atendimento.....	70
Figura 8 - As quatro fases do sono.	73
Figura 9 - Estudantes da fisioterapia, grupo 1.....	76
Figura 10 - Grupo 1 realizando exercício de espelhamento da imagem durante aula prática.....	77
Figura 11 - Grupo 1, após a realização do exercício da massinha de modelar	78
Figuras 12 e 13 - Grupo 1, após exercício modelar e assumir o molde	79
Figura 14 - Tabela comparativa dos resultados encontrados após aplicação da Escala de Autoestima de Rosenberg	83
Figura 15 - Fim do exercício de composição coreográfica: Neon, um amor adolescente	94

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Dinâmicas de movimento.....	88
--	----

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

ABNT	Associação Brasileira de Normas Técnicas
Cia.	Companhia
EFABF	Escola do Futuro em Artes Basileu França
ESEFFEGO	Escola de Educação Física e Fisioterapia do Estado de Goiás
GH	Growth Hormone (Hormônio do crescimento)
HFB	Hospital Federal de Bonsucesso
IADMS	International Association for Dance Medicine & Science
MCD	Medicina e Ciência da Dança
OMS	Organização Mundial da Saúde
SECULT	Secretaria Especial da Cultura
UEG	Universidade Estadual de Goiás
UFG	Universidade Federal de Goiás
UFRJ	Universidade Federal do Rio de Janeiro
UTI	Unidade de Terapia Intensiva

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
1.1 Retornar ao lugar de origem e o despertar para novos horizontes	15
1.2 Primeiros passos. A cada passo que se dá, se faz necessário abandonar o passo que ficou para trás	21
2 CAMINHOS METODOLÓGICOS.....	25
2.1 Participantes.....	33
2.2 Procedimentos metodológicos	36
3 ROTA UM.....	40
3.1 A experiência de caminhar	45
3.2 Um passo de cada vez	50
4 ROTA DOIS	59
4.1 Uma experiência em campo	62
4.2 Adiante, um retorno	75
5 ROTA TRÊS.....	83
5.1 A Conscientização Corporal.....	86
5.2 A relação entre o corpo e o espaço (Relações corpo-espacos)	87
5.3 Qualidade do movimento.....	90
5.4 A relação entre a coreografia e o intérprete	91
5.5 A composição coreográfica	92
6 REFLEXÃO CAMINHANTE.....	95
6.1 O aprendizado acontece nas relações	101
REFERÊNCIAS.....	107
APÊNDICES	111
ANEXOS	116

1 INTRODUÇÃO

Mulher branca, cis, magra, cabelos cacheados, dentes grandes, miscigenada entre povos indígenas e europeus, humana, filha, irmã, produtora, bailarina, artista da cena, professora, fisioterapeuta, instrutora de pilates e pesquisadora. Natural do Rio de Janeiro, aos 11 anos dei início aos estudos em Ballet Clássico na Escola Estadual de Danças Maria Olenewa, onde fiz o ciclo básico da formação. Contudo não concluí nesta mesma escola, consequência da descoberta de condropatias nos dois joelhos, e falta de informação sobre tratamento, dor e cuidados.

Após passar por tratamento fisioterapêutico, voltei a frequentar aulas de dança no Centro de Artes Nós da Dança, dando continuidade à formação profissional, com Dança Moderna – Técnica de Horton e Jazz com a artista e professora Regina Sauer e Ballet Clássico com a ex -primeira bailarina do Theatro Municipal do Rio de Janeiro, Eleonora Olioise¹.

Mobilizada com a importância do trabalho de reabilitação física ao longo da formação em dança, e também aconselhada por meu pai, escolhi me graduar em Fisioterapia. Cursei a Universidade Federal do Rio de Janeiro e no mesmo ano de conclusão realizei a certificação no método Pilates, experimentado e vivenciado como ferramenta de reabilitação e preparação corporal concomitante às aulas de técnicas em dança.

No último ano da graduação, dei início à minha prática clínica, ainda nas disciplinas de estágio obrigatório na área hospitalar. O Hospital Federal de Bonsucesso, recebeu os alunos para o estágio obrigatório, pois o Hospital Universitário, na Ilha do Fundão, não tinha como absorver todos os alunos na época, por isso os alunos foram designados para diferentes hospitais.

Comecei na enfermaria feminina e depois na unidade de terapia intensiva de transplante hepático do hospital (UTI). Meu trabalho consistia em aplicar

¹ Eleonora Olioise (1939 a 2023) Nomeada primeira bailarina do Theatro Municipal, recebeu menção honrosa no 1º concurso Internacional de Varna, Bulgária. Mérito em dança concedido pelo Conseil International de La Danse, vinculado à UNESCO. Em 1983 inaugurou sua escola e criou seu próprio grupo Ballet Jovem Eleonora Olioise;

(Fonte: https://www.instagram.com/p/CoYRpD5p74X/?utm_source=ig_web_copy_link; Página do Sindicato dos Profissionais da dança do Rio de Janeiro na rede social instagram) Eleonora Olioise foi coordenadora pedagógica do Centro de Artes Nós da Dança, e promovia a formação pedagógica do ensino da metodologia Vaganova para os professores do nível pré balé ao 6º ano. Ela acreditava em meu potencial mais do que eu mesma, foi uma mestra, fundamental em meu desenvolvimento profissional, enquanto bailarina e professora.

cinesioterapia, fisioterapia respiratória, reabilitação da marcha, mobilização corporal e mudança de decúbitos. Foi nesse momento que tive que aprender a lidar com a dor do outro, com a morte dos pacientes, a perda por parte dos familiares e com meus próprios anseios em relação a isso, foi um longo ano.

Penso no quanto essa experiência me transformou profundamente e, no momento atual, escrevendo essa dissertação, é que tenho a dimensão ou compreendo a influência dessa vivência no meu caminhar e no desenvolvimento da minha trajetória — principalmente em algumas escolhas profissionais, incluindo a de desenvolvimento artístico que venho construindo.

Parto de uma trajetória artística tecnicista, voltada para o desenvolvimento de habilidades para alta performance, que acontece em meio a participações em festivais no Brasil e no exterior, juntamente com as Companhias: Nós da Dança (2006 a 2012), Laso Cia. de Dança (2013), Focus Cia. de Dança (2014 a 2017), Quasar Cia. de Dança (2018 a 2023) participando em criações e remontagens, trabalhos na televisão, no teatro e shows incluindo o carnaval do Rio de Janeiro.

Essas oportunidades em diversos ambientes profissionais me proporcionaram experimentar diferentes metodologias e linguagens da dança. Nem sempre como especialista em um único método ou formatada em uma única técnica, mas diferentes experiências que, somadas, proporcionam ao fazer artístico características singulares e versáteis para o meu mover.

Foi diante de uma crise, na qual me encontrava infeliz dentro da companhia que estava trabalhando, que decidi me afastar do trabalho e sair em busca de experiências outras. Eu buscava algo que me devolvesse o prazer pela dança e pela vida.

Embarquei para uma residência artística de dança em Bangalore, na Índia. Imersa em uma cultura completamente diferente, desafiando-me a experimentar outra forma de me movimentar, estar em um lugar onde ninguém me conhecia, me desafiar a me adaptar a novas formas de dançar. Experimentei artes marciais como Kalari Payattu, as danças tradicionais como Kathakali e Odissi e Bharatanatyam e, aos poucos, imersa nessa cultura completamente diferente, fui resgatando uma humanidade que existe na dança, e que eu havia esquecido ou perdido.

Isso me fez refletir sobre a busca pela perfeição que o trabalho artístico nas companhias as quais trabalhei exigiam e o quanto eu mesma me cobrava alcançar. Em outras palavras, me fez repensar sobre o universo da alta performance e sobre o

quanto ser bem sucedida em minhas decisões estava diretamente ligado à execução de uma performance perfeita, seja técnica, expressiva ou coletivamente, isso era o que “EU” acreditava ser o único caminho para “pertencer” ao universo profissional da dança.

A experiência de morar seis meses fora do Brasil, estar imersa em culturas diferentes, contando o período que estive entre a Índia e alguns países da Europa², contribuiu para ampliar meu olhar sobre o conceito de dança e sobre o quanto o meio em que estamos inseridos influencia a maneira como vivemos. Hoje tenho consciência da rigidez e da falta de abertura em relação a diferentes pontos de vista de se fazer dança em muitos dos lugares onde passei no Brasil.

1.1 Retornar ao lugar de origem e o despertar para novos horizontes

Ao retornar para o Brasil, havia um desejo por um espaço seguro para experimentar meu corpo em outros formatos de fazer dança, criar e ver a dança das pessoas. Voltei muito inspirada e isso me fez começar um projeto de oficinas de formação e experimentação corporal, chamado *Contemporânea: A Arte do Mover*, em 2018, no Rio de Janeiro.

Em princípio, idealizar a oficina foi a forma que encontrei de buscar a experiência através do coletivo por uma identidade artística, fundamentada a partir de experiências vividas ao longo da trajetória artística pessoal no Brasil e nos seis meses nos quais estive fora do país em minhas mu~danças.

Em seguida a esse movimento, recebi o convite para integrar o elenco da Quasar Cia. de Dança, em sua retomada aos palcos com a criação de um trabalho artístico e uma circulação nacional durante o segundo semestre de 2018. Desde então, continuei trabalhando como intérprete criadora e colaboradora da companhia até 2023. Em paralelo, mantive projetos independentes, como produção das oficinas e aulas regulares. Aos poucos, a direção da Quasar Cia. de Dança me convidou para ministrar oficinas nos festivais e cidades em que estávamos apresentando o espetáculo e essa parceria me possibilitou alcançar muitas outras pessoas.

² Como as cidades de Saarbrücken, Berlim (Alemanha), Bruxelas (Bélgica), Fribourg e Lugano (Suíça) foram algumas cidades que passei e fiz aulas.

A Arte do Mover começou no Rio de Janeiro, já esteve em Goiânia, Taubaté, Londrina, São Paulo e Vancouver (Canadá). O projeto surgiu com intuito de promover encontros através de oficinas, construir um espaço para experimentar outras formas de propor uma aula, diferente dos formatos que eu havia experimentado durante a minha formação, espaços para dialogar, para elaborar e, em muitos momentos, romper com algumas regras que ainda separam os participantes de acordo com seu nível técnico. Então, era necessário apresentar aquele espaço como um espaço seguro para o sujeito experimentar a aula em sua própria potência, já que não havia interessados em número suficiente para abertura de turmas específicas para diferentes níveis, como iniciante, intermediário, profissional.

E reconheço que me encanta ver e pensar na riqueza que acontece no intercâmbio que uma aula pode oferecer ao proporcionar o encontro de um iniciante com um profissional e vice-versa — é algo que eu estimo, para além da demanda pragmática de formação de turmas. Por isso, procuro promover as aulas de uma maneira lúdica, espontânea e afetiva, buscando ferramentas para oferecer estímulos que viabilizam a busca individual e, assim, promover um espaço para que diferentes corpos encontrem sua própria arte de mover.

Quando penso em mim em terceira pessoa, a fim de dialogar, imagino que a Gabriela identifica-se como uma daquelas pessoas curiosas, para as quais faz sentido se deslocar para ver um pouco mais além do lugar de origem; que acredita no enorme potencial que é desperto no movimento de mudar o ponto de vista para observar e experienciar a vida. Entende essa mudança como potência, onde esse movimento nos concede uma outra relação com os estudos e apreensão de conhecimento. Um deslocamento que afeta de maneira profunda, sutil e irreversível sua forma de estar, como provoca a reflexão de Preciosa (2010, p. 17 - 18):

Me espantei ao me ver forçada a explorar estados inéditos de mim mesma, a me defrontar com situações que fugiam sistematicamente de controle. (...) por vezes me perguntei: que fluxos são esses que se interrompem no meu corpo e me arrastam para esses abismos de sentido, revolvendo o chão firme em que acreditava pisar? De onde eles vêm? Que risco é esse que preciso aceitar?

Essa sutileza nem sempre pode ser absorvida ou elaborada, contudo se faz importante observá-la. Não pensamos que este pode ser um movimento ou posicionamento político social; nem sempre olhamos para o passado como ferramenta para elaborar processos de aprendizado, metodologias, sistematizar o conhecimento

apreendido após uma experiência. Às vezes, passamos mais rápido pelos pontos desconfortáveis. Entretanto, se olharmos mais fundo, e mais verdadeiramente e nos entregarmos à navegação dessas mu~danças, torna-se possível ressignificar passados, caminhos encontrados e reprogramar, refazer, mudar, construir

Diante dessa força motriz que me impulsionava a buscar, reprogramar, mudar, em 2019, me mudei do Rio de Janeiro para Goiânia e ainda sentia um hiato entre a minha prática na dança e todos esses pensamentos, pontos de reflexão, perguntas e conflitos internos presentes após esses lampejos sobre a dança. Comecei a pensar onde eu poderia encontrar um espaço para discutir ideias, aprender sobre teorias e conceitos e comecei a vislumbrar um possível retorno à academia.

Sentia que precisava sair em busca de diálogo, elaboração e outros pontos de vista sobre o fazer artístico para além da prática. Precisava me certificar de que os conflitos, angústias e o vazio que eu queria preencher poderiam ser explicados, ou faziam algum sentido, como quando você ouve uma música e você sente que o compositor escolheu as melhores palavras para dizer exatamente como você se sente. Havia muitas insatisfações e descontentamentos que sozinha eu não estava encontrando os porquês. Me recordo dos versos:

Por que esperar | Se podemos começar | Tudo de novo | Agora mesmo | A humanidade é desumana | Mas ainda temos chance | O sol nasce pra todos | Só não sabe quem não quer | Quando o sol bater | Na janela do teu quarto | Lembra e vê | Que o caminho é um só | Até bem pouco tempo atrás | Poderíamos mudar o mundo | Quem roubou nossa coragem? | Tudo é dor | E toda dor vem do desejo | De não sentirmos dor (Legião Urbana, 1989)

Tentei me candidatar ao mestrado acadêmico em 2019, contudo, não sabia nem o que era um pré-projeto. Não passei, claro. Foi quando recebi o comunicado no segundo semestre de um chamamento para alunos especiais e vi nessa oportunidade a possibilidade de tentar outra vez “Queira (queira), basta ser sincero e desejar profundo, você será capaz de sacudir o mundo. Vai, tente outra vez.” (Raul Seixas, 1975), dessa vez eu só precisava justificar meu desejo de estudar, era mais simples do que começar elaborando um pré-projeto.

Em 2020, ingressei como aluna especial na disciplina de Arte e Educação e performances culturais no programa de pós-graduação em Artes da Cena da Universidade Federal de Goiás³. Duas semanas após o início das aulas todas as atividades presenciais foram suspensas, teatros fechados, declarado estado de

³ Disciplina ministrada pelas professoras Dra. Fernanda Cunha e Dra. Valéria Maria Chaves de Figueiredo.

calamidade pública, além de medidas de isolamento social e uma crise mundial de saúde devido a COVID-19, segundo o decreto nº799, de 23 de março de 2020.

Diante dessa situação, a pausa das aulas, dos ensaios, das atividades cênicas, depois do choque dos primeiros três meses, a necessidade de encontrar nessa calamidade uma oportunidade, algo que fizesse algum sentido para dar continuidade aos meus sonhos, trabalhos e, quem sabe, “criar” algo que pudesse contribuir futuramente para outros artistas.

Cursei a disciplina em formato remoto e me empenhei em entrar no programa. Meu pré projeto era estudar o que eu estava fazendo na prática antes da pandemia. Parecia o caminho oposto, pesquisar a teoria daquilo que eu já fazia na prática, buscar a teoria a partir das minhas experiências vividas, estudar e refletir sobre conceitos que estavam na minha prática mas que eu não sabia que autores tinham falado sobre isso antes de mim. Penso esse desafio como uma busca por teorias e conceitos para embasar, aprofundar meu conhecimento sobre esse trabalho que se apresentava de forma intuitiva e vinha apresentando depoimentos de bem estar, qualidade de presença, afeto, prazer pelo movimento e (re)descoberta do corpo e da sensibilidade.

Com a pandemia, outros formatos, mediados pela internet, para trabalhar o corpo foram experimentados, mas preciso dizer que fui resistente a aceitar esse novo formato. Mesmo assim, me dei a oportunidade de realizar uma residência artística com Morena Nascimento através do projeto “Transversalidades Poéticas - SP”. Esse movimento abriu novos espaços e trouxe acolhimento para o coração em isolamento. No ano seguinte, outra oficina de criação chamada “Densidade” com Morena Nascimento e Lia Krucken, criar pelo exercício de colocar suas ideias fora da sua cabeça, foi novamente mais um espaço para minhas inquietações. Só depois de me colocar em movimento, me senti apta a oferecer uma oficina on-line da A Arte do Mover, como parte da programação do Festival Paralelo 16°. Nesta ocasião, houve a criação de um videodança, *INVERSÍVEL*⁴, transmitido ao vivo pela plataforma Youtube como resultado da oficina ministrada.

Descobrir-me autora na academia vem sendo um desafio. Sinto medo de ter medo, o que, de tempo em tempo, me paralisa. E como as ondas que vêm e vão,

⁴ Link de acesso ao vídeo dança <https://youtu.be/Ry6tOLb0Ok4>, realizado coletivamente durante o evento on-line da Mostra de Dança Contemporânea Paralelo 16, 10ª edição, em 2021. Projeto contemplado pelo edital de fomento à Dança 16/2018 do Fundo de Arte e Cultura do Estado de Goiás 2018.

sempre que possível encontro brechas que me permitem fluir na direção de criar, dirigir, dançar, ensinar, facilitar, coreografar. Tem sido parte de um longo processo terapêutico, de integração, amadurecimento, validação e reconhecimento do caminho até aqui. Um descaminho que conta com o apoio de muitas pessoas queridas.

O medo me paralisa, me faz não ter certeza de quem eu sou, ou o que eu quero, me faz duvidar do caminho que escolhi, me faz me encolher diante de um debate e trazer para mim que o problema sou eu, e também me faz submergir em minhas emoções, apresenta surpresas, ineditismos, e me obriga a ser cautelosa. Na dança, infelizmente, por muito tempo o medo me fez duvidar da minha capacidade, me comparar, não ver as coisas que eu tenho de bom, me impediu várias vezes de expirar — soltar o ar fica difícil quando estou com medo.

E se faz necessário reconhecer que cheguei até aqui inicialmente em busca de validação de alguns dos meus pontos de vista, buscando o certo e o errado e a viabilidade da aplicação de algumas ideias. Hoje, eu saio agradecendo não ter encontrado certo ou errado, mas as diversas possibilidades e o espaço que existe para que diferentes conceitos e teorias coexistam ao mesmo tempo. Portanto, não preciso provar que o outro está errado para eu estar certa. Podemos simplesmente divergir em pensamento, e está tudo bem. A lição mais profunda que aprendi aqui, foi essa.

Além dessa, a academia me ensinou a gerir, gestar, criar, e entregar algo para outra pessoa ver a partir de mim, não desistir das minhas ideias, e finalizar o que me proponho a fazer, desde colocar uma organização, planejar com antecedência, estruturar para manifestar aquilo que venho fazendo e buscar fontes e pessoas que pensam parecido.

Voltar a estudar, dentro de um curso institucionalizado me obrigou a sentar, respirar e tomar chá da tarde com o sentimento de frustração até que eu pudesse entender que as regras precisam ser aprendidas, mas não precisam ser rígidas, e sua existência tem por objetivo ajudar a gerir, nortear e, algumas vezes, servem como um ponto de partida e não necessariamente nos levam para um destino miserável de cerceamento.

E encontrei semelhanças ao refletir sobre minha dificuldade de lidar com a pressão de escrever uma dissertação para o mestrado, com o sentimento que isso despertava; no fundo, entrava em contato com uma repulsa que eu desenvolvi com relação à cobrança estética e autocobrança que desenvolvi para alcançar um

desempenho de alta performance nas artes da cena. Percebo hoje, depois de uma “faxina” em mim, que, ao pensar em trabalhar com o conceito de rigor acadêmico, o meu corpo fazia associações que deixavam ele em um estado de ansiedade e pânico, gerando medo e me paralisando.

Por vezes, me senti insuficiente, entretanto, uma importante lição que tenho aprendido dia após dia é: a dança é potência de **transformação**. É a minha medicina, é o que me permite entrar em contato com todo o caos que existe em mim, e eu sou responsável por acessar essa potência e aprender a direcionar ela para a construção de algo “bonito”. Por isso, afirmo: A dança precisa investir na formação dos professores e artistas com uma visão mais ampliada, afinal não estamos mais no século XV, temos informação suficiente para fazer melhor.

Tenho a dimensão hoje de que uma pesquisa no formato no qual propus se faz ao longo de um processo. E só entendi isso enquanto me preparava para “finalizar”⁵ meu texto. E penso no desafio que me encontrei, e ainda me encontro após a entrega desse texto, triangular: arte, saúde e educação, que por si só são campos desafiadores e deveras complexos. O resultado da triangulação, embora muito distante do ideal, contribui para um cenário de extrema urgência a ser discutido, iluminado e pautado de forma integrada.

A escolha por uma pesquisa etnográfica e autoetnográfica, de antemão, me pareceu atender com amplitude minha participação enquanto observadora e colaboradora do processo. O que de fato mostrou-se como um estudo antropológico, já que houve uma imersão na cultura específica de uma escola de balé clássico, tradicional que visa e recebe reconhecimento nacional e internacional dentro do âmbito profissionalizante artístico do Brasil.

Foi necessária uma viagem para dentro do campo, e mais ainda para dentro das minhas memórias, já que eu também estive em uma outra escola pública profissionalizante de dança, onde vivi conflitos com a família sobre que carreira seguir na adolescência, e experimentei o processo de profissionalização.

Tive a oportunidade de visitar muitas caixas, que foram cuidadosamente abertas, diante de muitos atravessamentos. E foi necessária orientação, supervisão e

⁵ Entre aspas, pois começo a pensar e a ver a ciclicidade nos eventos, como um movimento espiralado, onde não sei se realmente encontraria de fato a finalização, ou se a síntese se faz até um ponto, que pode vir a partir para um próximo ponto.

acompanhamento psicoterapêutico para refletir, curar e organizar os contextos para poder analisar e dar um parecer sobre uma experiência outra.

Descobri que dar vida à pesquisa e torná-la um processo criativo, vivendo-a a partir de um processo aberto, se aproximava mais do que eu vivenciava enquanto artista, e entender a arte como veículo de transformação me permitiu aproximar e apropriar desse trabalho e ressignificar minha trajetória. Era fundamental estar envolvida ativamente observando e participando do que estava acontecendo no momento presente e sentir que havia abertura para reformulações e ajustes espontâneos e algumas vezes intencionais.

1.2 Primeiros passos. A cada passo que se dá, se faz necessário abandonar o passo que ficou para trás

Inicialmente fui incumbida de encontrar uma hipótese ou mais de uma para dar forma ao objetivo da pesquisa, até para que eu pudesse justificar a importância da pesquisa em um contexto maior, justificar a necessidade para que ela viesse a acontecer.

Primeiro grande conflito: como alguém como eu, que estava em busca validação, e não sentia confiança sobre a importância do seu trabalho poderia justificar ou reivindicar a existência de uma pesquisa direcionada para estudar o que havia por baixo das camadas mais superficiais de uma oficina de dança?! Em realidade, eu estava completamente assustada para bancar que meu projeto era de relevância acadêmica. Mas segui dando um passo após o outro, acreditando no que eu via, sentia e recebia como retorno das pessoas que vivenciavam as oficinas.

E cheguei a uma primeira hipótese, como a experiência da *oficina/ ateliê A Arte do Mover* poderia contribuir na formação e reverberar na rotina diária daqueles jovens durante o seu processo de formação? Será possível observar algum efeito na prática artística deles, ou na qualidade de vida/ rotina? Seriam informações relevantes essas trazidas por mim nas oficinas, que agregariam valor à formação desses jovens, preparando-os para o mercado de trabalho? Seria possível qualificar essa experiência como positiva ou negativa no processo de formação e qualificação técnica em uma escola de danças?

Entendo agregar valor como oferecer ferramentas para que esse sujeito consiga cuidar de si, quando e sempre que necessário, que seja capaz de buscar

saídas, meios de enfrentar os desafios que passamos no processo de profissionalização, por exemplo, através do despertar de sua consciência para seus direitos enquanto cidadão, desenvolvimento de um pensamento crítico, valores éticos sociais, que permitam que não sejam manipulados ou fiquem presos à crenças locais.

Escrever tem se apresentado como síntese de caminhos que percorri até aqui — foram muitos, faço um recorte de uma experiência vivida nos últimos três anos dentro do mestrado acadêmico. Chamo de rotas as direções que tomei até encontrar essas palavras e versar sobre a re_invenção do meu olhar para o corpo, o trabalho do corpo através da tela e, após passarmos dois anos em isolamento social, nos comunicando através de uma tela, passando pela retomada dos trabalhos artísticos presenciais, estágio, disciplinas cursadas obrigatórias e eletivas dentro e fora do programa, produção de evento, desafio da escrita, desenvolvimento de habilidades como desenho, escrita, autoria.

Esta dissertação foi desenhada a partir dessas rotas, ainda não é claro se o termo rota compreende a sinuosidade com a qual esse caminhar foi sendo construído, e me desculpo antecipadamente se as ideias ficam confusas, desorganizadas ou em vai e vem ao serem dispostas aqui. Sigo pensando a respeito dentre os caminhos percorridos e descobertos durante a realização dessa pesquisa, permito-me não ser linear.

A metodologia apontada, a etnografia, revelou-se na aplicação de uma oficina/ateliê, enquanto trabalho de campo, para jovens em formação técnico profissionalizante em balé clássico e estudantes de fisioterapia. Ela possibilitou a elaboração, o embasamento e o desenvolvimento de pensamento crítico sobre uma atividade que até então era desenvolvida na prática sem pretensão de tornar-se ferramenta para formação e qualificação profissional dentro de espaços institucionais, partindo de experiências vividas pela artista pesquisadora.

Ao pensar em caminhos e “jornadear”, faço uso das rotas para contar algumas experiências. Partindo da inspiração que foi a leitura de um artigo publicado pela artista, pesquisadora e educadora Márcia Strazzacappa (2001) “A educação e a fábrica de corpos: dança na escola”, que me tocou em um ponto sutil e “óbvio” (se é que óbvio é visível a todos os olhos) quando Ela coloca o movimento como moeda de troca, foi uma virada de chave genial. Alguns exemplos do cotidiano que me lembro de ter ouvido: “Se você ficar quietinho, comportado, levo você para brincar no parque”

ou “já que você não se comportou como eu pedi, vai ficar aqui na sala enquanto os outros saem para o recreio no pátio.”

Fui capturada pela simplicidade dos fatos expostos naquele texto, entrei em contato com a minha criança, que ouviu bastante essa negociação. Quantas vezes, enquanto crianças, a imobilidade física serve como punição para aqueles que têm em si o movimento, e a liberdade de se movimentar como prêmio para aqueles que permanecem inertes.

Penso o corpo também como veículo⁶, entregando algo ao meio o qual está inserido. Como se expressa como indivíduo, interage e recebe estímulos para além da fisiologia. É sabido que, quando em movimento, o organismo secreta hormônios que nos fazem sentir prazer, e bem estar, mas esse mecanismo precisa de estímulo diariamente, para manter circulando na corrente sanguínea estes hormônios e seus benefícios.

Assim como as estradas e os vasos sanguíneos, um processo criativo, uma jornada e uma aventura não se fazem por caminhos lineares. Permeado de curvas, espirais, altos e baixos, espaços e lugares que as palavras utilizadas por mim ainda não são capazes de chegar. E, segundo minha observação, o desenvolver desse texto também não foi. Ainda assim, didaticamente fiz a escolha de separar os caminhos metodológicos em três rotas.

A “rota um” conta como a dança esteve presente em meu desenrolar pessoal, artístico e profissionalizante, de onde parte a ideia deste projeto, como e onde ele começou. E também apresenta como reconheço as escolhas feitas em minha carreira profissional a partir das minhas experiências corporais.

A “rota dois” conta como foram as primeiras impressões ao entrar no campo de estudo da pesquisa, todo o caminho de amadurecimento, o resgate de conhecimentos técnicos em relação à saúde, e aproximação com a área de pesquisa Medicina & Ciência da Dança, uma área que está em movimento de ascendência nas pesquisas acadêmicas.

Já na “rota três”, conto como de fato foi aplicar-participar-viver a oficina/ateliê A Arte do Mover para os jovens em formação, levando em consideração que em busca de um rigor científico, foi necessário ampliar as ferramentas utilizadas, a fim de obter

⁶ Sei que existem estudos mais aprofundados sobre veículos em comunicação, não conseguirei aqui discorrer sobre eles, mas escolho esse conceito aqui, com base em um estudo de Albert Mehrabian de 1967, sobre cerca de 93% da nossa comunicação ser não verbal.

parâmetros para buscar comparar o momento pré e pós-oficina. Essa rota apresenta em mais detalhes como foi pensada a estrutura de aplicação da oficina, resultados que comparam o estado de auto-estima antes e depois das aulas.

A autoestima é considerada uma informação subjetiva, assim como a dor, cada pessoa sente de uma forma. Logo, a comparação só pode ser medida em relação à própria pessoa respondendo novamente às questões propostas. E subjetivamente buscando elaboração sobre como observo na prática algumas alterações, posso dizer que há uma leveza e uma abertura no olhar e no corpo, que é possível sentir, assim como um céu que quando você olha tem nuvens carregadas e acinzentadas e aos poucos as nuvens vão ficando mais claras e mais espaçadas e você não só sente a atmosfera diferente, mas também um brilho diferente.

Por fim, há um espaço dedicado às reflexões, relatos tecidos durante e após a coleta dos dados, e toda a reverberação das experiências após o distanciamento do grupo. Após revisitar todo o material, incluindo as mudanças que ocorreram ao longo da pesquisa, assistir ao documentário produzido como produto artístico da pesquisa, contemplado pela lei de incentivo emergencial no estado de Goiás, representa uma parte fundamental, no papel de obra artística, complementar a esse texto, resultado de um processo de criação artística dentro de um trabalho acadêmico etnográfico e auto etnográfico em Artes.

O documentário é parte do trabalho de conclusão do mestrado acadêmico. Espero que seja uma experiência que possa dar vida às suas subjetividades e desperte sua atenção para juntos refletirmos sobre a importância de rever e questionar aquilo que tornamos habitual — e que, sem pensarmos, normalizamos atitudes e ações que talvez já existam meios para não serem mais necessárias.

Antes de partirmos para as rotas do texto, apresento a seguir uma discussão sobre as construções metodológicas da pesquisa.

2 CAMINHOS METODOLÓGICOS

Quero acreditar que, no fim deste percurso através de novos estados de corpo, emergirá uma nova poética da qual eu não fui mais do que uma humilde emissora.

(Louppe, 2012, p. 48).

Assim como colecionamos objetos significativos, também colecionamos a nós mesmos ou aquilo que escolhemos como ofício. Artistas, diretores, coreógrafos, professores, seres humanos, somos grandes colecionadores. Penso a plataforma Lattes como um conjunto de extensas coleções e tomo emprestada a tradução de Barreto (1993) das palavras de James Clifford “A história crítica do colecionador diz respeito ao que os grupos específicos e indivíduos decidem preservar, valorizar e trocar dentre o que há no mundo material”. Pensando o corpo como lugar que se guarda, ou coleciona memórias e histórias, Foucault (1971, p. 15) descreve:

O corpo - e tudo o que diz respeito ao corpo, a alimentação, o clima, o solo - é o lugar da Herkunft: sobre o corpo se encontra o estigma dos acontecimentos passados do mesmo modo que dele nascem os desejos, os desfalecimentos e os erros nele também eles se atam e de repente se exprimem, mas nele também eles se desatam, entram em luta, se apagam uns aos outros e continuam seu insuperável conflito.

A etnografia e a autoetnografia pareceram-me um meio para abarcar esse mergulho em campo, levando em si minha história de vida e tomando como arcabouço minhas experiências práticas enquanto artista, professora e fisioterapeuta. Como explica André (1995, p. 16),

Segundo Spradley (1979), a principal preocupação na etnografia é com o significado que têm as ações e os eventos para as pessoas ou os grupos estudados. Alguns desses significados são diretamente expressos pela linguagem, outros são transmitidos indiretamente por meio de ações. De qualquer maneira, diz ele, em toda a sociedade as pessoas usam sistemas complexos de significado para organizar seu comportamento, para entender a sua própria pessoa e os outros e para dar sentido ao mundo em que vivem. Esses sistemas de significado constituem a sua cultura.

Os sujeitos protagonistas da pesquisa são jovens, na faixa etária compreendida entre 18 e 26 anos, matriculados no curso técnico de dança, em processo de formação artística e profissionalizante em Balé Clássico, na cidade de Goiânia (BR).

O início das atividades da pesquisa ocorreu a partir da minha entrada na Escola do Futuro em Artes Basileu França (EFABF)⁷, com um estágio de observação participante no serviço de Fisioterapia dentro da própria escola, coordenado pelo Prof Dr. fisioterapeuta Adriano Bittar⁸, principal responsável pelo convênio entre Universidade Estadual de Goiás, dentro da Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia de Goiás (ESEFFEGO)⁹, e a EFABF.

O serviço de fisioterapia da escola é também um dos locais onde são oferecidos estágios aos alunos da graduação do curso de Fisioterapia, neste caso, o Estágio de Prática Assistida I do Curso de Fisioterapia da ESEFFEGO. Nesse processo, são recebidos estagiários em aprendizado, que oferecem atendimento em Fisioterapia e aulas de Pilates gratuitamente para os alunos da EFABF, segundo minha observação.

O espaço é sistematicamente organizado e gerido para atender a diversidade de casos e necessidades dos corpos jovens, em processo de desenvolvimento artístico e profissional das artes. Durante as aulas que acompanhei dentro do serviço, eram discutidas a sistematização teórica e vivencial da preparação e reabilitação corporal para a cena artística.

Tendo em vista que o lócus da pesquisa se deu através do diálogo entre artistas, professores de dança e fisioterapeutas, com um olhar transdisciplinar entre arte, saúde e educação, parto de uma relação profunda com o Corpo e sua preparação para o estado da cena. O corpo aqui é entendido como uma

superfície de inscrição dos acontecimentos (enquanto que a linguagem os marca e as idéias os dissolvem), lugar de dissociação do Eu (que supõe a quimera de uma unidade substancial), volume em perpétua pulverização. A

⁷ Uma abreviação será utilizada para denominar a Escola do Futuro em Artes Basileu França - EFABF.

⁸ Fisioterapeuta (PUCCamp/1994), Terapeuta Craniossacral (Craniosacral Therapy Educational Trust - UK/1996), Dançarino Contemporâneo e Intérprete-criador (Solo de Dança/1997-2000; Cia de Danças Sagradas/1999, Por Quá/2000-2010, NEKA/2014-2015, Duda Paiva Company (2016-), e Professor de Pilates (Polestar/2000-2005 e Fletcher Pilates/1999-), especialista em Dança (2004) e mestre em Artes Cênicas pela UFBahia (2005) e doutor em Arte (UnBrasília, 2015), professor adjunto da UEstadual de Goiás/Escola de Educação Física e Fisioterapia (1994-), coordenador da Pós-graduação em Pilates da Faculdade CEAFI (2006-), membro da Faculdade Fletcher e representante Fletcher Pilates no Brasil (2012-), fisioterapeuta e preparador corporal da Quasar Cia de Dança (2000-2016) e do Basileu França (2015-), proprietário e fisioterapeuta do Studio Adriano Bittar (2007-) e membro criador da Rede Brasil-Reino Unido em Medicina e Ciência a Dança (2016-). Tem experiência nas áreas de Fisioterapia, Educação Física, Dança, e Medicina & Ciência da Dança, com ênfase no Ensino Superior, na Prevenção e Tratamento de Alterações Músculo-esqueléticas, Dor Crônica, Reeducação Postural e do Movimento e Preparação Poética, atuando principalmente nos seguintes temas: Pilates, Terapia Craniossacral, Preparação Poética nas Artes Cênicas. (Retirado do site escavador - <https://www.escavador.com/sobre/3751544/adriano-jabur-bittar>) Importante salientar que ele é o precursor dos estudos e prática da Medicina e Ciência da Dança no estado de Goiás.

⁹ A abreviação ESEFFEGO será empregada para citar a Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia do Estado de Goiás.

genealogia, como análise da proveniência, está, portanto, no ponto de articulação do corpo com a história. Ela deve mostrar o corpo inteiramente marcado de história e a história arruinando o corpo. (Foucault, 1971, p. 15)

Neste sentido, ouvi e dialoguei com o conceito proposto por Bittar (2015): a Preparação Poética. Ela se refere à interação de todos os fatores que podem vir a possibilitar ao artista obter seu melhor desempenho em cena, partindo do meu entendimento de alta performance na dança, padrões cobrados para conseguir emprego em companhias de dança, as quais têm como requisito qualificação técnica em balé clássico e experiência em dança contemporânea. E, no caso da preparação Poética, o treinamento faria uso de ferramentas para além da própria técnica cênica. Por exemplo, especificamente com este grupo profissionalizante em balé clássico, seria interessante a exposição a trabalhos complementares de suporte ao corpo em um sentido integral, conhecidas como abordagens corporais integrativas, como Pilates, Método Bertazzo, técnicas da educação somática, entre outras.

Márcia Strazzacappa (2012) defende a importância da educação somática e dos reformadores de movimento na criação de técnicas terapêuticas alternativas à medicina tradicional na resolução de problemas corporais.

É dentro deste espírito que as técnicas corporais encontraram um reconhecimento, um status no mundo terapêutico dito “alternativo”, mesmo sem ser esta sua vocação primeira. Estas práticas, ainda que sem o rótulo de médicas, trazem benefícios aos indivíduos que as praticam, oferecendo-lhes exatamente aquilo que procuram na medicina tradicional, mas que raramente encontram: a atenção à sua integridade. (Strazzacapa, 2012, p. 51)

Bittar (2015) descreve todo o desenvolvimento do seu trabalho junto aos sujeitos, os quais estiveram com ele em seu estudo de doutorado, até o momento da criação do conceito Toque Poético, desde o caminho da sua intervenção fisioterapêutica através de manobras, manipulações e a aplicação da técnica crânio sacral, a proposição dos Rabiscos, isto é, intervenções através do desenho em relação ao movimento, trabalhadas e desenvolvidas a partir do entendimento de que “[...] o toque pode criar a dança, à medida que faz um estímulo físico, ou seja, o contato pele-pele, ajudar um fluxo não censurado de movimentos a surgir; a pele passa a ver, ouvir, sentir além disso, a criar a dança.” (Bittar, 2015, p. 69). Bittar (2015) traz importante referência no desenrolar das experiências, provocando e propondo o inesperado, abrindo espaço para descobrir os riscos e potenciais descobertas a partir desse corpo fluido “[...] o corpo todo respira e se move em forma de onda [...]” (Bittar, 2015, p. 68).

Eu não segui a propriamente a metodologia do Adriano, contudo, ler sua tese representa um ponto de encontro de similaridades em relação ao raciocínio clínico artístico durante a aplicação do trabalho. O que me aproximou e despertou para que eu olhasse para o meu próprio trabalho de outra maneira, como um *insight*¹⁰. Fez sentido no movimento de busca por colocar em palavras minhas vivências com arteterapia, os processos criativos, as oficinas que experimentei, foi e é um conceito que entrega poiesis.

Esse período é atravessado primeiramente pela proposição do meu trabalho com *A Arte do Mover*, em direção aos estudantes da graduação em Fisioterapia da ESEFFEGO, o que foi uma gratificante e delicada experiência. Houve, de imediato, uma conexão e uma empatia com eles, despertada pelo fato de também ser graduada em Fisioterapia. Uma ideia colocada pelo Professor Adriano, proposta para que eu desenvolvesse com completa autonomia um trabalho direcionado aos alunos.

Diante desse encontro houve a primeira virada de chave, e uma expansão do ponto de vista sobre as possibilidades de utilização de elementos em minhas oficinas. Foi a primeira vez que senti que de alguma forma eu poderia contribuir em outras áreas, a partir de uma oficina de dança, despertar pensamento crítico, leveza, curiosidade, inspiração, cuidado e autocuidado.

Entrar em contato com uma espécie de despertar do corpo daqueles futuros fisioterapeutas foi fundamental para posicionar em mim essa pesquisa na área da saúde. Inclusive, no processo de ganhar confiança em conduzir e facilitar caminhos no corpo dos outros, já que isso aconteceu no primeiro momento de retorno às aulas presenciais após a pandemia. Estar diante deles experimentando minhas propostas, e compreender no meu corpo o potencial que havia ali: no encontro entre Corpo do terapeuta e Corpo do outro (cliente - paciente - cuidado) e como se faz necessário se investigar, se conhecer para estar diante do cuidar do outro.

Prestar os atendimentos individuais reunindo conhecimentos da fisioterapia clássica, com exercícios de dança, respiração, o método bertazzo, a escuta sensível, a experiência vivida enquanto bailarina profissional em diferentes companhias, desde

¹⁰ Segundo o dicionário online Michaelis: A definição para *Insight*. O entendimento súbito e claro de alguma coisa; estado, luz: “Ter insight é, de repente, sacar as coisas, perceber o não percebido, descobrir o óbvio, desvendar o que está contido mais além do trivial” Disponível em <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/insight/>. Acesso em: 22 ago. 2024.

as experiências artísticas até as lesões e travessias por diferentes tratamentos foi mais um ponto chave durante a realização desta pesquisa.

No Rio de Janeiro, meus professores sofreram influências de reformadores do movimento, tiveram oportunidade de estudar nos Estados Unidos, Europa e o conhecimento que era difundido em suas aulas muitas vezes não trazia em si a referência primária de onde veio aquele movimento, ou intervenção, mas, muitas vezes vinham a partir da reprodução de algo vivido. Esse é um ponto de vista que compartilho a partir da minha experiência, pode parecer absoluto, mas não é minha pretensão universalizar.

Penso que meu corpo sabia muito mais do que a minha cabeça lembrava e era ele quem trazia as memórias das falas dos meus antigos professores, supervisores, terapeutas. A experiência está viva no corpo e inclusive, a partir de Larrosa (2002), está relacionada a ser atravessada e ter consciência de que meu corpo sabe mais do que minha mente consciente. Enquanto a minha cabeça por vezes demonstrava medo de falhar, esquecia nomes, técnicas, o meu corpo sabia como se posicionar, entendia sobre o movimento que estavam relatando, conhecia as forças necessárias e a combinação delas para a realização mais apropriada para aquele Corpo individual realizar o movimento que precisava.

Na casa que é o seu corpo, elas ouvem. As paredes que tudo ouviram e nada esqueceram são os músculos. Na rigidez, críspação, fraqueza e dores dos músculos das costas, pescoço, diafragma, coração e também do rosto e do sexo, está escrita toda a sua história, do nascimento até hoje. (Bertherat & Bernstein, 1986, p. 11)

E somente depois de reviver essas experiências diversas, entrar em contato com métodos diferentes, foi publicado o Edital de Seleção de Projetos de Dança - Concurso nº 08/2021 - SECULT, e na categoria 7: Pesquisa em dança ou publicação de livro sobre dança, inscrevi meu projeto. Inaugurando a presença da minha pesquisa acadêmica aos editais de arte, justificando que o fomento recebido seria para a realização e manutenção de custos da pesquisa de campo do Mestrado Acadêmico da artista Gabriela Leite na área de estudos transversais em teatro, dança e direção de artes. Mais uma vez, tentando coincidir os conhecimentos e criar pontes entre mundos.

Fui contemplada pelo concurso e com a verba recebida pude comprar material para enriquecer e ampliar as experiências nas aulas como folhas, canetas, papel,

bolas, tapetes, cola, tesoura, lápis de cor, barbante e outras coisas, que foram utilizadas durante o ateliê-oficina.

Sendo um mestrado em artes, em minha curiosidade e inquietude, me dei a tarefa de apresentar um produto artístico como forma de conectar os universos, oferecer arte ao programa, e pesquisa à arte. Assim surgiu a ideia de produzir um curta documental, uma obra artística, que penso como um ponto vivo da pesquisa, para além de palavras escritas: uma experiência audiovisual com alguns registros da nossa experiência juntos durante o ateliê-oficina.

A criação dessa obra prezou por ampliar as vozes dos colaboradores e toda a sua contribuição. Não há partilha se não houver o outro, e no caso da arte, a arte é veículo de expressão, é lugar de colocar para fora de si emoções, pensamentos, sugestões, potência; é um canal, um receptáculo, podendo ser feita para compartilhar, ou não, o que fica a critério daquele que cria.

A entrevista realizada e as falas do documentário não serão descritas aqui, como em muitos trabalhos há uma transcrição das entrevistas; porém, é possível acessar o vídeo via link¹¹. O formato audiovisual deve-se ao propósito de que o material possa ser mais imersivo, permitindo que as pessoas possam ouvir, sentir, ver um pouco do que eu vi, ouvi e senti ao final dessa linda jornada de auto desenvolvimento que pode ser feita através da arte, com um olhar para a saúde e respaldada pela educação. O documentário é uma descrição cuidadosa e reflexiva, que demonstra e atualiza o que foi observado, quais fenômenos foram compreendidos de forma “significativa”, para mim, no caso desse recorte abordado pela pesquisa.

A formação técnica em dança na referida Instituição apresenta problemas prévios à minha entrada como observadora participante. Adentro as portas dessa escola, atravessada de histórias vividas por mim em minha trajetória com amigos próximos, e alunos locais que desistem de suas carreiras por falta de motivação, apoio, auxílio e informação sobre as possibilidades que existem quando o assunto é a formação em dança.

Ainda hoje existem muitas pessoas que possuem traumas e profundas questões mal resolvidas com seu corpo, por terem passado por alguma experiência que as fizeram acreditar que a dança não é para elas. No meu caso, quanto mais vivo a dança em diferentes contextos, mais preciso desenvolver a capacidade de alargar,

¹¹ Disponível em <https://youtu.be/X1yhaN6Gb4o>. Acesso em: 12 ago. 2024.

romper os limites e crenças que se mostram impeditivas na construção de uma inteligência emocional que abarque diferentes contextos, formatos, maneiras de ensinar tecnicamente um ser humano.

Formar um bailarino hoje em dia, diante da quantidade de informações descobertas e discutidas sobre biomecânica, prevenção de lesões, nutrição e não ensinar sobre limites aos abusos sofridos por eles durante a formação e profissionalização os mantém reféns e alimentadores de um sistema de opressão, abusivo e hegemônico. Isso abastece uma falta de clareza sobre direitos e deveres éticos fundamentais para que esse profissional da arte tenha elementos para se posicionar diante de maus tratos, assédios moral e verbal, que podem acontecer no ambiente de trabalho, por exemplo. Ao meu ver, essa lógica contribui para que a dança continue sendo uma profissão mal regulamentada e mal gerida diante do ministério do trabalho, previdência social, sem definições claras sobre direitos e deveres éticos nas relações interpessoais e profissionais.

Vejo nessas relações de poder que algumas medidas tomadas, submetem os sujeitos a suportar situações de abusos verbais, e punições veladas, mas que acreditam ser normais e parte do processo para realizar seus sonhos, suportar para progredir em sua carreira, e sequer sabem que poderiam se defender contra esses abusos por direito. Um sistema que se engasga em um ciclo não saudável de falta de informação, respaldo e abuso em troca de manutenção de privilégios, aceitação e pertencimento. Quando a Instituição decidir incluir debates e informações a respeito de direitos e deveres éticos profissionais na formação desses jovens, mesmo sabendo que pode isso pode vir a ferir seus próprios interesses, oferece informações valiosas para que esses tornem-se mais conscientes sobre seus direitos e deveres no cenário profissional.

Fazer etnografia, portanto, é dar voz a uma minoria silenciosa; é caminhar em um mundo desconhecido; é abrir caminhos passando das contingências para a autodeterminação, para inclusão na escola, na vida social, no mundo da existência solidária e cidadã. Fazer etnografia é um pouco de doação de ciência, de dedicação e de alegria, de vigor e de mania, de estudo e de atenção. Fazer etnografia é perceber o mundo estando presente no mundo do outro, que parece não existir mais. (Mattos, 2011, p. 45)

De caráter qualitativo, esta pesquisa permitiu partir de ideias pré-concebidas e no desenrolar da pesquisa, durante a caminhada realizada, após os eventos observados e vivenciados, realizar reflexões e ressignificações a partir da coleta dos dados, formular um contexto que explique ou justifique as narrativas, oferecendo a

oportunidade de abertura em um espaço público extremamente fechado, em um território fora do eixo Rio - São Paulo, em uma inter relação entre áreas extremamente complexas no nosso país, a arte, a saúde e a educação em um espaço público.

Concluindo, parece fácil reconhecer a pesquisa qualitativa, mas destacar dela a etnografia é uma tarefa que exige olhos exigentes e perspicazes. As metodologias ou os procedimentos não qualificam ou desqualificam uma pesquisa, o que faz é a rigorosidade, o compromisso, a relevância científica e social, a capacidade do pesquisador em proceder e comunicar aquilo que fez o que resultou do seu fazer científico. (Mattos, 2011, p. 35)

A escolha metodológica deste trabalho, tanto a autoetnografia quanto a etnografia, me proporcionaram escrever sobre vivências a partir da própria pele. Atravessamentos e transbordamentos desdobrados que seguem reverberando o período de um ano dentro do campo de pesquisa, divididos em duas experiências entrelaçadas com o serviço de fisioterapia e uma experiência prática preciosa aplicando a oficina com um grupo de jovens.

Aprendo aqui na academia quais são as escolhas que faço em relação à escrita, o conduzir de forma cuidadosa uma vivência, olhar com atenção para o outro e escutar de forma porosa é metodologia. Escolher me posicionar durante o processo através de uma perspectiva não hierarquizada, e menos dicotômica, realizando uma necessária discriminação em relação às escolhas sobre meu posicionamento político social através da minha prática é um caminho dialógico.

É uma escolha construir uma relação de respeito, cuidado, atenção e criação de vínculo entre mim e os jovens em formação técnica. As relações de poder, vão sempre existir, mesmo em um contexto horizontal, existem os papéis a serem desempenhados, mas, hoje, enxergo que temos possibilidades e ferramentas inúmeras para escolher como vamos desempenhá-los.

Esse foi um caminho escolhido em termos pedagógicos, metodológicos e artísticos. A partir da escuta sensível, a paciência de não exigir o que eu quero, mas o que eles têm para me oferecer, o silêncio quando não há resposta para dar espaço para o sentir, o olhar atento às pequenas coisas. Perguntar se está tudo bem se houve um atraso e agradecer que a pessoa tenha conseguido chegar. Procurar saber se tem algo que eu possa fazer por alguém que parece angustiado, triste, atravessado. Oferecer um abraço para quem estiver precisando. Demonstrar aquilo que eu gostaria de ver, me colocar na posição de tentar diante deles. Decidi não me perguntar se eu

poderia fazer isso, simplesmente estava sendo eu, humana, que falha, e que busca ser.

Chego a academia curiosa, decido a metodologia do meu trabalho e o processo de estar envolvida em um trabalho de campo me transforma. Mesmo que a análise dos dados esteja sujeita a divergências, já que foi coletada e será discutida por mim mesma, considerando que ninguém acompanhou o processo de desenvolvimento e atravessamento mais de perto do que eu, então convergir e divergir vai ser resultado da mistura entre passado, presente e futuro.

Nesse sentido, foi no encontro com os participantes da pesquisa e em situações que o próprio campo proporcionou, que as reflexões aqui apresentadas foram constituídas — e não como algo prévio. Me colocando como observadora participante, ativa e em posição horizontal diante dos participantes da pesquisa, não houve possibilidade de não me envolver e me questionar, ou me recordar de situações vividas no passado.

2.1 Participantes

Esta pesquisa contou com a participação de diversos grupos. Ao longo de quase um ano, estive em sala com 34 (trinta e quatro) sujeitos. Durante a leitura e o caminhar desta dissertação será possível notar que a cada rota que percorri, tive a oportunidade de encontrar e compartilhar com sujeitos diferentes o processo de entendimento e amadurecimento de ideias. Transformar uma oficina em uma pesquisa acadêmica foi também o desenvolvimento da pesquisa.

Identificar o escopo da pesquisa foi trabalho desenvolvido em campo. Era muito importante que o processo se mantivesse aberto, dando-me a oportunidade de ir testando e afinando os instrumentos e elementos para que, ao me aproximar do grupo central da pesquisa, o grupo de jovens em formação profissionalizante em balé clássico, eu tivesse uma margem de segurança com relação às atividades propostas.

Como constituinte de todo o processo de oficina/ateliê A Arte do Mover, vou considerar nas análises específicas apenas os 12 sujeitos colaboradores, que tiveram seus dados coletados mediante à participação integral da oficina/ateliê, estruturada sobre os cinco pilares de trabalho: conscientização corporal, relação corpo e espaço, qualidade de movimento, relação coreografia e intérprete e composição coreográfica. São esses 12 participantes que estão presentes na ficha técnica do documentário

como artistas participantes, na produção da obra audiovisual atinente à pesquisa em artes da cena, conforme detalhado na Rota 3.

No grupo geral, todos são residentes no estado de Goiás e matriculados em uma instituição de ensino pública, seja na ESEFFEGO ou EFABF. Fossem os acadêmicos do curso de fisioterapia, ou os alunos da escola Basileu França que precisavam de atendimento fisioterapêutico, ou ainda os alunos do núcleo de altas habilidades, ou corpo de baile¹² da EFABF.

Com os acadêmicos da UEG/ESEFFEGO, utilizei apenas o pilar da conscientização corporal, devido ao pouco tempo que tínhamos. Assim, as propostas nos encontros, incluíam exercícios com toque, observação e pesquisa das partes do corpo. Despertando-os para o sentir e o comunicar a partir do toque e não da fala, realizamos exercícios que exigiam deles coordenação, isolamento corporal para realização de movimento, imitação e observação corporal através da atividade de escaneamento corporal.

Os dados¹³ deste estudo etnográfico e autoetnográfico, como idade, cidade natal, horas de sono, alimentação, entre outras perguntas, encontram-se no anexo 1 para fins de consulta. Porém, o recorte analítico mais aprofundado neste estudo, abrange a experiência vivida com os 12 (doze) jovens brasileiros, com idade compreendida entre 18 a 26 anos, naturais das cidades de Pindamonhangaba, São Paulo, Santa Gertrudes, Barra Bonita, Suzano, Caxias do Sul, Praia Grande, Mauá, Goiânia, Brasília, Osasco e Cascavel, todos residentes em Goiânia, matriculados na EFABF no período mínimo de dois meses a 12 anos.

Trata-se de um grupo diverso, com experiências diversas, contudo, vivenciando um ambiente comum durante a pesquisa. Eram 8 (oito) participantes do gênero Feminino e 4 (quatro) do gênero masculino. Dentre esses 4 (quatro) se autodeclararam negros. Apenas uma vive com sua família. Os demais declararam que vivem sozinhos ou dividem apartamento com outros estudantes da escola.

¹² Terminologia utilizada para denominar os alunos classificados como detentores de qualidades físicas e artísticas de alto padrão técnico, que são convidados a participar e compor o elenco para a realização e participação em trabalhos artísticos criados e remontados apresentados em eventos, festivais, competições e temporadas.

¹³ Ainda que essas informações não estejam analisadas de forma vertical separadamente, elas compõem perfis biopsicossociais dos sujeitos que estudam numa mesma escola, o que para mim, é fundamental para a compreensão das realidades contextuais e de aproveitamento de cada participante, para além do espaço da sala de aula.

Para a pesquisa de campo, também foi utilizada a Escala de autoestima de Rosenberg (1965). A decisão por incluir a escala deve-se ao propósito de utilizá-la como instrumento de comparação da auto avaliação da auto estima deles antes e depois de experimentar a oficina¹⁴. Especificamente, a Escala utilizada foi de Autoestima de Rosenberg (1965), com base na adaptação de Hutz (2000) para o Brasil. O instrumento possui dez afirmativas, seis que se apresentam de forma positiva em relação a si mesmo e quatro com referencial mais negativo e depreciativo. Como resposta, pode ser escolhida apenas uma das seguintes opções de resposta: Discordo, discordo totalmente, concordo e concordo totalmente. E quanto maior a pontuação, maior a autoestima do sujeito. Vale lembrar que existe uma média ideal, que se trata de uma medida saudável para que esse sujeito também não se feche em uma visão egoica. Segundo a pontuação, ela vai ser considerada relativamente proporcional.

Além disso, houve entrevistas, discussões em grupo, desenhos, todo o material de apoio utilizado, diário de campo, conversas nos corredores e mantive também disponível um grupo de Whatsapp para trocas, qualquer dúvida ou necessidade de entrar em contato para conversar, qualquer coisa que tivesse sido despertada e estava sendo necessária a escuta, no processo individual e/ou coletivo de elaboração do sentido ao longo das aulas.

O tempo e o distanciamento da pesquisa foram fundamentais para uma reflexão crítica depois de um mergulho profundo na minha própria história. Escrever sobre quais caminhos metodológicos mapearam essa caminhada, permitiu acesso a meu próprio acervo de imagens e notas, experiências anteriores e diversas com a arte do mover.

Elaboração falada e escrita das minhas percepções, formatação e compreensão das minhas escolhas e a direção que dança faz sentido para mim. Seja a que considero possível fomentar na posição de formação profissionalizante de jovens bailarinos, seja contribuinte para conhecimento corporal de acadêmicos da saúde e cuidadores, na condução de aulas para pessoas interessadas na dança pelo prazer de redescobrir seus corpos, retornar de onde deixaram uma parte de si, realizar

¹⁴ Não será abordado aqui neste texto, mas há pesquisas que demonstram o uso dessa escala também em trabalhos que buscam analisar distúrbios de autoimagem e de alimentação existentes entre bailarinas e bailarinos profissionais.

um sonho de criança, ou ainda inaugurar um ano de algo completamente fora da sua zona de conforto.

2.2 Procedimentos metodológicos

Apesar de todas essas experiências vividas comentadas e reunidas no texto, a parte central dos procedimentos aplicados giram em torno da aplicação da oficina/ateliê A arte do mover com suas respectivas 30H (trinta horas) de carga horária, que se deu com os jovens do corpo de baile, convidados a participar voluntariamente da pesquisa. A aplicação da oficina/ateliê foi realizada de forma coletiva.

A escala de auto-estima de Rosenberg (1965) foi aplicada no primeiro e no último dia de trabalho prático para fins de comparação¹⁵. Os adolescentes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e foi dada a garantia do sigilo das informações pessoais. O Estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Goiás.

Ainda sobre a pontuação da Escala Auto estima de Rosenberg (1965), em suas pesquisas sobre como resolver as contradições, a pesquisadora compreendeu que, para responder às afirmações negativas, os jovens estariam sendo expostos a reflexões com níveis de complexidade maiores do que às afirmações positivas, e que era necessário abrir espaço para abrigar incoerências e perceber a habilidade cognitiva que esses jovens apresentaram para responder aos itens. Além disso, viu que em um estudo feito por Marsh (1996) foi observado que pessoas jovens são mais suscetíveis a dar respostas aos itens negativos incoerentes às respostas dadas aos itens positivos, o que pode ser um fator para observação do nível de complexidade cognitiva dos jovens¹⁶.

A mensuração da autoestima tem sido mundialmente realizada por meio da Escala de Autoestima de Rosenberg - EAR (Rosenberg, 1965), conceitualizada pelo autor como um instrumento unidimensional capaz de classificar o nível de autoestima em baixo, médio e alto.

¹⁵ Se faz importante comunicar que somente após a realização da coleta de dados, durante a análise, observei que havia algumas contradições sobre a ordem das perguntas, o questionário foi tirado da internet, a primeira vez realizado como um ditado, a segunda vez impresso e por escrito, durante a análise das respostas, em vista de comparação, foi necessária uma reorganização das perguntas para que o score fosse calculado de acordo com a posição das perguntas.

¹⁶ Durante a pesquisa percebi que a literatura apresenta muitos estudos com profissionais e crianças na dança, contudo poucos estudos englobando a fase da adolescência e adulto jovem, justamente período de mudanças corporais, complexidades e desenvolvimento de psicoemocionais.

A escala original foi desenvolvida para adolescentes e possui dez sentenças fechadas, sendo cinco referentes à "autoimagem" ou "autovalor" positivos e cinco referentes à "autoimagem negativa" ou "autodepreciação". As sentenças são dispostas no formato Likert de quatro pontos, variando entre "concordo totalmente" e "discordo totalmente" (Rosenberg apud Sbicigo; Bandeira & Dell'Aglio, 2010).

Em todos os nossos encontros, começávamos e terminávamos a vivência em roda, com a pergunta: "Quem é você hoje?" e, em uma palavra, expressávamos como estávamos chegando ali. Ao final do encontro, novamente apontávamos como estávamos saindo após a troca durante a prática daquele dia.

Foram realizadas muitas perguntas, o espaço circular permitia horizontalizar nossa relação, e me colocar diante deles como igual. Havia um espaço para a elaboração pessoal e sensível do que estava sendo proposto. Perguntas e questionamentos para reflexão ao longo do processo e, no último dia, realizamos uma entrevista com os jovens colaboradores, com perguntas como: O que está movendo? Quem está movendo? Onde está movendo? O que mais está acontecendo? - quais partes do corpo se movem - o que acontece em você quando observa outra pessoa se movendo - mude a velocidade - o que pode notar ao redor? - caminhar sozinho, em dupla, evitando uma trajetória circular, experimente diferentes velocidades, caminhar e falar ao mesmo tempo, entre outras consignas disponíveis nos anexos e apêndices deste trabalho.

A leitura e a pausa a partir de textos e citações que atravessaram meu desenvolvimento pessoal rumo ao autoconhecimento foram escolhidos para ajudar nesse despertar. Os textos são um estímulo a mais durante a prática, apresentando a esse artista do movimento a palavra. Abrindo espaço nesse corpo proativo para reflexão. Um outro tipo de movimento, aguçado por outros caminhos, revelando outras rotas para se comunicar em sua totalidade, desta vez não só através do estímulo do movimento de outra pessoa, como um passo a ser observado e reproduzido, mas como o despertar da imaginação e da interpretação.

Ailton Krenak, me inspira com sua simplicidade e sabedoria, alimentando minha reconexão com a natureza e a beleza do macro e microcosmos no ser. Faço uso de algumas passagens durante a condução das aulas, em suas obras, como "O amanhã não está a venda" (2020), "Ideias para adiar o fim do mundo" (2019) e "A vida não é útil" (2020), inspirando as práticas com sua simplicidade e presença potente em

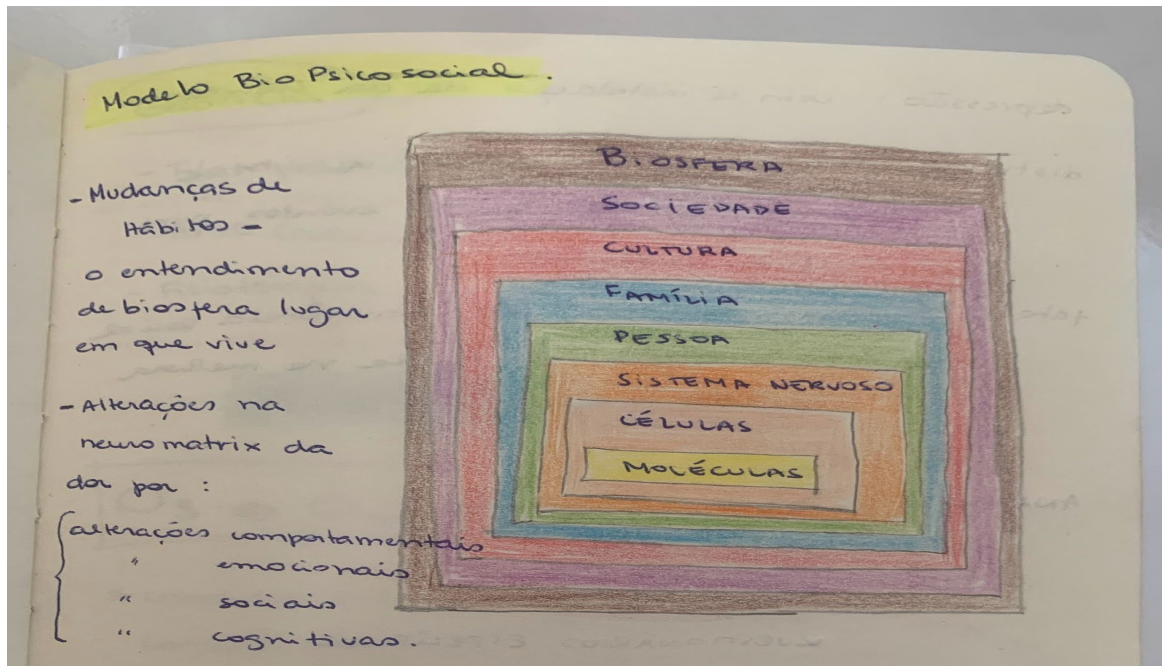
relação ao ser estar no mundo, a sua existência — o que, em meu ponto de vista, conversa diretamente com o modelo biopsicossocial hoje discutido na área da saúde integrativa.

O modelo Biopsicossocial originou-se na medicina psicossomática, capaz de orientar o paciente de forma holística, integrada e com uma equipe multidisciplinar, profissionais de diversas especialidades. Devido à característica multifatorial a partir da qual o sujeito está sendo avaliado, acontece uma descentralização de uma única especialidade médica. Segundo artigo encontrado no site da pós PUCPR, a jornalista Olívia Baldissera (2021) faz uma síntese:

O modelo biopsicossocial é uma abordagem multidisciplinar que compreende as dimensões biológica, psicológica e social de um indivíduo: Biológico: investigação dos sintomas físicas para entender como a causa da doença pode estar no organismo do paciente. Aborda questões como a saúde física, propensões genéticas e efeito de drogas e medicamentos. Psicológico: investigação das causas psicológicas para um determinado problema de saúde do paciente. Aborda questões como habilidades sociais, relacionamentos familiares, autoestima e saúde mental. Social: investigação de como fatores sociais (aspectos socioeconômicos, culturais e inter-relacionais) podem afetar a saúde do paciente.

Ilustrando em quadrados contidos dentro de quadrados menores, que somos feitos por moléculas presentes na biosfera, ou camadas que se desdobram e sofrem interferência de outras camadas.

Figura 1 - As camadas do modelo biopsicossocial



Fonte: Acervo da pesquisadora, caderno de campo.

Além dele, Davi Kopenawa e Bruce Albert, com sua obra “A queda do céu” (2010) me fazem refletir sobre desenvolvimento, crescimento no mundo em que vivemos, afinal, por que estar no mundo de maneira crítica e consciente, se podemos ser apenas consumidores? E poeticamente, Manuel de Barros, Clarice Lispector, e outros me emprestaram suas palavras para que eu pudesse adentrar outros corpos.

Não era à toa que ela entendia os que buscavam caminho como buscava arduamente o seu! E como buscava com sofreguidão e aspereza o seu melhor modo de ser, o seu melhor atalho, já que não ousava mais falar de caminho. Agarrava-se ferozmente à procura de um modo de andar, de um passo certo. as o atalho com sombras refrescantes e reflexo de luz entre as árvores, o atalho onde ela fosse finalmente ela, isso só em certo momento indeterminado da prece ela sentira. Mas também sabia de uma coisa: quando estivesse mais pronta, passaria de si para os outros, o seu caminho era os outros. Quando pudesse sentir plenamente o outro estaria salva e pensaria: eis o meu porto de chegada. Mas antes precisava tocar a si própria, antes precisava tocar no mundo. (Lispector, 1998, p. 57)

Palavras, gestos, olhares e silêncios despertando o corpo e convidando-o a mergulhar em suas – nossas histórias, emoções, ancestralidade, desejos, medos, movimento, fluxo... Seja bem vindo aos meus passos, pegadas e rastros. “Meus” pois sou eu quem vos escreve. Se por acaso ainda não alcançarmos com clareza os fatos e os aprendizados, peço que me perdoem, é que venho fazendo esse caminho a cada passo que dou. É presente, passado e futuro, não sei bem aonde vou, mas sinto que gostaria que caminhássemos juntos. Vamos?

3 ROTA UM

A dança. Para quê a dança? Qual dança? É irônico pensar que eu não havia parado para refletir sobre essas perguntas antes. Que o óbvio para uns nunca foi observado por outros. Respondê-las, já respondi, mas agora compreendo a complexidade habitante nesse mar de respostas possíveis.

Por isso, apresento aqui a dança que hoje reverbera em meu fazer. Meu encontro com a contemporaneidade. E, neste momento, ela clama por espaço nas artes da cena, mas que esses espaços também estejam inseridos na vida ordinária, cotidiana, e que questione, atrevendo-se a olhar as coisas a partir de outras perspectivas. Minha dança pede ajuda às artes visuais, à performance e ao teatro. A crise abre um buraco profundo e invisível, exigindo espaço para a mu~dança. Preciso rever muito em mim. Buscar compreender o mundo a partir de conceitos da arte contemporânea e esses novos velhos diálogos em mim.

Penso que, independente da área de atuação profissional, arte, saúde ou educação, a arte contemporânea pode vir a ser uma perspectiva a ser observada e refletir pontos sobre, como as pessoas estão aqui no Mundo. Não vejo a dança como uma atividade democrática ainda, mas vejo-a como uma possibilidade para criar narrativas que podem ajudar no processo de elaboração e discussão de questões político sociais e filosóficas.

Se na dança contemporânea é a própria dança que se faz perguntas a si a ao mundo, ela pode se oferecer como um bom operador transversal para pensar qualquer dança. Seguindo esta proposta, a dança contemporânea funcionaria como uma espécie de fresta ou janela: os graves questionamentos éticos, estéticos e políticos presentes na dança contemporânea nos ajudariam a pensar a própria dança. (Rocha, 2016, p. 114)

A sensação é que a dança de maneira prática mas não generalizada, ainda está no passado, em um inconsciente coletivo de forma muito idealizada, formatada e rígida. Até aqui, de forma bastante pessoal, não vejo uma valorização ou validação do Mundo da arte. Conceito discutido por Danto (1969), um pensador que debruçou sua vida em conceituar arte, trazendo discussões sobre trabalhos de artistas que vieram na contramão principalmente no contexto das artes plásticas, e quanto à dança? Como caminha nossa receptividade enquanto consumidores de dança para além da dança “importada” da Europa ou Estadunidense?

A dança para mim, é lugar para encontrar. É transitável, me permite não ter que elaborar com as palavras faladas e também o desencontro delas, as palavras. A dança para mim já foi um sonho, hoje é profissão conectada ao que tenho para mim como minha missão: facilitar que mais pessoas se conectem com a alegria e o prazer de estar em movimento. A dança promove alegria de viver, ela vem me salvando de muitos lugares sombrios — talvez por isso a dança para mim vem se transformando em lugar de troca, gratidão e transformação, deixando de ser aquela dança que um dia foi para mim objetivo, fim da inatingível perfeição. Ela significa e ressignifica minhas alegrias, tristezas, angústias, desespero, medos... A dança não passa do hoje, ela muda em sua dança imperfeita diante do incorporar da impermanência.

Na academia, muito se estuda e discute o pensamento decolonial. Este nos apresenta meios para falar sobre uma série de questões que foram e são silenciadas e que permanecem presentes no dia-a-dia e são reproduzidas diariamente dentro de Instituições, inclusive nas companhias profissionais de dança, questões raciais, étnicas, de gênero, posição social, sem falar do silenciamento que acontece, por exemplo, quando o assunto é a maternidade.

Diante da minha trajetória nas companhias privadas em que estive como bailarina profissional, aconteceu que mulheres profissionais da dança quando decidem iniciar o processo de tentar engravidar e comunicam sua decisão à direção, foram desconsideradas para a função em seus empregos. Isso, sem falar no tempo que elas levam para se reinserir no mercado profissional. Contudo, as discussões sobre essas questões na contemporaneidade não são claras ou efetivas na implementação de políticas que regulem dinâmicas como essas. E a dança contemporânea não está engessada somente no agradável e belo, ela pode também ser denunciativa, em toda a sua criatividade, e realmente tem a capacidade e o lugar de mostrar avessos da sociedade.

Tomei a liberdade de fazer desta dissertação um lugar para promover reflexão, organizar e entrar em conflitos e descobertas de caminhos desconhecidos, justamente pelo impacto que tiveram esses estudos na minha prática artística, seja diante da pesquisa realizada em campo de ensino em dança rígido e conservador, seja nas experiências de formação que realizei durante o mestrado, através de disciplinas ou

cursos de formação. Para citar um deles, escolho o Método Bertazzo, que contribuiu significativamente para dar suporte e embasamento para olhar para o corpo como um sistema complexo e integrado, que reproduz e possui movimento e que esse pode ser apreendido a partir do gesto orientado, introduzindo a somática de forma um pouco mais consciente, se assim posso dizer.

Fui atravessada por inúmeros projetos que ficaram em suspenso devido à pandemia. E todos esses fazeres foram somando experiências e contribuindo de maneiras exponenciais na direção do meu trabalho artístico e pesquisa.

Devido à inscrição e ao recebimento de um fomento público, do Fundo de Arte e Cultura de Goiás, no edital de formação artística, realizei uma imersão no Método DanceAbility, método sistematizado com intuito de trabalhar a dança para corpos diversos. E uma avalanche de informações novas me surpreendeu sobre políticas de acessibilidade na dança. O conjunto de todas essas experiências me modificou: escutar, ver, sentir, tocar e imaginar expandiu.

E diante do vivido, em minha trajetória, fui impelida a olhar o reverso, observar e lidar com o impacto que isso teve em mim como pesquisadora, artista e em minha condução das aulas.

Ocupar a posição de uma pessoa que precisa aliviar a dor de outra, mesmo sentindo dor: saúde; ocupar a posição de inspirar pessoas a seguirem seus sonhos, mesmo tendo vivido desilusões e encontros duros com a frustração de não tê-los alcançado: dança; ocupar a posição de sempre ter que superar os limites e construir vínculos e relações saudáveis onde preciso identificar quais são meus limites: educação; é complexo.

Não escolhi a densidade e a profundidade que busco as coisas, descobri que essa é a minha natureza, é intrínseco a mim, um elemento que parece transformar minha fala em verdades absolutas, enquanto na verdade são questionamentos que jamais pude dizer em voz alta, mas que vêm gritando no silêncio ensinado, cobrado e passível de punição, segundo as regras as quais fui docilizada, conforme Foucault (2009, p. 131):

[...] o soldado tornou-se algo que se fabrica; de uma massa informe, de um corpo inapto, fez-se a máquina de que se precisa; corrigiram-se aos poucos as posturas: lentamente a coação calculada percorre cada parte do corpo, se assenhorear dele, dobra o conjunto, torna-o perpetuamente disponível, e se prolonga, em silêncio, no automatismo dos hábitos; em resumo, foi “expulso o camponês” e lhe foi dada a “fisionomia de soldado”.

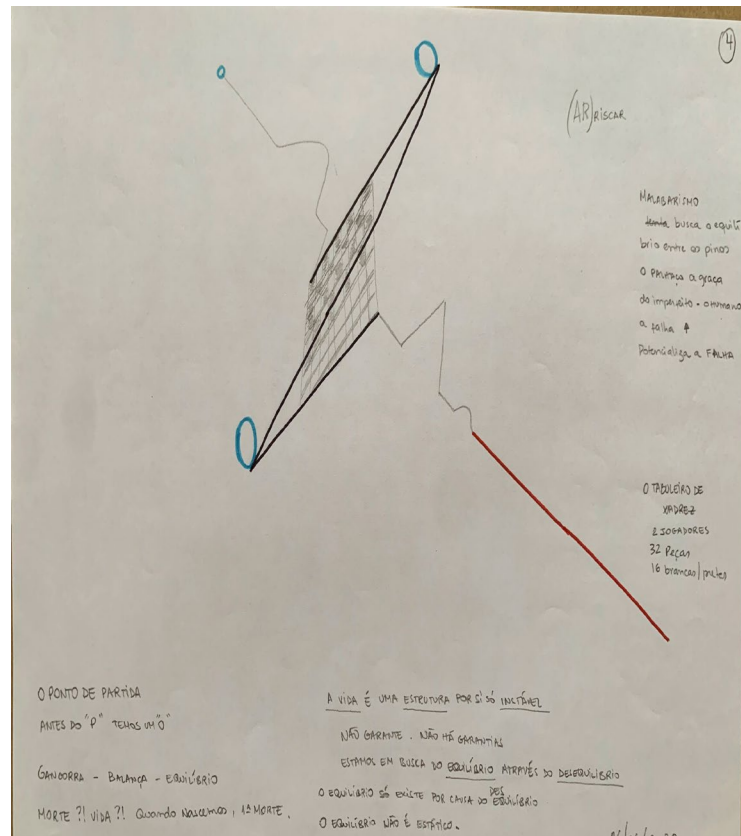
Não sei se ficou claro o que seria esse reverso que sinto. Sinto-o como contradição, conflito, aquilo que se vê, que não tem como “desver”, aquilo que se sabe não é mais passível de deixar de saber. Quando descobri que a minha pesquisa triangulava arte, saúde e educação, me vi diante de uma estrutura dialógica deveras instável e complexa, a nível contextual do nosso país.

Dialogar e colocar em prática verdades antigas, atravessadas por conceitos “novos” (na verdade antigos, novos para quem não os conhecia), que ainda não encontraram espaços para serem incorporados à prática... me fazem refletir que talvez esse lugar que venho buscado criar, através de uma aula, uma oficina como A Arte do Mover, seja um aliado na formação e qualificação em dança, trazendo a possibilidade de respirar.

Oferecer uma oportunidade de reafirmar o que eu gosto na dança, a potência que está sendo subjugada, o amor, a paixão pelo dançar, o prazer que o movimento desperta. Talvez seja essa minha contribuição, o que me mobiliza a defender a educação através da dança, do conhecimento sensível do corpo. Propor espaço para que encontremos conforto dentro de nós e possamos enfim aceitar nossos corpos e as mu~danças que eles atravessam, que sejam felizes, que cuidemos de nós mesmos, que cuidemos da nossa saúde mental, que o aprendizado seja também através do relacionar-se com o outro e com o espaço, de uma forma onde a dança interfira na sua vida no bom sentido, que desperte o estado de presença na sua vida.

Possuo cadernos de desenhos, e há algum tempo me encontrei com a fórmula da molécula de Ozônio, uma estrutura instável de ligação entre três átomos de oxigênio (O_3), e construí uma imagem que pudesse ilustrar como eu vivia o corpo; ou melhor como *O_cOrpO* estava sendo percebido por mim. Como apresentado na Figura 2, propus uma representação com alguns símbolos colocados em relação subjetiva, o eletrocardiograma (ciência), um tabuleiro de xadrez (estratégias, educação, conhecimento das regras), três moléculas de oxigênio (combustível, elemento ar, instabilidade), um fio vermelho (a vida, os encontros).

Figura 2 - O_cOrpO - estrutura instável



Fonte: Imagem feita pela pesquisadora.

O desenho, vem ganhando um espaço para expressão do meu subconsciente, e nessa imagem abstrata, desenvolve-se dentro da curva do ciclo cardíaco, um tabuleiro de xadrez, a estratégia para equilibrar como uma balança as moléculas de oxigênio (O), ar, água, atmosfera. As cores: azul, uma cor fria e vermelha, uma cor quente. E entre “Os”, um ponto de partida sem linha de chegada. Me sinto assim em relação ao aprendizado sobre dar importância ao processo e ter no produto final o resultado do caminho percorrido.

Organizar esses símbolos em uma imagem foi natural, intuitivo, empírico, agora elaborar e buscar as palavras para substancialmente explicar o que representa essa tríade, em uma síntese, chegar a conclusão de algo que não tem fim, nem controle torna-se a natureza do trabalho antropológico para mim.

O que se auto explica quando buscamos sua origem etimológica, no grego, antropos - homem, logos - razão, em sentido específico, estudo; o estudo do ser humano em seu aspecto mais amplo.

A artista curiosa vai despertando e desenvolvendo novas habilidades, dando espaço para o nascimento da Etnógrafa, neste processo de aprofundamento. Uma

forma de se colocar no espaço que tornou possível observar, participar e mu~dançar o curso. Sinto este estudo como de fato antropológico, já que a dança para mim vem sendo uma maneira de estar no mundo e percebo que a minha maneira estava rígida, hegemônica e oligárquica, cheia de regras e condições.

Inauguro a presença de um estado de preocupação pelo significado que as ações e os eventos têm para as pessoas e os grupos estudados, coletando dados subjetivos e pessoais, opiniões e pontos de vistas compartilhados entre nós. Alguns desses significados são transmitidos pela linguagem e outros muitas vezes de maneira furtiva por ações. Por isso, um estudo etnográfico pode contribuir para alcançar experiências como essas. Ele comporta esse mergulho em busca da humanização do corpo e me dá margem, especialmente por um caminho fenomenológico (André, 1995), para discutir para além da forma e do resultado e olhar para o sujeito e para suas reações dentro do contexto e da cultura que ele abraça como sua.

3.1 A experiência de caminhar

Caminhar enquanto educadora, professora, tem me ensinado que estar aberta a aprender também deixa margem para dúvidas. Nessa margem, está a presença, o imprevisto, a escuta sensível, o espaço para ser atravessada. E, mais uma vez, preciso dizer o quão transformador e potente foi a natureza dessa pesquisa.

Um processo aberto, qualitativo, desenvolvido como processo criativo, o qual possuo mais familiaridade, permitiu minha aproximação, participação e observação diante do que estava acontecendo no momento presente, com abertura para reformulações e ajustes espontâneos e intencionais em função da demanda.

Além disso, a autoetnografia corroborou com os motivos que me trouxeram até essa pesquisa, pois tudo começa a partir da minha trajetória na arte, detalhada na introdução. Desde a vivência como ex-aluna de escola profissionalizante pública de dança, o processo de profissionalização, a capacitação, até a organização dos elementos apreendidos, atravessando o mercado de trabalho em busca da validação da experiência vivida por tempo de serviço, mesmo sem um título.

Minhas inquietações partem de uma busca. Procurar desenvolver um trabalho com importante foco no desenvolvimento de um corpo para exercer a alta performance, junto com a exigência, disciplina, resistência ao desgaste físico e conhecimento do ensino-aprendizagem sobre saúde, cuidado e auto-cuidado, e os

efeitos dessa abordagem na prática profissional de jovens bailarinos. Justamente por ser uma carreira que começa muito cedo, que exige muitos sacrifícios e muita disciplina.

Durante a pesquisa, existiram três momentos importantes: uma longa experiência de estágio, a experiência prática com os estudantes da fisioterapia e a aplicação da oficina para os jovens bailarinos em formação.

E, antes que eu pudesse concluir essa dissertação, fui contratada como professora substituta e fisioterapeuta temporariamente pela escola para cobrir uma profissional em licença de maternidade decorrente de um processo seletivo que me candidatei ainda no ano de 2021.

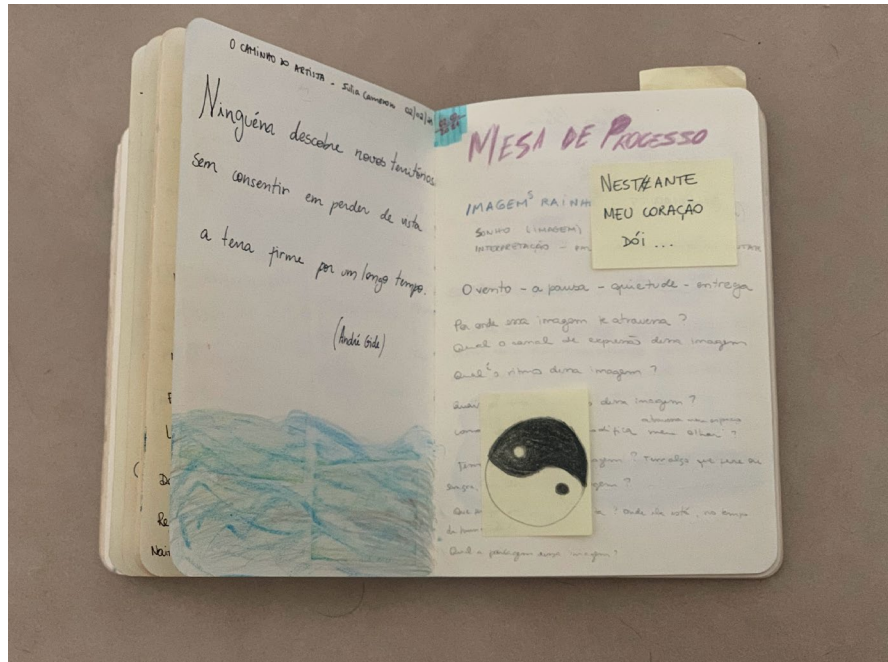
Para tanto, essa jornada me trouxe por caminhos e descaminhos até o término da escrita desta dissertação, e rotas inimagináveis. Seguindo por elas permaneço em busca, em constante observação e reflexão do meu existir sendo.

Existem aqueles que procuram para encontrar, mesmo sabendo que eles encontrarão quase necessariamente algo diferente daquilo que buscam. Existem outros cuja busca é, precisamente, sem objeto. A primeira significação da palavra encontrar não é de forma alguma encontrar [...]. Encontrar, buscar, girar, ir em volta: sim são palavras indicando movimentos, mas sempre circulares. Como se o sentido da busca fosse necessariamente um giro. [...] Encontrar é tornejar, dar a volta, rodear. [...] A busca seria então da mesma espécie que o erro. Errar é voltar e retornar, abandonar-se à magia do desvio.” (Blanchot apud Tiburi, 2012, p. 16 e 17)

Quero apresentar três experiências de consistências práticas para embasar minha reflexão. E, por se tratar de um objeto que não se fecha em si, considero-o um processo, uma jornada, uma caminhada dialógica e epistemológica, revelada no cruzamento entre áreas — arte, saúde e educação. Assim, permito que as informações venham adensando-se e mantendo-se disponíveis para que novas informações sejam atribuídas. Sinto-me em alto mar.

Parafrazeando André Guide (apud Cameron, 2017, n.p), “Ninguém descobre novos territórios sem consentir em perder de vista a terra firme por um longo tempo”, a seguir uma imagem do caderno de campo utilizado durante o processo (Figura 3).

Figura 3 - Caderno de campo



Fonte: Acervo da pesquisadora.

No ambiente no qual a pesquisa foi realizada, se confirmaram algumas situações sobre as quais fui informada previamente, tais como: difícil acesso à coordenação, aos professores, um âmbito extremamente inacessível para pessoas externas. Regras rígidas preestabelecidas, contudo, com presença de ruídos dissonantes. Algumas diferenças no tratamento entre os alunos que fazem o curso técnico em dança e o Núcleo de Altas Habilidades, em relação à qualidade e regularidade das aulas e das disciplinas de formação oferecidas.

Uma situação preocupante, do meu ponto de vista. O que infelizmente me fez pensar numa possível perda de potencial educacional, formativo e ético que o departamento de dança da Escola não estaria atento.

A escola ocupa um espaço privilegiado no estado de Goiás e no Brasil, oferecendo a mais de três mil alunos formação ampliada e diversa de qualidade em diferentes gêneros artísticos. Conferindo oportunidade equitativa para formação de jovens de diferentes classes sociais, um modelo de difusão cultural atrelado à secretaria de ciência, tecnologia e inovação, encontra-se na abertura do website a missão da instituição¹⁷:

¹⁷ A pesquisa não se refere a instituição como um todo, minha observação e relato são dispostos a partir do meu período de vivência e experiência dentro do departamento de dança da Escola, contudo utilizo o termo instituição pois mesmo sendo um departamento há presença estrutural institucional.

A Escola do Futuro (EFG) em Artes Basileu França tem por missão promover e desenvolver a diversidade de gêneros artísticos, bem como incentivar a difusão cultural e estimular pesquisa, visando à interação entre teoria e prática. A EFG em Artes Basileu França é uma instituição ligada à Secretaria de Estado de Ciência, Tecnologia e Inovação (SECTI), que atualmente atende mais de três mil alunos. A origem da Instituição se deu em 1967, na Escola de Artes Veiga Valle, pioneira no segmento da arte em território goiano. (EFG, 2023, online¹⁸)

Esse movimento de busca por elaboração e síntese sobre uma prática que se inicia a partir da experiência vivida, de maneira intuitiva e experimental, corrobora em percepções e reflexões acerca de uma lacuna importante a ser estudada, uma brecha que conecta o conhecimento discutido nas Universidades (Academia) às Escolas de formação em dança. Isto é, tornar dialógico o rigor técnico exigido durante a formação em dança e a emancipação e cuidado com a saúde desses corpos jovens. Fernando Eduardo Zikan¹⁹ (2012, p. 71), na conclusão da sua tese, escreve:

Chego à conclusão que em nosso país este trabalho é muito tímido e está tateando ainda por que caminhos percorrer. Os dados mostram a fragilidade dos profissionais, sejam no seu processo de formação e de execução de sua atividade profissional.

Algumas pessoas perguntam, o bailarino é um atleta?! Respondo sim e não. Diferente do atleta, o qual tem sua performance medida a partir do melhor desempenho técnico em menor quantidade de tempo, o artista bailarino, que visa trabalhar em grandes companhias de balé clássico, neoclássico, ou companhias consideradas contemporâneas mas que exigem a formação técnica em Balé Clássico como pré requisito, buscam profissionais que conseguem transcender em cena, isto é, seu objetivo está na expressão além do domínio técnico, sua performance em cena deve almejar a perfeição, o sublime, o inalcançável. Para isso, treina-se como um

Ratifico que essa é a minha impressão diante de relatos prévios, comentários de alunos e ex - professores e atuais professores em conversas e diálogos nos corredores.

¹⁸ Disponível em: <https://basileufranca.com.br/>. Acesso em: 29 set. 2023.

¹⁹ Diretor da Faculdade de Fisioterapia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, coordenador da disciplina Terapia Manual e Métodos Cinesioterapêuticos. Líder do Grupo de Estudos em Dança e Saúde - GEDANSE. Coordenador de Ensino da Associação Brasileira de Fisioterapia em Traumatologia-Ortopedia (ABRAFITO). Professor convidado da Escola de Danças do Teatro Municipal do Rio de Janeiro, na disciplina Saúde e Dança. Membro do International Prophylaxis Study Group - Hemophilia. Doutor e Mestre em Saúde Coletiva pela UFRJ, pós-graduado em Fisioterapia em Traumatologia-Ortopedia, especialização em Osteopatia pela Escola de Madri, Graduado em Fisioterapia. Professor convidado de cursos de Pós-graduação em todo o Brasil e ex-gestor da Superintendência de Promoção da Saúde/Secretaria Municipal de Saúde da Prefeitura do Rio de Janeiro. Tem experiência na área de Fisioterapia e Saúde Coletiva, atuando principalmente nos temas: Fisioterapia, Terapia Manual Ortopédica, Cinesioterapia, Exercícios Terapêuticos, Fisioterapia Preventiva e Atividade Física e Promoção da Saúde-Artes-Dança.

(retirado do site <https://www.escavador.com/sobre/552772/fernando-eduardo-zikan>)

atleta, exige-se disciplina rigorosa em relação a alimentação e descanso, para que seu corpo atenda à estética requerida em sua performance “perfeita” e, além disso, demanda-se entrar em contato com emoções sem se perder nelas.

Ressalto que esse posicionamento é dado de acordo com a perspectiva vivida por mim em experiências pessoais e reflexões a partir do ponto de vista do contexto o qual estava inserida, habitava e habito.

Diante do exposto e conforme discutido por artistas da dança próximos a mim, é necessário considerar que companhias de dança não são o principal objetivo de um investidor financeiro. E apesar de alguns nichos da artes movimentarem quantidades de dinheiro significativas, a Dança não mobiliza tanto capital financeiro como o futebol, por exemplo.

No caso da Dança no Brasil, as políticas públicas parecem não compreender a importância do incentivo financeiro na Arte e na Cultura na formação de um sujeito, nem mesmo como o desenvolvimento socioeconômico de um país está também atrelado a valores éticos e desenvolvimento de pensamento crítico.

Na verdade, os investimentos na área da dança (arte, saúde e educação), aqui no Brasil, são mínimos se comparados aos investimentos financeiros recebidos pelas equipes de futebol masculino e toda a sua corporação. Este é um exemplo que claramente expõe a desigualdade de recursos a que estamos expostos.

Não sei se há investimento financeiro necessário para manter uma equipe multidisciplinar (fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos, clínico geral, médico ortopedista) para atender demandas tão específicas como as de um profissional da dança de alta performance, pelo menos não é uma realidade da maioria das companhias e escolas de dança no Brasil.

Contudo, se uma escola pública de artes, como é o caso da EFABF, pode oferecer isso aos sujeitos/estudantes que ela prepara para inserir no mercado de trabalho, ela faz diferença e há um potencial de gigante magnitude, que precisa ser cultivado, mantido e sistematicamente revisitado para atualizações.

3.2 Um passo de cada vez

“A primeira coisa a fazer é levantar o pé. Inspire. Baixe o pé e o ponha na sua frente, primeiro o calcanhar, depois os dedos. Expire. Sinta o seu pé firme na Terra. Você já chegou.”

(Thich Nhat Hanh)

Enquanto artista e fisioterapeuta fui experimentando diferentes métodos e técnicas e aplicando em aulas alguns aspectos e maneiras de fazer que encontrei dentro das aulas que ministrava. Meu grande aliado foi trazer aspectos lúdicos, espontâneos, divertidos sobre o espaço, qualidade de movimento e, principalmente, o erro — algo que durante a formação profissional se perde e nos aprisiona enquanto perfeccionistas.

O erro na verdade é algo que venho trabalhando em mim. O estado de autocobrança e autopunição que eram disparados quando eu errava, uma coreografia, um passo, uma deixa²⁰, era algo paralisante, inclusive conduzindo uma aula. Entendi que o medo de errar aprisionava a espontaneidade e, aos poucos, quase sem perceber, deixamos a criatividade de lado e seguimos fórmulas experimentadas ou observadas e as repetimos, como um passo a passo de uma receita, alimentando a sensação de controle sobre o produto.

Em minha experiência, ao começar a fazer aulas que incluíam a improvisação inicialmente eu ficava paralisada, achava constrangedor, não sabia o que fazer. Mas eu me lembrava de que quando eu era criança eu amava inventar danças e passos, sentir a música e interpretar - Tomada de consciência da contradição. E por que agora adulta, depois de aprender um monte de técnicas, sinto essa dificuldade em conectar as ideias - não foi uma pergunta, chegou como uma constatação sobre a posição que eu estava me colocando.

E, observando os outros sujeitos se movendo, novas surpresas e lugares que eu não tinha pensado, comecei a perceber que quanto mais eu queria controlar o que estava entre, menos chance eu me dava de descobrir algo novo, um novo caminho.

Hoje, em minhas aulas uso a expressão "Temos o carimbo do posso errar". Então, tudo bem se não acertar, não desista de você. Declaro aos alunos que aquele é um espaço seguro e que *“EU POSSO ERRAR, então não me sigam!”* Sorrio. Aqui, o erro é bem vindo, e pergunto, se ainda for necessário, o que de mais grave pode

²⁰ Expressão utilizada para palavra, gesto ou movimento realizado que anuncia ao outro artista o próximo movimento, passo, palavra.

acontecer se você errar aqui? Lembrando que a única coisa que não pode de forma alguma acontecer é se machucar, por isso, peço que se tornem responsáveis por cuidar de si, ouvir seu limite e aprender que antes de qualquer comando meu o bem estar individual vem primeiro.

Até então, as oficinas eram oferecidas para o público geral, pessoas diversas, professores, arteterapeutas, psicólogos, atores, bailarinos. Essa experiência aqui, foi a primeira vez trabalhando com pessoas de um mesmo local, vivenciando uma rotina preparação física para alta performance. Jovens treinados para as maiores competições do balé clássico, um ambiente buscador e desenvolvidor de jovens talentos, sujeitos com uma rotina semelhante ao de uma companhia profissional — hoje conhecida como Companhia de Ballet Jovem Basileu França.

Preciso dizer que senti medo de trazer esse projeto para a academia e me ver engessar e endurecer novamente, buscando uma perfeição, as respostas certas, ser assertiva e não conseguir conduzir o processo, algo que acontece, sendo que é justamente não ter o controle sobre o desenrolar da vivência o que me traz tanta satisfação. Presenciar o desdobramento das propostas em cada um e isso depende de um formato sutil, que não acho que seja controlável, um espaço-campo que aproxima pessoas afins. Observar, confiar e sentir como conduzir.

Um trabalho que vem sendo pensado e destinado a todos, artistas cênicos em geral, professores, psicólogos, fisioterapeutas, terapeutas, estudantes, pessoas interessadas em descobrir possibilidades do mover, o vislumbre da possibilidade de desenvolver habilidades individuais e coletivas de forma integrada e acolhedora, um desejo de abrir espaço para o singular pertencer ao coletivo.

Penso cada vez mais ser necessário durante a formação em dança desenvolver o olhar dos professores através de cursos de educação continuada, o enxergar o indivíduo dentro de um coletivo. Pois isso muito se fala na academia, diferenças nos biotipos corporais, estrutura anatômica, morfologia, fisiologia do exercício, mas pouco se aplica dentro de um grupo, turma, ou companhia de dança.

E ampliar o lugar potente de pertencimento e acolhimento ao invés de competitivo e nocivo, em termos comparativos. Um espaço para desafiar-se quando estimulada uma competição saudável e a possibilidade de demonstrar nossa individualidade enquanto potência e o quanto isso engrandece em cena.

A máxima de que “pessoas são substituíveis” reforça o padrão da produção em massa, onde você cria um molde e vai encaixando todos os sujeitos nesse mesmo

molde e assim você exige que todas as pessoas tenham que se encaixar, atender àquele molde. Dessa forma, não há espaço para a construção de uma identidade, não revela-se um artista, não valorizamos a singularidades e as convidamos para trabalhar coletivamente.

Em termos práticos, para fins de desenvolvimento de um programa metodológico, o ateliê das aulas práticas que propus está distribuído sobre cinco pilares: a conscientização corporal, a relação corpo e espaço, a qualidade do Movimento, a relação entre a coreografia e o intérprete e, por fim, a composição coreográfica.

O objetivo é explorar o processo de construção e as possíveis camadas que podem ser despertadas ao expor diferentes pontos de vista, meios para dialogar com diversos assuntos, a fim de introduzir e aplicar conceitos importantes sobre a criação em artes, o corpo e a saúde. De maneira porosa, essa estratégia permeia diferentes lugares onde se faz possível encontrar movimento e potenciais pontos de gatilho para criatividade e desenvolvimento artístico, psíquico e físico.

O que move dentro de você quando você está em movimento? Pergunto com o objetivo de estimular os potenciais individuais através de atividades em grupo, convidar o corpo a partir de sensações, imagens, músicas a um despertar, trazer consciência para diferentes estados de presença através da experimentação de diferentes qualidades de movimento. A artista e escritora Gabrielle Roth com sua obra *Os ritmos da alma*, iniciou e inspirou meu olhar para o movimento como uma prática integrativa e de conexão com o Divino Criador e essa frase desde então me acompanha em todas as minhas aulas, oficinas, ateliê “Quando seu corpo se rende ao movimento, sua alma se lembra da sua dança”. Não seria diferente aqui.

De fato, enquanto pesquisadora em artes, não estou em busca de provar algo sobre alguma coisa, busco apenas expor minha verdade atual, corrigível, mutável e ajustável de acordo com a rota que decidir seguir. Estou interessada nas relações intrínsecas, querendo desenvolver o pensamento a partir da experiência, das conexões ímpares, através de métodos próprios, em uma relação horizontal, o quanto for possível, com os participantes. Para isso, estar aberta e interessada para me envolver emocionalmente foi e é fundamental.

Quanto ao espaço que a fisioterapia habita, representa uma extensa área povoando minha vida desde muito nova, ocupando um lugar de “solução de problemas”. Desde os profissionais que sempre cuidaram do meu corpo, alguns com

experiência em dança e outros que não faziam ideia de como lidar com aquele corpo jovem, adolescente, que estava sendo preparado para alta performance em dança.

Iniciei minha vivência na EFABF acompanhando as aulas de Pilates (figura 4), ministradas pelo fisioterapeuta prof. Adriano Bittar, profissional, extremamente qualificado que cria um serviço de fisioterapia para atender os alunos da escola e amplia esse serviço e os atendimentos com a criação do curso de extensão na UEG (e leva estagiários da Fisioterapia para vivenciarem sua prática clínica com especificidade no contexto Medicina e Ciência da Dança). O contexto que observei, não havia uma constância no número de alunos nas turmas de pilates. Elas pareciam nunca estar completas e havia uma confusa distribuição de salas.

Na figura 4 uma das aulas mais bonitas que assisti, do Adriano Bittar de Fletcher Pilates – Rapazes. Eles eram em cerca de 12 (doze) rapazes, utilizando toalhas, observei a dificuldade da manutenção da estrutura corporal, óssea e muscular numa posição anatômica, saudável, isto é, dentro dos limites e angulações que possibilitam que estruturas articulares sejam protegidas e fortalecidas. Pedi para realizar uma intervenção nos corpos dos meninos, a fim de usar o toque para posicionar, a sensorialidade para sinalizar a diferença entre o habitual e o ideal, buscando uma intervenção objetiva e consciente no padrão de movimento. E me questionei o que é força? O que é estar forte? O que é ser forte?

Figura 4 - Aula de Pilates ministrada por Adriano Bittar.



Acervo da pesquisadora 13 outubro. 2021

Preciso dizer que, infelizmente, meus horários de trabalho e estudos não me permitiram acompanhar inteiramente a rotina diária dos alunos, portanto, estive presente em diferentes períodos. No início do estágio, era no período da tarde, 14h30 até 17h. Depois, no período da manhã, das 8h às 12h. Assim, meu contato foi muito maior com os alunos que integravam o corpo de baile, que eram os que recebiam atendimentos pelo serviço de Fisioterapia da escola.

Os ensaios reuniam o maior número de jovens, me parecia que era o momento o qual o grupo estava mais completo. Ao adentrar a sala, era clara a apresentação hierárquica. Os papéis eram distribuídos e desempenhados conforme a estrutura clássica e tradicional do balé. Corpo de baile, solistas, primeiras e primeiros bailarinos, divididos em elenco 1, 2 e 3, ensaísta, direção artística, coordenação, apoio de um professor no som, o fisioterapeuta, cada um ocupava seu papel, reproduzindo seu comportamento de acordo com as relações de poder local.

De fora, segundo meu ponto de vista, a escolha pedagógica ou de ensino ainda pautada no constrangimento. A observação pontual, abria reflexão sobre as expressões faciais, comentários duais, passivo-agressivos, com tom diminutivo direcionado para aqueles que não apresentam uma performance de acordo com o

esperado ou considerado correto. Adjetivos como “impecável” e “perfeito”, são tidos como o objetivo, incluindo o físico, algo que, na maioria das vezes, é algo intangível.

Notei também que a maioria das críticas eram direcionadas às meninas²¹. Penso que por serem a maioria e onde há uma oferta maior do que a demanda, há uma desvalorização do produto, nesse caso pessoas, do gênero feminino. As meninas, dentro da dança clássica, são em maior quantidade quando comparadas ao número de meninos/rapazes, o que faz aumentar exponencialmente o nível de cobrança externa e autocobrança sobre a estética corporal, os atributos físicos considerados ideais, tamanho de pé, grau de rotação de articulação, curvatura da coluna, amplitude de extensão de pernas e coluna, textura da pele, história prévia da genética familiar, etc. Com isso, há o estímulo de um ambiente de competição por papéis de destaque e cobranças desumanas, que podem despertar distúrbios graves de autoimagem, depressão, transtornos de alimentação, nada saudáveis, com profundo impacto na autoestima e no amor-próprio.

Didática e pedagogicamente, todos continuam sendo alunos da escola, ainda que vivenciem uma rotina que visa os aproximar de uma companhia semiprofissional, jovem. Em minha opinião, como observadora participante, a escola como espaço de formação, educação técnica em dança, poderia fornecer além das aulas técnicas, teorias e meios que orientem e facilitem a transição desse jovem artista na sua inserção no mercado profissional da dança, dessa forma o objetivo central do trabalho seria ampliado para além da aquisição de habilidades técnicas físicas configurando uma atenção e prioridade para com a área da educação.

Justifico essa percepção com base nas respostas, comentários e trocas que tive em sala e pelos corredores com os jovens. E em um segundo momento, analisando as respostas que fiz sobre sua rotina diária, qualidade de vida, tempo de descanso, constatei que todos apresentavam e se queixavam de um estado de cansaço em função da rotina. Os dados revelaram que os jovens não possuíam um cronograma pré-estabelecido para o semestre, ou trimestre, nem mesmo para a semana. Eles recebiam o cronograma para o dia seguinte das atividades na madrugada desse dia para o próximo. Isso me chamou atenção diante de toda a teoria

²¹ Não foi possível adentrar o universo de gênero, ou autodeclarações sobre sexualidade, e discutir sobre LGBTQIAP+, nem sequer um raso mergulho consegui dar nessa questão. Contudo, deixo aqui minha opinião sobre a importância desse assunto para essa faixa etária, talvez uma discussão futura e até lá eu possa melhorar meu entendimento e refinar o trabalho para abraçar questões como essas.

que leio sobre a importância de uma rotina organizada para otimizar o tempo e obter um funcionamento saudável.

Sob essa ótica, dialógica e subjetiva, pois isso foi o que eles me trouxeram como um problema para eles, essa estrutura não parece oferecer conhecimentos sobre direitos e deveres éticos no meio profissional artístico. Mesmo com uma equipe de professores qualificada, profissionais com experiência e uma rede de pessoas na coordenação que trabalha dentro das universidades e que possui conhecimentos importantes sobre a formação profissional técnica de um indivíduo, não há na grade curricular aulas sobre assuntos como esses, por exemplo.

Estou falando de cuidados com alimentação, saúde física e mental e emocional, jogos dramáticos, como exercícios de teatro, recreação e lazer, exercícios de relaxamento, respiração, postura, entre outros, que poderiam estar distribuídos ao longo do ano, mas que não são incluídos na rotina.

Acontece de haver um contato com essas atividades quando algum coreógrafo propõe durante a montagem de um novo trabalho, ou quando há a presença de um professor convidado, que foi o meu caso durante a parte prática da pesquisa, que executei as aulas em horários extras à rotina deles. Quanto mais eu leio sobre preparação física, mais encontro descrito a importância dessas atividades durante a formação e atuação de um artista. Percebo, então, que a realidade empiricamente estudada se sobrepõe diante de tantas teorias e conceitos, pois não está havendo a implementação dessas descobertas na prática, novamente esclarecendo, afirmo isso diante do recorte da realidade por mim observada nessa escola e a minha própria formação.

Segundo Márcia Leal, em seu livro sobre preparação física na dança, em sua pesquisa com bailarinos do Theatro Municipal do Rio de Janeiro, essas atividades potencializam e “proporcionam aos bailarinos o prazer de desenvolver suas qualidades técnicas, sem dúvidas confiando-lhes a autonomia de seus corpos, suas performances, respeitando seus próprios limites para que possam aprimorar o dom recebido e dançar, dançar...” (Leal, 1998, p.36)

Cada vez mais, a formação técnica dos corpos dos jovens começa mais cedo e a exigência imposta ao corpo é muito grande. Se não houver um cuidado com este corpo e com a forma de ensinar esse corpo a se organizar, ao invés de somente cobrar os resultados e apresentar o conteúdo que deve ser desenvolvido, não vai haver uma

resposta eficiente ou suficiente para prevenir as lesões que tanto acometem os corpos durante o processo de formação.

Hoje temos estudos direcionados, chamados Medicina e Ciência da Dança (MCD)²², uma área de estudo sobre os corpos de bailarinos, sobre as atividades, sobre potência dos bailarinos, temos informação o suficiente recolhida sobre principais lesões, ângulos, testes para avaliar possíveis desorganizações corporais que aumentam as chances de lesões nesses profissionais.

A MCD caracteriza-se como uma ciência imbuída em prevenir, aliviar e tratar doenças que afetam os bailarinos, descortinando as causas das lesões. Sua atuação se estende desde cuidados profiláticos até os períodos pós-lesões, incluindo também o processo de reabilitação, e retorno do artista a cena até o cessar do quadro algico.

Trata-se de um campo em desenvolvimento e amadurecimento, portanto, para além disso, vai analisar e construir meios para aprimorar a performance do artista, seja através de condicionamento físico, do desenvolvimento de habilidades psicológicas e motoras. Baseando-se em aspectos biomecânicos, neuromotores, educacionais, pedagógicos e interdisciplinares, reunindo informações sobre nutrição, terapias corporais e somáticas e condicionamento físico (International Association for Dance Medicine & Science - IADMS, 2015).

O fato é que a formação de um bailarino profissional começa hoje, por volta dos 11 anos de idade, por exemplo aos 35 anos, serão 24 anos de trajetória. Se esse corpo não aprender como se cuidar, como se organizar, como se ouvir, como se respeitar, como pode ser esperado que esse corpo chegue à sua potência máxima? Como um sujeito que não entende a importância da saúde para o funcionamento do seu instrumento de trabalho, seu corpo, vai sustentar as pressões impostas pelo meio artístico?

Hoje, há uma série de estudos que demonstram que bailarinos possuem um alto índice de distorção da sua autoimagem, distúrbios alimentares, problemas de autoestima e depressão. O que pode ser feito a respeito, como podemos olhar para isso e não fazer desse sofrimento normalidade? Segundo Fortin, em seu discurso sobre como construímos as representações do nosso corpo:

Apropriamo-nos dos discursos sociais por uma série de modos: pelos valores transmitidos no seio de nossas famílias, de nossos referenciais de mídia, das fontes de informação de que dispomos e, no caso da dança, pelos ambientes artísticos que cruzamos ao longo do nosso caminhar. A adesão, às vezes

²² Medicina & Ciência da Dança, sigla utilizada: MCD.

inconsciente, a certos discursos apenas consiste numa grade a mais de leitura e uma maneira de ser no mundo, pois os discursos se inscrevem nos indivíduos pelos diferentes usos do corpo (Fortin, 2011, p. 28).

Por quanto tempo mais vamos normalizar o aprendizado através do medo, da dor, da opressão e da omissão?

4 ROTA DOIS

Inspirar x Obrigiar

Durante a graduação, no curso de fisioterapia, estudamos como realizar análises de padrões de movimento, como a marcha, desequilíbrios musculares e fisiológicos, assim como fazer avaliações que apontem desequilíbrios a serem reabilitados. Realizamos uma anamnese, palavra que se origina “de aná = trazer de novo e mnesis = memória. Significa, portanto, trazer de volta à mente todos os fatos relacionados à doença e à pessoa doente.” (Sousa, AMK, et al. apud Porto, 2016, p. 115).

Quando um paciente adentra nossa sala, fazemos um exame físico enquanto ele caminha até a gente, avaliamos resposta cognitiva ao estender a mão para um simples aperto de mão observarmos a grau de força que aquela mão possui, padrão respiratório ao perguntar seu nome e o motivo que o fez nos procurar, velocidade e clareza da fala.

Visto que esta é uma ferramenta de contato inicial entre o terapeuta e o paciente, é possível estabelecer um atendimento humanizado, bem como realizar a efetiva construção de um plano terapêutico. É perceptível que um grande erro que se pode cometer quanto à realização da anamnese é a diminuição do tempo dedicado a ela, resultando em uma redução de chances de se alcançar o diagnóstico correto e consequentemente, o tratamento apropriado. (Sousa, AMK, et al. 2016, p. 118)

Observamos tudo, criamos hipóteses, tecemos julgamentos prévios, contudo, não aprendemos a escutar com sensibilidade o que pode vir a ser a causa principal disparadora daquele desequilíbrio, compensação e consequente sobrecarga.

Para isso, se faz necessária uma escuta sensível que nos coloca a observar aquele sujeito desde sua história, considerando o meio em que está inserido, seus hábitos, sua rotina. O atual modelo biopsicossocial da saúde da família e comunidade vem abordando a saúde como uma prática multidisciplinar: observando aspectos biológicos, psicológicos e sociais de determinado indivíduo. Teresa Cerqueira (2011, p. 12) coloca em palavras o ordinário, o cotidiano e sua importância no dia-a-dia quando escreve que

a escuta sensível é uma prática incessante, permanente, que busca a todo momento reconhecer o indivíduo na sua singularidade. A escuta sensível não se conforma com o superficial, ela busca a essência, a completude. O tema da Escuta Sensível dentro de uma perspectiva multidimensional, considerando que o sujeito se constitui como alguém que, ao mesmo tempo,

se apropria da fala e da cultura, se constrói como pessoa e reconstrói a realidade em que vive, numa constante interação com os outros.

A prática com viés integrativo, multidisciplinar ou interdisciplinar, começa a treinar-nos nessa direção, desde que estejamos dispostos a ouvir, deixar de lado dicotomias e estruturas isoladas, para tratar o sujeito como um sistema, com um olhar ampliado, sensível para preparar poeticamente esse corpo para a cena. O toque, os gestos, as manipulações e fricções geram sensações, e nos conduzem e convidam a conhecer o corpo. Segundo Cerqueira (2006), considerando Barbier (2002),

[...] a escuta sensível e multirreferencial não se fixa sobre interpretação de fatos, ela procura compreender, por "empatia", como já foi dito, o sentido que existe em uma prática ou situação. É como a arte de um escultor sobre a pedra, que para fazer aparecer a forma, deve antes passar pelo trabalho de vazio e retirar todo o excesso para que a forma surja. O autor ainda aborda que a escuta se apóia na totalidade complexa da pessoa (os cinco sentidos) a postura que se requer para uma escuta sensível é uma abertura holística. Trata-se na verdade de se entrar numa relação de totalidade com o outro, tornando sua existência dinâmica. Alguém só é pessoa através de um corpo, de uma imaginação, de uma razão e de uma afetividade, todos em interação permanente. A audição, o tato, e a gustação, a visão e o olfato precisam ser desenvolvidos na escuta sensível. (Barbier *apud* Cerqueira, 2006, s/p)

Em termos de formação, diante do vivido por mim, a presença de uma hierarquia muitas vezes é reforçada com o professor detentor do saber e o aluno como aquele que deve ser iluminado pelo conhecimento do professor, coreógrafo ou diretor. Ainda que isso não seja vivenciado ou discutido nas escolas de dança, é retratado na educação de forma mais ampla, a partir da reflexão de Paulo Freire (1996, p. 13)

Ensinar inexistente sem aprender e vice-versa e foi aprendendo socialmente que, historicamente, mulheres e homens descobriram que era possível ensinar. Foi assim, socialmente aprendendo, que ao longo dos tempos mulheres e homens perceberam que era possível – depois, preciso trabalhar maneiras, caminhos, métodos de ensinar, apontando para um constante processo de evolução, um estado de busca. (Freire, 1996, p.13)

O projeto *Transpondo Barreiras*²³ foi uma descoberta ao longo de minha caminhada recente. Suas vivências constituíram uma iniciação para mim no universo da acessibilidade nas artes. Foi um momento de desconstrução e sensibilização sobre ser deficiente e a deficiência de uma forma profunda e densa que, ao meu ver, não é

²³ Foi um projeto idealizado pelos artistas Gabriela Leite e Guilherme Monteiro no ano de 2019, inscrito no edital dança 16/2018 de aperfeiçoamento artístico no Fundo de Arte e Cultura de Goiás, contemplado para ser realizado em 2020 uma formação na metodologia *DanceAbility*, para aprender e se iniciar no trabalho com dança para corpos diversos, que devido a pandemia da Covid-19 só pode ser realizado em 2022.

somente aquela que vemos de imediato, mas aquilo que nos falta e que se torna uma barreira para que o encontro aconteça.

Por exemplo, ver um surdo improvisar mediante o movimento gerado ao tocar um instrumento percussivo foi um exemplo em que, para mim, a escuta sensível se fez presente. Nesse momento eu aprendi ensinando (figura 5).

Figura 5 - Oficina Transpondo barreiras, dança e acessibilidade



Fonte: Acervo da pesquisadora (2022).

E esse meu caminhar não foi linear, por isso, leitor(a), peço sua compreensão. Este mais parece um caminhar espiralado, onde o devir acontece e seus eventos que estavam no futuro são compreendidos e incorporados pois existiu o passado, no momento presente da escrita uma epifania... Uma vez que vi que todo corpo dança, senti apreciação, senti a mudança, minha arte mudou, minhas aulas mudaram. E isso foi acontecendo ao mesmo tempo em lugares diferentes mas com um ponto em comum, eu.

*** Uma pausa para voltar ao que estava dizendo ***

4.1 Uma experiência em campo

“... Caminhante, não há caminho, se faz caminho ao andar...”

(Antônio Machado)

Minha aproximação e entrada na EFABF aconteceu através do Prof. Adriano Bittar, seguindo sua orientação, chegamos ao Teatro Escola para assistir a um ensaio dos alunos e conversar com a coordenadora de dança sobre a proposta dessa pesquisa acadêmica, que seria aplicar uma oficina envolvendo um processo criativo, como caminho metodológico, para um grupo de alunos da escola, a fim de buscar como resultado desse processo se alguma melhora ou mudança na performance dos jovens artistas.

Questionava se algo mudaria em seu fazer artístico ao entrar em contato com elementos como toque, sensibilização, improvisação, experimentação do mover a partir de outros lugares que não os pré estabelecidos pela forma, mas a partir de sensações, imagens, músicas, e suas próprias histórias.

Além disso, seria essa maneira de conduzir uma aula eficaz no processo de formação e qualificação artística, já que o grupo do recorte é composto por jovens com altíssima qualidade técnica. E eu, uma profissional das artes da cena com experiência em dança, fisioterapeuta, cheia de questionamentos sobre o mercado de trabalho e a qualidade da formação que é oferecida, poderia contribuir também por ter vivenciado diferentes paradigmas em relação à saúde do corpo, entendendo pressões que precisam ser suportadas e superadas a fim de ultrapassar limites diariamente, tanto físicos quanto psicoemocionais, para desenvolvermos técnica e artisticamente, a fim de atender uma estética e padrão estabelecidos e construídos por esse meio artístico da dança.

Descobrir a possibilidade de elaborar, pensar e refletir sobre a temática híbrida em arte, saúde e educação, dando voz a inquietações a princípio minhas, mas observadas em recidivas, aparecendo como um padrão de pensamento, ou reprodução de modelos quando damos início à escuta das histórias dos jovens e entramos em contato com seus relatos em relação ao cansaço, à cobrança e às dores sentidas por eles.

Como ensinar que há espaço para ser acolhido e acolher o outro durante um processo de formação? Como ensinar que a competição é saudável quando acontece

em relação a nós mesmos? Como uma mente que não aceita seu próprio corpo pode desejar um corpo potente e saudável? Como oferecer um espaço seguro para um jovem entrar em contato com suas emoções? E como pode ser importante para a manutenção da saúde integrativa desses jovens e para o desenvolvimento de potencial artístico um espaço para experimentar a dança proposta por outros lugares?

No ensino da dança ainda há muitas divergências em relação ao toque, ao fazer uma correção em aula, por exemplo. Nós, bailarinos, somos capazes de entrar numa sala para trabalhar nosso corpo e não o tocar. O corpo se apresenta como instrumento de trabalho, então, não ter consciência em relação aos benefícios que o toque apresenta para o corpo, por si só é desinformação, falta de comunicação e diálogo em relação ao corpo, como um lugar, um campo expandido.

A vivência em campo ficou marcada como experimental, como um projeto piloto, questões que transformaram a pesquisa de campo e me transformaram profundamente. Estar na instituição foi de suma importância, como veículo detonador de questões e descobertas instigantes, colocando-me em um lugar de investigação sobre como é feito desde o processo seletivo, a classificação e escolhas para quem vai integrar o grupo de altas habilidades e qual é o ambiente construído.

Perceber que saúde na dança, dentro de uma escola de formação profissionalizante de balé, é uma área incipiente no Brasil, já que todo o percurso, está sendo feito com jovens, me faz questionar se estou lidando com certo ineditismo sobre a temática e que não havíamos, eu e minha orientadora, nos dado conta anteriormente. Afinal, não se trata de medicina desportiva, fisioterapia esportiva, nutrição esportiva. A questão é um pouco mais complexa e está mais do que clara a importância de investir energia, tempo e dinheiro em pesquisas na área de MCD, especialmente por alguns processos que estão envolvidos durante a formação técnica em dança.

Um corpo que precisa ser magro, leve, ágil, rápido, expressivo e alcançar formas específicas. Assim, mesmo não tendo os recursos necessários e sendo uma área pouco conhecida ou pouco discutida, é essencial para continuarmos produzindo trabalhos artísticos com qualidade e com segurança.

Entendo que não há financiamento suficiente para contratação de uma equipe multidisciplinar e completa como necessitariam as companhias de dança, todavia no caso da EFABF, meu campo de pesquisa, há uma equipe. Mesmo que ainda não

sejam uma companhia profissional, mas um grupo jovem, seus integrantes estão na faixa etária dos 12 aos 26 anos, adolescentes e adultos jovens.

Sob meu ponto de vista, a EFABF tem em suas mãos a possibilidade para desenvolvimento de um trabalho a frente do tempo, levando em consideração o contexto no qual está inserido. Uma escola técnica, profissionalizante gerida por uma Universidade Federal.

Começando por, re-conhecer mais de perto quem são esses jovens, de onde vêm, como chegaram até aqui, sua história prévia, enfim, seria um trabalho gigantesco e seria necessário mais tempo e recurso para a pesquisa. Uma escola que recebe crianças a partir dos 5 anos de idade para aprender balé e que possui uma companhia jovem, com fisioterapeuta, nutricionista, ensaiadores, professores de carreira e renome internacional em sua grade de professores. Um teatro escola é uma estrutura que não encontramos em qualquer lugar.

Quando penso o que fez uma bailarina contemporânea, com graduação em fisioterapia imbricar-se numa pesquisa como esta, penso em uma série de contradições que (nós artistas) encontramos no desenvolvimento das nossas carreiras artísticas e desenrolar profissional, e em todas as situações as quais nos submetemos por falta de conhecimento sobre direitos, saúde, entre outros, já que este estudo também contrapõe uma série de estudos dentro da fisioterapia convencional. Faz cada vez mais sentido na minha atividade profissional “ensinar, aprender e pesquisar lidam com esses dois momentos do ciclo gnosiológico²⁴: o em que se ensina e se aprende o conhecimento já existente e o que se trabalha a produção do conhecimento ainda não existente.” (Freire 2000, p.13)

Assim a prática recebe uma teoria, ou dramaturgia se quiser adicionar poesia às entrelinhas, resultando num pensamento dialógico. Para a Dança, o corpo é instrumento de trabalho diário, exigido no ambiente em questão para se apresentar publicamente em alta performance sempre.

Possui uma rotina de aulas e ensaios extenuante, sendo a manutenção dos cuidados prestados a esse corpo uma necessidade diária. Observo e destaco a importância que o serviço de Fisioterapia oferecido gratuitamente dentro da escola

²⁴ Termo utilizado por Paulo Freire. Fonte retirada do site Wikipedia. Paulo Reglus Neves Freire, OMC (Recife, 19 de setembro de 1921 - São Paulo, 2 de maio de 1997) foi um educador e filósofo brasileiro. É considerado um dos pensadores mais notáveis na história da pedagogia mundial, tendo influenciado o movimento chamado pedagogia crítica. É também Patrono da Educação Brasileira. Acesso: https://pt.wikipedia.org/wiki/Paulo_Freire

facilita o acesso aos estudantes, financeiramente e quanto ao deslocamento, pois não há necessidade de ir a um outro lugar para realizar alguns dos tratamentos, e contribui potencialmente para o desenvolvimento desses artistas.

Sendo o EFABF uma escola de formação profissionalizante técnica e pública é de extrema importância que políticas de assistência multidisciplinar sejam prioritárias dentro dos serviços oferecidos. É fundamental esse acompanhamento profissional dialogando com os responsáveis dos sujeitos, a fim de que possam oferecer orientações para os pais e alunos visando que todos tenham acesso às mesmas oportunidades dentro da escola.

Aproximando essa ideia do meu trabalho, a existência e a qualidade desse atendimento são fundamentais nesse processo de preparação poética do jovem artista, oferecendo, além da parte criativa, conhecimentos sobre saúde. E se, desde o começo, passarmos a olhar para esse corpo de forma integrativa, o desenvolvimento da carreira desses sujeitos será ainda superior.

Como mencionei, os alunos relataram que existe uma grade de horários, contudo não são fixos e não conseguem organizar uma vida fora daquele ambiente. Surpreendida com o fato de haver um estúdio com aparelhos de Pilates montado na escola, para utilização dos alunos, imaginei que houvesse mais turmas espalhadas pelos horários e que outros estudantes de outros cursos da escola como músicos, artistas da cena, circo pudessem praticar a modalidade. Mas, entendi que o serviço de fisioterapia que eu estava atrelada prestava serviços somente aos alunos da dança e a alguns professores, em casos extremos.

Mesmo contando com esse espaço, ainda é incipiente a utilização do espaço para atender a demanda que uma escola com esse padrão e dimensão como EFABF possui. Tanto por uma questão de incompatibilidade de horários dos profissionais da fisioterapia com a grade curricular da escola, quanto pela relação não proporcional entre os fisioterapeutas e quantidade de alunos e outros profissionais de outros departamentos — não é possível atender a todas as demandas que apareceram e foram observadas por mim.

Destaco a importância da adoção de prontuários eletrônicos no sistema on-line do departamento de dança, seja para acompanhamento do desenvolvimento e questões relacionadas à saúde dos alunos matriculados, durante o período da formação, já que há uma equipe de profissionais competentes da área da saúde. O fisioterapeuta Adriano Bittar possui fichas de avaliação dos alunos, em um armário na

sala de fisioterapia. Contudo, nem a direção, nem a coordenação da dança possuem um histórico ou envolvimento com as informações coletadas ali.

Penso o acesso a essas informações e a criação desses históricos como algo de grande valia, já que os históricos de avaliação fisioterapêutica e acompanhamento da saúde desses alunos poderia estar, por exemplo, disponível no Sistema SIGAA, sistema utilizado de matrícula e acompanhamento pedagógico dos matriculados na escola, assim como informações que podem vir a contribuir de forma exponencial para estudos e pesquisas futuras na área da MCD no Brasil.

Infelizmente, por não haver um prontuário, não foi possível reunir informações sobre o trabalho de profilaxia e prevenção de lesões realizado e tão necessário nesse contexto escolar com os alunos. Foi observado que são realizados atendimentos de fisioterapia para pessoas que apresentam dores, lesões prévias, agudas e crônicas. Na maior parte das vezes, os atendimentos são para reabilitar, a fim de “apagar os incêndios”, com uma abordagem de que é preciso resolver o problema o mais rapidamente possível.

Os alunos parecem não ter tempo para fazer um trabalho de prevenção como gostaria o Prof. Dr. Adriano Bittar e eu concordo com ele nesse pensamento. Há uma valorização do trabalho que é feito ali, mas o trabalho não consegue realizar as fundações, a base para que eles construam autonomia, consciência corporal e aprendam a se auto cuidar.

A*te*nder

A*pre*nder

Ao frequentar enquanto observadora participante e estagiária o laboratório de observação e prática de estudantes do curso de graduação em Fisioterapia da UEG/ESEFFEGO, pude dar início à construção de uma relação horizontal da minha parte para me aproximar do grupo de jovens aspirantes a profissionais da dança, que futuramente seriam o grupo de jovens bailarinos, os quais participaram da oficina/ateliê.

Esses jovens chegavam ao serviço de fisioterapia (figuras 6 e 7) com muitas dores, seja por desequilíbrios musculares, overtraining²⁵ ou lesões que sofreram ao longo dos extenuantes ensaios e aulas que precisam cumprir em sua carga horária da escola.

Entre os jovens que foram atendidos por mim durante o estágio, suas principais queixas eram relacionadas à dor. Havia uma avaliação clínica e a escuta dos sintomas. Além disso, procurei saber a posição que dançava, qual o balé clássico que estava sendo apresentado, o hemisfério corporal que sentia desconforto como ponto de apoio e lesões prévias — informações que ajudaram no desenvolvimento do plano de trabalho. Esses dados estão sintetizados a seguir:

- a. **LZ** – Apresentava desalinhamento de quadril, enrolamento de dedos dos pés, dor na região do quadrado lombar, sobrecarga de iliopsoas e ísquiotibiais. O trabalho consistiu na liberação muscular de iliopsoas e do diafragma.
- b. **J** – Dor na região poplíteia do Joelho, histórico de subluxação patelar, após reabilitação do tornozelo. O trabalho proposto foi instruí-la quanto a ferramentas para ganhar resistência e estabilidade através de trabalhos isométricos de musculatura de quadríceps. Aplicamos uma bandagem patelar. Além disso, orientamos que ela conversasse com uma nutricionista, pois as lesões estavam sendo recorrentes e a recuperação mais lenta do que o esperado. Ela disse que era vegetariana, estava fazendo dieta e notamos que sua alimentação não estava sendo eficaz.
- c. **LS** – Lesões prévias em seu histórico no joelho esquerdo, tornozelo esquerdo e articulação coxofemoral esquerda. Apresentando dor no trapézio medial, excesso de tensão nos músculos dorsais (ensaios para o ballet giselle, coreografias com muita utilização da musculatura posterior em extensão). Fizemos uma reorganização corporal através de posicionamento adequado através dos vetores de alinhamento, ativação vasto medial, massagem cyriax patelar, alongamento fáscia lata, músculos pélvicos trocaterianos e glúteos em pé, mobilização do tornozelo.
- d. **D** – 6 meses após fratura de diáfise média incompleta na tíbia direita por estresse, apresentava edema no joelho esquerdo e uma possível 2ª lesão na Tíbia. Orientamos para que não usasse sapatilhas de ponta e diminuísse sua participação em cena.
- e. **M** – Fez uma cirurgia no joelho esquerdo, ficou de repouso de janeiro a março, abril iniciou a fisioterapia, retornou a dança em agosto. Trabalhamos com o desenvolvimento da sua consciência corporal. Reabilitação com Método Pilates, trabalho importante de Mobilização lombar, da sua anatomia, apresentando cadeia anterior supertônica. Aparece sofrer com distúrbios alimentares.
- f. **J** – Encurtamento de isquiotibiais, com leve flexão de tronco. O principal objetivo com ele era diminuir o tônus da cadeia anterior do corpo dele. Buscando o trabalhar o relaxamento da musculatura profunda como iliopsoas, alongamento em rotação interna de coxo femoral, isquiotibiais. Realizamos uma série básica no aparelho de pilates reformer. Suas queixas eram dores na virilha, glúteos, joelhos, e tendões patelares, tuberosidade da tíbia aumentada. Fizemos exercícios de Conscientização corporal através de escaneamento, percebemos a o quadril desalinhado a esquerda para frente, dores na musculatura interna da virilha direita e excesso de tônus na pelvis.

²⁵ Termo em inglês, para denominar sobrecarga e excessos durante o treinamento, no caso, quando repouso, carga e intensidade não são respeitados, levando o corpo a uma condição de exaustão.

g. **H** – Queixa principal dor intensa no pé e tornozelo direito. Realizei a liberação fascial do pé, interósseos, mobilização passiva de tornozelo, soltura do retináculo do tornozelo, alongamento passivo de interósseos e metatarsos. E passei orientação para que diariamente em sua prática técnica realizasse o alongamento de dedos durante plié, com atenção na sustentação do arco do pé durante plié, principalmente quando estivesse com apenas uma perna na base. A dor na joanete relatada por ele era decorrente de uma série de sobrecargas e mal posicionamento articular dos pés.

h. **LA** – Devido a hipermobilidade, apresentava uma entorse tornozelo direito pela terceira vez, com derrame articular e joelho esquerdo em tratamento de tendinite patelar. Realização da série básica de Pilates no aparelho reformer, dando ênfase à conscientização corporal. Realização de escaneamento corporal vertical, mergulho à frente, transferência de peso em diferentes partes dos pés, caminhada, disco de propriocepção com developpes à frente, dobrar e esticar em uma perna só no disco também. Utilização do Método Bertazzo para alinhamento da cintura pélvica.

i. **V** – apresenta hipermobilidade articular, principalmente na coluna e pernas com dores no joelho, e dores da proveniente de disfunção sacroilíaca à esquerda. Foi atendida pelo Prof. Dr. Adriano com a terapia Craniosacral.

Figura 6 - Prof. Adriano ministrando aula prática no serviço de fisioterapia na EFABF em atendimento



Fonte: Acervo da pesquisadora.

Figura 7 - Estagiários da Fisioterapia UEG/ESEFFEGO observando atendimento.



Fonte: Acervo da pesquisadora.

Recorri a estudos em relação a lesões em bailarinos, testes específicos, para (re)construir, resgatar um olhar clínico capaz de refletir acerca do assunto medicina e ciência da dança. Diante de tal atitude, foi impressionante encontrar uma quantidade considerável de estudos sobre preparação física na dança, preparação poética, treinamentos específicos para bailarinos e ainda assim não ver de fato esse conhecimento sendo aplicado pelos professores de dança dentro da escola ou da companhia de dança.

Infelizmente, o que vejo é uma normalização e repetição de hábitos não saudáveis, dançar com lesão, exigências insalubres sobre aparência física, ensaios com hora para começar e sem hora para acabar. Mais uma vez, ressalto que esta é a minha observação, dentro de uma escola profissionalizante, a partir da minha experiência. Não pretendo aqui universalizar conceitos, mas apresentar um fato observado que se encontra no extremo oposto do que seria saúde na dança. Penso que os artistas da dança passam a conhecer esses acompanhamentos profiláticos após sofrerem lesões.

As lesões podem ter um impacto significativo na saúde e no bem estar de um dançarino. Portanto, é vital que o mundo da dança continue esforçando-se para melhorar a compreensão sobre o desenvolvimento das lesões. Isso é

necessário para a implementação de práticas de prevenção de lesões apropriadas, que surge por meio de colaboração entre equipes de Medicina Esportiva e da Dança (MD), normalmente formadas por fisioterapeutas, médicos, reumatologistas, enfermeiros, treinadores de força e condicionamento ou profissionais da educação física, professores de dança e cientista do esporte e da dança. (Armstrong & Bittar, 2020, p. 325)

Uma outra estrutura que parece estar acabando e que, a cada ano que passa, tem mais cortes em recursos são as companhias de dança no Brasil. É triste, mas as vejo fadadas ao fim, mesmo segura que formamos profissionais de excelência para esse mercado, muitas vezes graduados e até pós-graduados.

Nasce uma angústia quando penso que apesar de haver acesso a todo o conhecimento do mundo para melhorar a performance de um bailarino profissional aqui, esses investimentos são incipientes se comparados com outras áreas, o que dificulta que isso se aplique na prática. A rotina de um bailarino profissional é diária, sistemática e disciplinada. Na verdade, a demanda é crescente quando há necessidade de manutenção do corpo para que ele chegue ao nível de alta performance: precisa ser muito bem elaborado e constante.

Já é sabido que o corpo, para chegar a um rendimento considerado como alta performance, necessita de um trabalho constante e diário. Hoje, o que vemos são trabalhos artísticos, montagens e espetáculos os quais são contratados para apresentações únicas. “O corpo humano, essa máquina maravilhosa que Deus criou, necessita de constante ativação química do metabolismo para perfeito funcionamento, seja por estímulos voluntários ou involuntários.” (Leal, 1998, p. 13)

As principais montagens de espetáculos que acontecem partem de projetos inscritos em leis de incentivo. Esse modelo de trabalho tem seu ponto positivo como a possibilidade de uma rotatividade dos artistas em diferentes projetos. Contudo, os orçamentos necessários para atender a demanda da manutenção desses corpos infelizmente não é atendida, pois deveria contar com a necessidade das aulas das técnicas específicas para a dança, fisioterapia e preparação física desses profissionais.

Não sei se esse modelo, a partir do qual as leis de incentivo operam, e que algumas pessoas do meio artístico acreditam ser o melhor para desenvolver espetáculos artísticos de dança, atende o legítimo propósito de entregar uma performance em alta qualidade, em um mercado artístico que demanda profissionais

de alta performance. Enquanto artista atuante, não acho que atende e, enquanto fisioterapeuta, pensando fisiologicamente, também não.

A manutenção desses níveis de qualidade física torna-se a necessidade básica dos profissionais desse gabarito. Aliando-se um plano de trabalho de preparação física ao estudo das expressões dramáticas e ao contraste do desenvolvimento de força e leveza com que o bailarino tem que incansavelmente equilibrar. [...] A aplicação de um método de trabalho associado à rotina diária profissional (aulas, ensaios) deverá basear-se nos princípios científicos do treinamento desportivo que englobam: individualidade biológica, adaptabilidade, sobrecarga, continuidade, interdependência volume/intensidade, especificidade. (Leal, 1998, p. 18)

Sem patrocínios para manutenção das companhias ou grupos de profissionais de alta performance, a consequência disso é uma diminuição considerável de espetáculos de dança com mais de 4 (quatro) integrantes, um aumento de lesões por estresse, causado pelo aumento repentino na intensidade dos treinos enquanto se realiza uma montagem ou criação e parada ao finalizar esse período, quando os treinos também terminam. Triste realidade.

Em Goiânia, a EFABF, hoje, é uma referência em ensino de artes, principalmente no balé clássico. Em seu quadro de professores, profissionais extremamente qualificados para ensinar aos estudantes, apenas ao grupo de altas habilidades, os outros alunos regularmente matriculados no curso técnico fazem aulas com outros professores, alguns inclusive formados na própria escola. Há uma equipe de fisioterapeutas contratados, responsáveis também por acompanhar ensaios e temporadas dos alunos da dança, preparados para a qualquer momento realizar atendimentos de urgência.

Todavia, no período que estive inserida no campo da pesquisa, em conversas nos corredores, orientações sobre manutenção da saúde após atendimentos, muitos deles relataram o “quão difícil” era não possuírem uma rotina de trabalho estruturada com antecedência. Alguns tinham dificuldade até de organizar uma viagem de retorno para a casa dos pais, para uma visita de final de semana ou feriado. Por exemplo, observei uma informalidade com relação à informação do cronograma, feita entre 23h e 01h por whatsapp com o cronograma das atividades do “dia consecutivo” com horários, agenda de atendimento, ensaios, salas e aulas.

Poucas vezes vi os alunos do curso técnico serem atendidos pelo serviço de fisioterapia. Os horários eram destinados e priorizavam o núcleo de jovens da categoria de altas habilidades, justificado pela alta carga de trabalho atribuída a eles. Os alunos do grupo das altas habilidades permaneciam cerca de 8 horas na escola

diariamente, inclusive sábados e alguns domingos. Eles relataram que muitas vezes ficam com horários ociosos. Essa dinâmica é, ao meu ver, um pouco problemática porque os planos de preparação física devem ser elaborados a partir de datas e prazos de apresentação, conforme explica Márcia Leal (1998, p. 21):

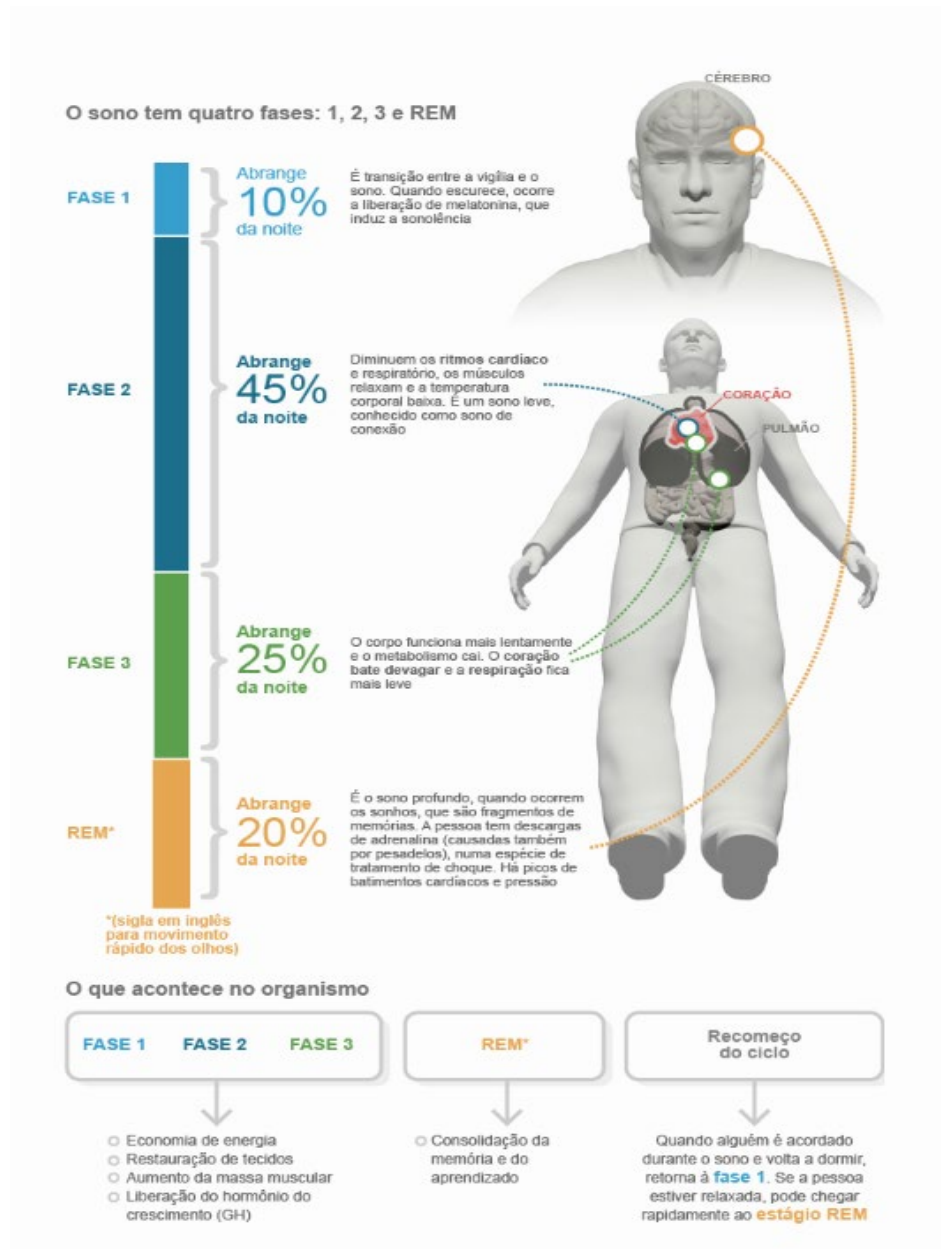
Com base no diagnóstico desenvolvido e no calendário anual de apresentações, formula-se-ão objetivos e serão elaborados os planos de preparação física, controle médico orientação da alimentação dos bailarinos, formulação de linhas de ação para o acompanhamento dos hábitos de vida dos mesmos para implementações do processo de preparação física.

Levando em consideração que eles são jovens, em desenvolvimento, sua recuperação depende do descanso, que nessa idade deveria estar na média de oito horas de sono para conseguir recuperar seu corpo do estresse do trabalho diário. Como alguns deles ainda estudam e moram sozinhos, o nível de ansiedade e estresse aumenta, já que os mantêm em estado de alerta sempre.

Um número cada vez maior de lesões por sobrecarga está sendo registrado em crianças que praticam esportes organizados. Estas lesões são o resultado de sobrecargas frequentes, que causam microtraumatismos aos tecidos dos membros superiores ou inferiores, submetidos a tensões excessivas pelo treinamento. As crianças são mais suscetíveis a lesões por sobrecarga do que os adultos devido à presença de tecidos em desenvolvimento e da placa de crescimento, além do próprio processo de crescimento que pode produzir desequilíbrios musculares em torno das articulações, aumentando o risco de lesões. Estudos biomecânicos sugerem que a placa de crescimento é mais vulnerável ao estresse nas crianças do que em adultos. Microtraumatismos de repetição são frequentemente causados por sobrecarga e podem estar associados com o supertreinamento. Entre os fatores etiológicos estão o aumento da quantidade ou da intensidade do treinamento, métodos de treinamento incorretos e equipamento inadequado. Técnicos experientes sabem que durante períodos de crescimento rápido, a intensidade do treinamento deve ser reduzida e programas de exercícios específicos compensatórios devem ser introduzidos, a fim de prevenir lesões e compensar os desequilíbrios musculares. As bases teóricas expostas acima indicam que o crescimento por si só é um fator de risco para lesões de sobrecarga e que há a necessidade de haver atenção especial ao atleta pré-púbere e púbere. (Federação Internacional de Medicina Esportiva, 1997, p. 122 - 123)

Em termos de saúde, fisiologicamente não dormir o suficiente nessa faixa etária, ou estar constantemente exposto ao estresse de não poder construir uma rotina individual, não contribui de maneira positiva de forma alguma, já que é sabido que é durante a noite que hormônios como cortisol, GH, dopamina, melatonina são liberados, e que para isso acontecer se faz necessário diminuir as taxas de adrenalina liberada na corrente sanguínea (figura 8).

Figura 8 - As quatro fases do sono.



Fonte: Imagem retirada do site G1 no dia 09.09.2023

Uma das jovens artistas que colaborou com a pesquisa, aluna da escola e membro do núcleo de altas habilidades, recém chegada na escola, relatou-me que fez a escolha de vir estudar na EFABF, pois viu a oportunidade de ter uma formação com excelência. Contou que, ao pesquisar sobre os professores e sobre as aulas que seriam oferecidas durante sua formação, era como um sonho, já que ela vinha de um pequeno estúdio de dança em sua cidade natal e aqui encontraria aulas de técnica de balé clássico, com diferentes professores e metodologias, dança contemporânea, dança moderna e aulas de pilates.

E desabafou após as oficinas, em meio à angustiante situação que se encontrava, que, em meio a toda expectativa que ela tinha quando mudou-se para a escola, ela não estava bem, estava demasiadamente triste, frustrada, pois não havia uma organização e frequência das aulas, que as aulas eram dadas como se já fossem profissionais. Ela relatou que estava desistindo de ficar e retornaria para sua cidade, pois não encontrava espaço para diálogo com a direção e que já havia tentado mais de uma vez. Além disso, sentia um peso de uma cobrança vinda dos professores em relação ao conteúdo das aulas como se precisasse estar pronta, como se fosse profissional.

Entendo que um ponto colocado pela jovem é o sentimento de cobrança despertado nela, em um espaço de ensino e aprendizagem, o qual ela buscou para dar continuidade à sua formação, tinha em mente ali seria um lugar para aprender, contudo, sentia-se cobrada como profissional. Seu relato me levou a refletir sobre a prontidão. As imagens que me vinham à mente me levavam aos filmes de extenuante cenas de preparação física para combates. E algumas conversas com amigos que serviram ao exército, que confirmam que precisam executar sem questionar a ordem de um superior.

E aí, leio Foucault (2009) em corpos dóceis e sua descrição de soldados, em minhas metáforas sou capaz de ver bailarinos, ao falar sobre “expulsar o camponês”, leio o desabrigar da infância, do natural, do singular, e isso me toca diretamente acerca dos regimes hierárquicos. Desconstruir\//Desterritorializar e as formalidades Hegemônico Dualista e penso: uma dissertação é como uma coreografia pronta, sem pragmatismos, portanto até que ponto está disposta a ir Gabriela, inquieta e atravessada com a seguinte passagem, pois encontro semelhanças entre esses corpos, o soldado e o bailarino clássico.

O soldado é, antes de tudo, alguém que se reconhece de longe. que leva os sinais naturais de seu vigor e coragem, as marcas também de seu orgulho: seu corpo é o brasão de sua força e de sua valentia: e se é verdade que deve aprender aos poucos o ofício das armas - essencialmente lutando - as manobras como a marcha, as atitudes como o porte da cabeça se originam, em boa parte, de uma retórica corporal da honra. (Foucault, 2009, p. 131)

4.2 Adiante, um retorno

A ideia de retorno para mim não é necessariamente voltar ao ponto de partida, mas pausar por um instante e reavaliar as possibilidades, recalcular a rota, alterar a direção. Meu caminhar não é linear.

De volta ao papel de observadora participante no Laboratório de fisioterapia da UEG/ESEFFEGO, em contato com outros corpos, era visível nos acadêmicos de Fisioterapia o desejo de “colocar a mão na massa” para aprender. Ao mesmo tempo, havia tantas inseguranças, misturadas à curiosidade sobre o conhecimento e a prática, à falta de habilidade com o toque e, principalmente, a um distanciamento dos seus próprios corpos, que foi o que sempre me comoveu e chamou a atenção desde a minha graduação.

Lembro-me de quando eu estava estudando que alguns dos meus colegas na graduação não haviam feito práticas corporais, mas estavam ali estudando para cuidar do corpo do outro. Em nossa grade curricular, não havia nenhuma disciplina obrigatória que envolvesse a corporeidade como lugar de experimentação prática para colocar nossos corpos em movimento ou entrar em contato com sensações, alterações e expressões do sentir, ou elaborações a partir de uma experiência corporal.

Penso que, quando se trata de corpo, a teoria sempre é bem-vinda, ela abre portas para ideias novas chegarem, mas a vivência, a experiência prática é necessária para alcançar o indizível, a sensação, a conexão e a liberação química dos hormônios na corrente sanguínea quando o corpo assume o papel de explorador, receptor e captador de informação. Segundo Bertazzo (2014, p. 23),

O corpo é um continente. Para conhecê-lo é preciso aprender a vê-lo como tal: um continente a ser explorado, com sua história e suas dinâmicas internas, seus movimentos tectônicos, suas fronteiras e sua complexa organização, seu ecossistema e seu frágil e perseverante equilíbrio. Um continente que é água, ar, fogo e terra em comunhão, convidando-nos a uma intimidade mais concreta.

Partindo dessa observação, penso a importância que há em incluir disciplinas de corporeidade no ensino de profissionais da saúde. Pensar o corpo a partir do sentir seu próprio corpo é mais do que um processo, é um modo de se colocar no mundo, de ouvir o outro, de incorporar o conhecimento e não só pensar sobre ele, como uma atividade única e exclusiva da mente.

O fisioterapeuta Prof. Dr. Adriano Bittar convidou-me a conduzir ao final dos atendimentos uma prática corporal para os estagiários da Fisioterapia, oferecendo abertura e espaço para que eu pudesse utilizar meus próprios meios e aplicar as atividades corporais que venho propondo em meu trabalho com a Arte do Mover (ver figuras 9 a 13). Não havia muito tempo, pois cada grupo de alunos ficavam apenas por 4 semanas nesse estágio, logo em seguida acontecia um rodízio.

Figura 9 - Estudantes da fisioterapia, grupo 1



Fonte: Acervo da pesquisadora.

Figura 10 - Grupo 1 realizando exercício de espelhamento da imagem durante aula prática



Fonte: Acervo da pesquisadora.

Como expliquei no capítulo anterior, A Arte do Mover está estruturada em 5 pilares de trabalho, que podem ser divididos em módulos para, quando necessário, aprofundar-se em cada um deles. São eles: a conscientização corporal, a relação corpo e espaço, a qualidade de movimento, a relação coreografia e intérprete, e a composição coreográfica. Para trabalhar com os acadêmicos da UEG/ESEFFEGO, escolhi a conscientização corporal, como forma de introduzir a dança para aqueles corpos, devido ao pouco tempo que tínhamos.

Em dupla, um participante estabelece em seu corpo um certo grau de tensão muscular, que pode ser graduada entre 1 (um - mole) e 10 (dez -denso). Neste caso, usamos a tensão em 5 (cinco). Enquanto a outra pessoa vai trabalhando com as articulações, reposicionando o corpo da outra pessoa até que encontre uma forma final, como uma escultura de massinha (figura 11). Peço que observem com atenção os detalhes da estrutura final e coloquem-se em espelho em relação à sua escultura. Lhes apresento a pergunta: Como você se sente ao se colocar na forma que você criou no corpo de outra pessoa? A resposta não é obrigatória ou esperada de maneira verbal, mas a reflexão é o ponto chave, que modifica a forma e a preenche com

significado, com consciência, e torna aquele movimento estático em um gesto, agora preenchido com uma intenção.

Figura 11 - Grupo 1, após a realização do exercício da massinha de modelar



Fonte: Acervo da pesquisadora.

Figuras 12 e 13 - Grupo 1, após exercício modelar e assumir o molde



Fonte: Acervo da pesquisadora



Fonte: Acervo da pesquisadora.

Além dessa dinâmica, também propus exercícios com toque, observação e pesquisa das partes do corpo, articulações, músculos, sempre com o foco no corpo,

na sensação, através do toque e não da fala. Os exercícios desocultaram deles coordenação, isolamento corporal para realização de movimento, capacidade de observação para reprodução através da imitação e uma sensibilização de uma auto escuta através da atividade de escaneamento corporal aprendida na leitura do livro do Deepak Chopra (1993), *Corpo sem idade, mente sem fronteiras*. O trecho a seguir é um exemplo de como a prática foi conduzida baseada nas proposições do autor, com minhas intervenções:

Deitado no chão, com os olhos fechados, corpo entregue, comece prestando atenção à sua respiração, sinta ou imagine o ar entrando no seu corpo pelos seus pés, de forma que esse ar venha acompanhado por uma luz que vem energizando, aquecendo e despertando seu corpo em um lugar ativo e relaxado ao mesmo tempo. Suba com sua atenção e respiração para seu tornozelo, percebendo os espaços livres dentro da articulação. Continue subindo pela perna, parte anterior e posterior, região das panturrilhas. Continue subindo, perceba seus joelhos, e abra espaço na sua articulação com seu ar, perceba feixes de luz atravessando esses espaços. Continue subindo, perceba sua coxa, parte interna, anterior, lateral e posterior, observe toda a dimensão e entregue suas pernas bem pesadas para o chão. Suba para o quadril, e novamente sinta o peso do quadril no chão, os espaços articulares presentes quando a respiração é direcionada e os feixes de luz atravessando as pequenas frestas presentes nos espaços articulares, o peso das suas vísceras, e o movimento delas, preste atenção se você consegue ouvir ou sentir seu coração batendo, seu intestino e estômago funcionando, Abra espaço entre suas vértebras, visualizando ou imaginando discos translúcidos bem hidratados, a cada intervalo com uma vértebra alinhada, restaurando as curvas naturais da coluna seja a lordose lombar, uma cifose torácica e lordose cervical, perceba suas costelas abrindo e fechando permitindo a expansão dos seus pulmões, deixe seus ombros pesarem para fora e para o chão, sinta seus braços, tocando o chão, seu cotovelo aberto e sem tensões, antebraços apoiados no chão, palma e dorso da mão abertos, e o pulsar do coração nas pontas dos dedos. Permitindo que sua cabeça repouse sobre seu pescoço e chão. Conecte e expanda sua atenção desde a sola dos pés até o topo da cabeça, visualizando ou imaginando um cíclico movimento de entrada e circulação de energia. Devagar volte sua atenção para o lado de fora, e abra seus olhos movendo-se suavemente para se espreguiçar.

Trata-se de exercício semelhante ao que encontrei quando entrei em contato com a atividade proposta no Processo de Articulação criativa, proposto pelas pesquisadoras Jane Bacon e Vida Midgelow desenvolvido em Londres, Inglaterra, Choreographic Lab²⁶:

Encontre um lugar tranquilo para sentar ou deitar e feche seus olhos. Comece a virar sua atenção para dentro. O que você percebe se você começar a virar a sua atenção para o interior? O que você ouve internamente - Vozes, sons? O que você vê internamente - imagens, cores, formas? O que sente e percebe internamente - emoções, sensações? Em seguida, eu começo a estabelecer-me com uma sensação interior ou experiência corporal particular que está me puxando. Eu percebo como ela se sente. Eu a deixo saber que a ouço. Tome tempo para perceber quaisquer alterações. Reconheça a presença e realidade vivida disso. Perceba se há algo mais que quer ser conhecido. O que eu sei? Como eu sei que eu sei isso? Existe uma sensação corporal do meu saber? Tome um tempo para escrever tanto quanto possa recordar. Use as listas acima como uma indicação. (Bacon & Midgelow apud Santana, 2015, p. 62)

Após 5 encontros, realizei uma avaliação com algumas perguntas, levei lápis de cor, giz de cera, papel e caneta para que respondessem e me entregassem. Buscando sair um pouco da avaliação com formato pré-estabelecido, e espaços delimitados para resposta, com formatação rígida e questões fechadas. Foi surpreendente o engajamento deles, observar o quanto desfrutaram do momento da prática e a expectativa por vivenciá-la. Foi encorajador para o amadurecimento da pesquisa observar os efeitos causados. Apresento alguns relatos com codinomes²⁷ escolhidos por eles mesmos:

Beyoncé: “Eu me senti incrível, como se eu pudesse controlar cada parte do meu corpo e da minha vida. A experiência da oficina me proporcionou alcançar uma parte sentimental em mim que às vezes eu deixo de lado.”

Lemon Ray: “Me senti desafiada, eu amei, fazia muito tempo que eu não tinha contato com a dança, então eu amei. Foi o meu momento, o momento de conectar

²⁶ O Choreographic Lab, visa ser uma plataforma para compartilhamento de práticas coreográficas, reflexões críticas e debates. Um lugar com ênfase nos processos e nas práticas, o Laboratório busca engendrar uma relação dinâmica entre teoria e prática, coreógrafos e estudantes, e fazer com que essas distinções quem sabe mudem ou sejam atravessadas. (traduzido por mim) - The Choreographic Lab provides a platform for sharing choreographic practices, critical inquiry and debate. Placing an emphasis on processes and practices, the Lab seeks to engender dynamic relationships between theory and practice, choreographer and scholar, so that these distinctions may be shifted and traversed.

²⁷ Uma das atividades propostas ao começar a oficina é que os participantes escolham nomes artísticos ou codinomes para que possam ser quem querem ser. A autonomia começa aqui.

comigo, o único que eu tirava praticamente durante a correria do dia a dia. Eu nunca paro, minha cabeça está sempre agitada, não sei por que estou chorando, mas a sensação é de relaxamento”.

Peixe: “No começo, me senti conhecendo partes do meu corpo que não conhecia, desafiado a fazer coisas que normalmente não fazia. Conheci algumas partes minhas. Me senti grato na última semana porque não estava bem e fui acolhido”.

Nessas falas, nota-se a importância da vivência naquele momento de retorno às atividades presenciais, após o afastamento de 2 anos, e o quanto o ajudavam a lidar com a ansiedade de ter sempre que atender e responder com assertividade as tarefas do dia a dia. Segundo o prof. Adriano, sua percepção sobre as aulas dadas, compartilhada em conversa após a realização das oficinas, foi que a proposta “Fomentou nos alunos uma melhor percepção de como trabalhar e propor trabalhos mais conscientes aos bailarinos. E isso fez diferença na preparação poética deles.”

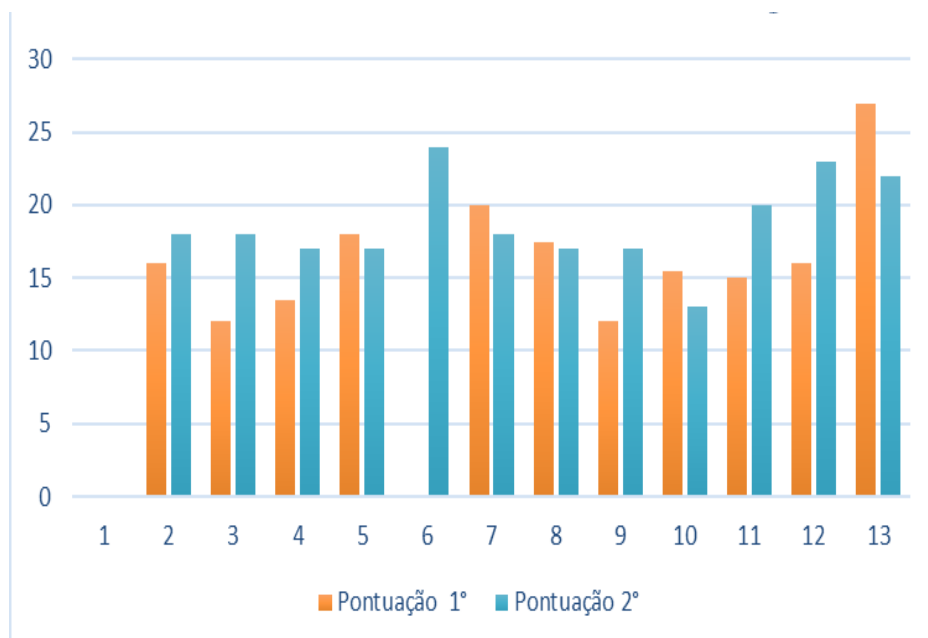
5 ROTA TRÊS

Após estágio junto ao Professor Dr. Adriano Bittar, na EFABF, a experiência de auxiliar no atendimento dos jovens e acompanhar os acadêmicos da graduação em Fisioterapia, chegou o momento de colocar em prática o ateliê/oficina *A arte do Mover* com o grupo de 12 jovens apresentado com mais detalhes anteriormente, nos caminhos metodológicos.

A experiência se deu como um processo criativo, que de fato acredito ter efeitos terapêuticos. Utilizei para fins comparativos a Escala Rosenberg de autoestima, a fim de observar e comparar as respostas antes e depois da oficina em vista de expressar se houve algum efeito sobre a qualidade do bem-estar desses jovens. Para fins de avaliação e comparação sobre benefícios e impacto dessa experiência na qualidade da performance deles seria necessário um acompanhamento após, o que infelizmente não foi possível neste estudo.

O esclarecimento da magnitude da auto-estima em diversos contextos possibilita o conhecimento de um 'atributo' importante na área da saúde mental e coletiva, o que pode ser uma importante estratégia para a prevenção e problemas no crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes. É um desafio apreender sobre mecanismos que protegem um indivíduo do risco, como é o caso de uma elevada auto-estima e servi-los como prioridade na implementação de programas de prevenção primária de saúde e bem estar psicológico. (Avanci et al., 2007, p.)

Figura 14 - Tabela comparativa dos resultados encontrados após aplicação da Escala de Autoestima de Rosenberg



Fonte: Elaborada pela pesquisadora.

A tabela acima está mais para ilustração com fins de comparação de possíveis efeitos momentâneos que a experiência da oficina possa ter causado. A pontuação 1°, em laranja, é de antes da realização da Oficina/Ateliê. A pontuação 2°, em azul, é de depois do último encontro que tivemos. Segundo Rosenberg (1965), podemos classificar a pontuação inferior a 15 como uma baixa autoestima, relacionada a sentimentos de incompetência, inadequação e incapacidade de enfrentar os desafios. A pontuação entre 15 a 25 demonstra ser ideal, na qual observamos uma oscilação quanto a aprovação e rejeição de si. Já acima de 25 pontos, pode demonstrar problemas na análise da realidade, pessoas demasiadamente complacentes consigo mesmas.

E muitos desses jovens que tive o privilégio de conhecer estão deslocados da sua cidade natal o que os faz estar em um diferente estado de presença dos que aqui nasceram. Assim como eu, ao saírem em busca da realização dos seus desejos, hoje estão distantes de sua família, ausentes fisicamente nas datas comemorativas para estar aqui.

Será que se sentem apoiados por essas pessoas, seja emocionalmente e/ou financeiramente será que recebem apoio para estarem aqui? Nessa pesquisa, reuni algumas informações pessoais e subjetivas, para manter minha aproximação de maneira horizontal e olhar segundo a perspectiva deles, aprender a partir do que era dito por eles e daí refletir sobre. Penso ser essa uma informação importante a ser levada em consideração pela gestão da escola, para acompanhamento do desenvolvimento desses jovens.

Nossos encontros começaram em roda e a primeira pergunta era: Quem é você hoje? Me interessava saber o que os trouxera até ali e o que esperavam encontrar. O que a dança representava para eles e qual o motivo pela escolha dessa forma de expressão artística. Queria entender como eles entendiam saúde, se há saúde na dança que eles dançavam, o que era qualidade de vida e se eles se consideravam pessoas com qualidade de vida. Pedi que compartilhassem comigo uma música, a fim de me aproximar de algo que lhes fosse familiar e que representasse uma parte deles dentro do processo. A música podia ser de qualquer gênero musical.

A consciência corporal mais do que a relação do corpo com o espaço externo é também com espaços internos, sua história, o motivo das suas escolhas, como enxergam o mercado de trabalho, seria possível pensar e sentir sua sensualidade, o

prazer e se entregar aos os espaços internos e externos, sentir as diferentes texturas no entorno e o que provocava em seu corpo quando a respiração era consciente e profunda. Eu disse: “Respira, não precisa dizer nada. Não precisa pensar. Apenas sinta. Sente que você existe. E o que fazer com o que sente: EXPANDIR E RETRAIR, CONTRAIR E RELAXAR. Pause, observe o seu mundo e suas relações.

E muitos deles relataram que nunca haviam sentido seu corpo daquela maneira. Sentiam calma, relaxamento e uma sensação boa, que não sabiam dizer muito bem. Bailarinos são treinados a manipular e a anestesiar suas dores, tornando-se extremamente resistentes à dor. Irônico pensar que alguém possa com tanta leveza e maestria ter sua sensibilidade bloqueada ou removida para uma performance perfeita. E eles percebem o paradoxo existente nessa formação, ou no que está subentendido no ser bailarino de alta performance. Destaco um trecho retirado de uma roda de conversa durante após nosso encontro em um lindo diálogo:

Beija flor: Achei curioso.

Arco íris: (complementa, cortando a fala) Eu me sinto leve, feliz ,como se eu estivesse descobrindo coisas.

Flor de Lótus: (responde ainda refletindo) É como se a gente tivesse se acostumado a esconder essas coisas durante todo o processo que a gente aprende aqui sobre dançar e tudo mais... a gente se esconde de todos esses sentimentos. É como se a gente tivesse vergonha disso, sabe?

Abracadabra: (complementa) Isso é uma coisa que tá bloqueada.

Arco íris: (concorda) Aham

Flor de Lótus: (chega a uma conclusão) E não deveria ser assim, porque a gente trabalha com a verdade, então eu acho que não poderia ser assim, essas coisas não poderiam ser bloqueadas, sabe?

Pode parecer irrelevante para uns, mas acho importante observar os atravessamentos em função desse estado de sensibilidade envolvida no processo de mudança de paisagem, se transportar de território e talvez não pertencer permita que você pertença ainda mais. O trabalho/escola se torna o mundo.

De fato, foi gratificante ver essa experiência acontecer nesses corpos hábeis e extremamente treinados, observar a dificuldade de lidar com os estímulos lúdicos e espontâneos dentro desse ambiente extremamente sistematizado e técnico que é a escola profissionalizante em Balé. E constatar como a intervenção artística voltada para a saúde pode interferir positivamente ao longo de um processo criativo. Observei

e eles relataram que, ao final dos nossos encontros, estavam mais atentos uns aos outros, mais acolhedores entre si.

Mesmo tendo sido interrogada a respeito, em um bom sentido, esse trabalho pode dialogar, flertar mas ainda não foi meu objetivo classificá-lo como pertencente ao campo da Somática²⁸. Para Strazzacappa (2000, p. 48) “A Educação Somática já está presente em território nacional há, pelo menos, quatro décadas, porém mais conhecida sob outros títulos, como técnicas corporais alternativas, técnicas de release, técnicas de consciência corporal”.

Apesar de seu vasto território de atuação e conteúdo para a pesquisa em dança, entendo hoje que minha prática se aproxima de conceitos e abordagens apresentados nessas relações de ensino através da integralidade do ser, entre experiência e sentido, a integração proposta entre corpo e mente. Porém, conheci definições e metodologias nesse momento, na academia, e, como não consegui me aprofundar nesses estudos, não me sinto apta a afirmar que esta prática está formalmente vinculada a esse campo.

Após a vivência proposta, observo que o que fiz ao longo da oficina foi oferecer pequenas pílulas de conhecimento, distribuídas a partir dos cinco pilares, de conhecimento, e desenvolvidos durante o ateliê/oficina A Arte do Mover, para os alunos do Núcleo de Altas Habilidades EFABF, ou Corpo de Baile.

Cada pilar, tem seu objetivo fundamental e os exercícios realizados direcionam o olhar para o desenvolvimento desses elementos sobre: corpo, contemporaneidade, histórias, pesquisa, lugar de fala, espaço para se expressarem e dialogarem entre eles, e parte do resultado do processo está em um documentário que indica o quanto se faz necessário ouvir esses jovens, para que possamos desenvolver ferramentas de autoconhecimento, que mantenham o prazer em dançar, e como isso pode resultar em uma percepção ampliada da dança. A seguir, uma descrição mais detalhada dos cinco pilares:

5.1 A Conscientização Corporal

²⁸ Somática era a arte e a ciência de um processo relacional interno entre a consciência, o biológico e o meio-ambiente. Estes três fatores vistos como um todo agindo em sinergia” (Hanna apud Strazzacappa, 2000, p. 48).

Penso e considero o elemento primordial do meu trabalho o corpo de outra pessoa. Facilitar que a pessoa aos poucos vá abrindo espaço para desenvolver autoconhecimento e autonomia sobre sua anatomia e biomecânica. Acredito nesse desenvolvimento como movimento de incorporar seu conhecimento sobre seu corpo. São perguntas que nos movem a ir em busca de respostas, então os encontros são iniciados com perguntas, como: Como estão e quais são as condições físicas do seu corpo?

É essencial para qualquer pessoa se tornar consciente do seu corpo, perceber o que ele pode realizar, de que forma ele realiza e/ou pode vir a realizar um movimento. Através de uma escuta sensível, a pausa no automatismo, sensibilização corporal e estado de presença desse sujeito com o que realmente sente. Esse estado de conexão ou integração pode auxiliar na prevenção de lesões e otimizar o trabalho de preparação corporal.

Este estado de presença é trabalhado a partir da apresentação de estruturas anatômicas, conscientização sobre biomecânica, assim como articulações e suas diversas possibilidades, amplitudes de movimento, ossos, tecidos; exercícios sobre como isolar e recrutar diferentes partes do seu corpo; e discussão sobre como estar presente pode resultar em novas combinações, e na redução de compensações físicas desnecessárias — tudo isso através do recrutamento muscular.

Não se trata de uma aula teórica sobre isso, pelo contrário, os exercícios propostos são de muita espontaneidade, lúdicos e divertidos. Alguns em duplas, através de toques, outros sozinhos, grupos pequenos de até quatro pessoas, ou em um grande grupo com dinâmicas de atenção plena, cooperação e foco.

5.2 A relação entre o corpo e o espaço (Relações corpo-espacos)

Escrever sobre espaço talvez se aproxime de uma relação subjetiva ou metafísica, a qual inclui vazio, invisível e indizível. Explicar os espaços internos e externos e como nos relacionamos com e entre eles com palavras, às vezes, esvazia e dimensiona algo que não tem certeza se pode realmente ser compreendido a fundo em sua amplitude e reverberação potenciais.

Nesse caso, penso que os espaços habitáveis por nosso corpo físico, se dão desde o momento em que estamos sendo gerados, no útero ainda. E muitas vezes nem pensamos sobre isso. Após tomar consciência desse corpo (espaço interno),

partimos para a relação desse corpo com o espaço externo, através da fisicalidade e dos sentidos. Parto do entendimento de que, antes de iniciar um movimento, o corpo produz um esforço inicial invisível, passando por um processo de organização, monitoramento e refinamento para que atinja a amplitude da ação desejada, seja para expressar algo, adaptar-se a uma situação ou inibir uma reação.

Ciente dos princípios fundamentais do movimento humano proposto por Rudolf Laban (1978), como corpo, espaço, esforço e forma, tomo emprestadas as categorias espaciais como direção, amplitude, nível e forma de movimento, para explorar as possibilidades do movimento em diferentes planos, mudando o eixo de referência. Isto é, pensando que todo esforço habitará um ou mais espaços, assim como as estrelas possuem pontos no espaço, nesse complexo sistema de análise de movimento criado por Laban (1978).

A partir da observação de movimentos do corpo e de suas combinações, ele discriminou oito ações básicas, que chamou de dinâmicas de movimento (tabela 1). Para mim, essas qualidades de esforço e dinâmicas de movimento orientam *o que* e *para onde* mover, atuando como um ponto de partida para todas as futuras combinações — assim como uma composição musical, que parte das sete notas musicais e suas possíveis combinações, ou cores primárias e secundárias que misturadas adicionam contraste, sombra, textura a uma pintura.

Tabela 1 - Dinâmicas de movimento.

AÇÃO	ESPAÇO	PESO	TEMPO
Deslizar	Direto	Leve	Lento
Flutuar	Flexível	Leve	Lento
Pontuar	Direto	Leve	Rápido
Sacudir	Flexível	Leve	Rápido
Pressionar	Direto	Firme	Lento
Torcer	Flexível	Firme	Lento
Socar	Direto	Firme	Rápido
Chicotear	Flexível	Firme	Rápido

Fonte: Tabela retirada do artigo de Lenira Rengel (2006, p. 128). *Fundamentos para análise do movimento expressivo*.

Analisando saberes corporais e combinando os fatores de movimento, Laban discriminou “oito” ações básicas de esforço, também chamadas de “oito dinâmicas de movimento”. São as “mães” de todas as outras, como acontece com a aquarela e as sete notas musicais.

Laban construiu todo um sistema metodológico para orientar a criação, o desenho e deslocamento de movimento, mapeando pontos no espaço para direcionar o movimento e diferentes combinações, que revelam trajetórias outras, assim como William Forsythe e suas tecnologias de improvisação. Segundo tradução de Rousejanny,

Não há coreografia, pelo menos, esta não deve ser entendida como um exemplo particular, como representando uma norma universal ou padrão. Cada época, cada instância de coreografia, está idealmente em desacordo com suas encarnações anteriores enquanto se esforça para dar testemunho da plasticidade e riqueza de nossa capacidade de reconfigurar e nos desapegar das posições de certeza (Forsythe 2001, p. 90 apud Ferreira 2017, p. 21)²⁹

Ter consciência da existência desses pontos nos oferece opções para imprimir diferentes trajetórias, interpretações e, de diferentes modos, influencia nossa leitura ou percepção sobre como realizamos um gesto ou movimento. Podemos fazer escolhas sobre que direção terá o movimento. Para além disso, trabalhar em grupo oferece o espaço para a observação, o olhar para o outro corpo e para as particularidades que cada um apresenta na proposição e entendimento espacial, transformando a observação em fator exponencial para a criatividade e aprendizado.

As atividades deste pilar incluem explorar os deslocamentos espaciais em diferentes planos, a partir de diferentes partes do corpo, sendo convidado por outro corpo ou apenas por seu próprio desejo e imaginação. Os elementos acionados incluem a troca de olhares, a conexão consigo e com o outro e a cumplicidade de dividir a responsabilidade da ação sem o uso da palavra. Visualmente é possível perceber que dessa forma o grupo constroi suas pontes entre corpos, e dentro do próprio corpo criando os espaços invisíveis e indizíveis, sutis dentro do espaço concreto como uma sala de aula.

²⁹ There is no choreography, at least not as to be understood as a particular instance representing a universal or standard the term. Each epoch, each instance of choreography, is ideally at odds with previous defining incarnations as it strives to testify to the plasticity and wealth of our ability to reconceive and detach ourselves from positions of certainty. (Forsythe, 2011, p. 90)

5.3 Qualidade do movimento

Acredito que desenvolvemos uma qualidade para um movimento quando atribuímos intenção a ele. Entendo como intenção o que está por trás, nem sempre consciente, sabido ou claro e muitas vezes subentendido, assim como nossa capacidade de direcionar uma ação através do pensamento, durante a realização dele.

Particularmente, gosto de pensar na utilização de imagens como metáforas para construir a intenção de movimento, acredito que ajuda e simplifica o exemplificar e a aproximação de uma possível sensação ou estado para o corpo manter-se presente. Sensações, memórias e outras coisas, a fim de alcançar um lugar mais próximo, comum entre os diferentes corpos. Uma imagem pode trazer em si, texturas e informações como cores, densidades, emoções, pode trazer em si uma natureza simbólica, que às vezes pode acessar o inconsciente.

A música tem se mostrado uma excelente aliada, pois conduz claramente uma mudança, interfere e provoca o ritmo, a velocidade, ou a duração do movimento. Sim, faço uso de muitos estímulos ao mesmo tempo em minhas aulas, acredito que esse “excesso” de informação abre diferentes portas em diferentes camadas de percepção que somados a alguns conceitos como peso, força, vetor, gravidade e suas interferências na ação geram novas ações. E é bastante interessante observar como isso possibilita o ir além do esperado, de forma aparentemente simples, clara, resultando no enriquecimento do repertório.

Uso e destaco aqui a nomeação feita por Gabrielle Roth para essas qualidades de ritmo como: Staccato, Fluido, Caos, Lírico, Quietude. A imagem que me ajuda a entender como sofremos a influência dessas possíveis qualidades é pensar novamente como se elas fossem cores novas em uma paleta de cor, só que aqui sugerindo intenções e interpretações diferentes e novas para o movimento. “Cada ritmo era um estado de ser; um mundo que extravasava seus limites, um mundo de profundos ensinamentos interiores a respeito da natureza da vida e do amor, do nascimento e da morte, da arte e de Deus.” (Roth, 1997, p. 59)

No ritmo do fluente recebemos os ensinamentos femininos, no staccato exploramos o masculino, no caos integramos os dois. O lírico é o ritmo da auto-realização, no qual tomamos conhecimento do nosso eu mais expansivo e liberado. Na quietude, contemplamos o mistério que permeia cada um dos aspectos do universo - inclusive os mais profundos recessos de nossa própria alma. (Roth, 1997, p. 64)

Venho construindo diferentes listas de músicas³⁰ específicas para serem utilizadas nas oficinas ou palestras que vou oferecer, essa seleção contém diferentes gêneros musicais, de diferentes décadas e sempre que possível uma das tarefas para os participantes é que escolham uma música favorita (mas não devem levar mais de cinco minutos para definir) e me enviem. Dessa forma encontrei uma maneira de obter algo que os torna singulares, os participantes influenciam a proposta e ao mesmo tempo sentem-se acolhidos quando ouvem “sua música”.

5.4 A relação entre a coreografia e o intérprete

Por entender meu trabalho hoje como intérprete criadora, e depois de anos ter obtido o discernimento do que eu posso oferecer em um projeto artístico, não somente como bailarina, mas como artista e co-criadora, há uma clareza maior sobre a importância desse pilar no espaço de profissionalização de um bailarino ou qualificação profissional numa escola de danças, por exemplo. A experiência não me permite ignorar essa relação. E essa pesquisa marca e consolida a interessante e prazerosa observação e pretenciosa constatação de que: O intérprete é uma peça fundamental para um trabalho artístico acontecer.

E sim, não serei mais uma pesquisadora na contemporaneidade dizendo que encontrar o seu estilo é o que mais importa, pois na prática e na construção da carreira desses jovens, eles estão trabalhando arduamente visando contratos de trabalho que ofereçam alguma estabilidade financeira e profissional.

Posso dizer que os jovens participantes desta pesquisa visam a contratações no que entendemos como companhias de alta performance. Aquelas que buscam profissionais altamente qualificados tecnicamente em balé clássico (sendo esse trabalho técnico fundamental), pré requisito para serem convidados para uma audição³¹. Além disso, esses corpos precisam estar aptos a se mover a partir de algo pré-estabelecido, no caso uma coreografia, ou seja, passos dados por outro corpo e

³⁰ Caso se interesse por acessar, deixo disponível aqui o link para acesso a minhas listas de músicas, elas estão salvas em uma plataforma de streaming on-line chamada Spotify. <https://open.spotify.com/user/gabriela.leite3?si=be08ca430a214772>.

³¹ Avaliação proposta por coreógrafos e diretores de companhias profissionais para escolher dentre diversos pretendentes aquele que melhor se encaixa de acordo com o perfil que será melhor aproveitado no ambiente de trabalho segundo as demandas locais.

estéticas que estão dentro do imaginário de outro — o que demanda um esforço gigantesco de adaptação e compreensão rápida para encontrar no seu corpo a forma desejada.

A intenção aqui é trabalhar o aprendizado de partitura de movimentos e alcançar um unísono desses corpos enquanto coletivo. Explorando e desenvolvendo atributos como memória de curto e médio prazo, musicalidade, adaptabilidade, coordenação e cooperação, acionamos habilidades importantes para tornar esse corpo versátil para atender diferentes demandas, de acordo com os diferentes coreógrafos com os quais virão a trabalhar.

Entendo que a cada bailarino que se torna profissional da cena nasce um intérprete, pois esse bailarino possui uma identidade, expressa por uma “voz” dançada. E essa potência pode sim ser explorada e valorizada dentro de um coletivo, sem que façamos uso de competição ou comparações externas. Talvez isso seja uma metodologia, ou talvez uma abordagem.

5.5 A composição coreográfica

Este pilar envolve todo o conteúdo descrito acima, adicionando as singularidades das próprias ideias dos participantes. Aqui, minha função é facilitar a comunicação entre eles, direcionar a atenção e antecipar alguns problemas. Ajudar a organizar suas ideias e o material que cada sujeito reuniu durante o processo do ateliê. Ou seja, compor uma coreografia utilizando os elementos trabalhados, desde o processo de conscientização do movimento até a ruptura e desmembramento das frases de movimento aprendidas nas coreografias para assim formular algo próprio, autoral.

Um artista da cena não necessariamente torna-se um professor e um professor nem sempre passou por toda a experiência de um artista. Ambos, a meu ver, coexistem no lugar do descaminho, aquele que Maurice Blanchot (2009) revela como “o lugar que ignora a linha reta; que nunca se vai de um ponto a outro...”, caminhos que exigem escolhas e dedicação exclusiva para se tornarem bons, ou para serem considerados bem-sucedidos.

Pensar partindo desse ponto de vista faz refletir sobre o motivo pelo qual busquei esse nome para a oficina. Marca o início da minha busca por uma maneira de conduzir uma aula de forma diferente da qual fui ensinada, onde caberiam elementos

diversos que o processo de aprendizado fosse leve e respeitoso com o tempo individual. Um *lugar* de aprendizado, onde fosse permitido até para mim enquanto facilitadora errar, não saber o objetivo final. Onde o processo oferece a oportunidade de experimentação e atravessamento em ambos os lados.

Não fazia sentido ficar reproduzindo o modelo que eu aprendi, não fazia sentido construir tudo sozinha e pedir que fizessem como eu. Não sinto que cheguei, mas sinto que estou cada vez mais próxima de uma “linguagem” que me aproxima do que vem antes do movimento. Me interessa aprender a inspirar e, quem sabe, aprender a ensinar como inspirar. Não se trata de motivar alguém, mas de ocupar esse espaço que planta a semente e permite que a própria natureza do ser se coloque na direção de cultivar e seguir seu próprio caminho. Para mim isso é compor.

Bem, teria sido mais fácil continuar repetindo do mesmo jeito que aprendi? Talvez. Eis que Freire (1996, p.18) aparece em minha vida, aqui na academia, e com palavras descreve meu sentimento dizendo: “É por isso que transformar a experiência em puro treinamento técnico é amesquinhar o que há de fundamentalmente humano no exercício educativo: o seu caráter formador”. A partir disso, penso, faz sentido “criar” meu jeito de rePRODUZIR uma aula.

Passei a colocar diferentes elementos de diferentes técnicas em uma mesma aula, e isso me traz alegria, me faz sentir atravessada, emocionada com pequenas coisas, despertadas no processo, inesperadas, imprevisíveis. Trazem um frescor ao fazer, temperando a dança com a sensação de liberdade e vivacidade que me move, me inspira e tenho visto que faz mover outras pessoas. Vi, vivencio e possuo relatos acerca dessa dinâmica experiência.

Mesmo diante da relação expectativa *versus* realidade resultando em satisfação ou insatisfação maior ou menor, não é uma maneira de praticar que todos se sentem à vontade ou convidados a embarcar. Não sei quantificar quantas camadas podem ser atingidas quando penso em aprofundar o trabalho, mas vejo que a participação quase sempre é feita por pessoas que estão mais dispostas ao desafio de mergulhar em suas emoções, afetos e história para encontrar o seu movimento.

Esse movimento me faz refletir sobre como estamos produzindo dança nesse momento. Ensinar é uma arte que move, é um lugar de possibilidades para

demonstrar, inspirar, expor, escutar, errar, aprender, mudar, refazer, liderar, seguir... Reflete como um espaço é criado para abrigar os sujeitos que estão em movimento, o qual, querendo ou não, está no momento presente, compartilhando com aquele de passagem aquilo que tem até o momento.

Assim, é imprescindível considerar que esses jovens que participaram dessa experiência estão em desenvolvimento de suas habilidades técnicas e principalmente sociais e pessoais. Por isso, se faz importante olhar e valorizar o tempo para recuperação e regeneração de seus corpos durante suas rotinas. É muito importante prezar por uma organização prática, de uma rotina estruturada, levar em consideração suas demandas escolares, as aulas e rotinas de ensaio em sua formação em dança, seu momento descanso e lazer, alimentação e nutrição. Afinal, eles são adolescentes (figura 15).

Figura 15 - Fim do exercício de composição coreográfica: *Neon, um amor adolescente*



Fonte: Acervo da pesquisadora.

6 REFLEXÃO CAMINHANTE

“O professor é naturalmente um artista, mas ser um artista não significa que ele ou ela possa fazer o perfil e dar forma aos estudantes. O que faz o educador no ensino é capacitar os alunos para que se tornem eles mesmos.”

(Paulo Freire e Miles Horton)

Desde a elaboração do pré-projeto desta pesquisa, essa citação de Paulo Freire e Miles Horton (1990, p. 181) me acompanha. Promover um espaço para que seja possível nos tornar nós mesmos. Filosófico, existencialista ao ponto de me fazer pensar por dias, meses, anos desta pesquisa. O que é essa “Arte do Mover”, uma técnica, uma metodologia, um conceito, uma abordagem? Qual a contribuição dessa pesquisa, ou deste texto para outra pessoa além de você mesma, ou o meio acadêmico?

Hoje percebo e entendo a quão autocrítica sou. O quanto essa característica criou desafios e barreiras gigantes ao redor de realizações e fazeres importantes no desenvolvimento de habilidades novas. Somos nós mesmos que precisamos validar e valorizar nosso caminhar.

Refletir sobre isso me aproxima de muitos outros questionamentos. Observo a quantidade de grandes artistas que conheço e que hoje não criam, que infelizmente deixaram sua paixão pela dança, pois não se sentem capazes de produzir seu trabalho autoral, ou tornarem-se autônomos por não terem encontrado outras formas de expressarem sua arte.

Há um crescente e grande mercado das danças urbanas e danças mais comerciais, cada vez mais difundidos através das redes sociais. O Tik tok, por exemplo, fez as dancinhas³² ficarem bastante populares entre crianças e adolescentes. E, sem muito entender deste universo, mas em diálogo com algumas pessoas, entendo-o como um mercado de reprodução de imagens sem uma natureza reflexiva ou crítica, muitas vezes de forma superficial, imagens rápidas como as que temos consumido de forma geral através das redes sociais e isso gera um impacto em nossa percepção.

³² Termo usado popularmente para as pequenas sequências coreografadas que tornaram-se sucesso nas redes sociais por serem aprendidas e reproduzidas por outras pessoas em suas redes sociais pessoais, espalhando rapidamente e exponencialmente.

Um ponto muito delicado para onde há necessidade de refletir e dialogar muito ainda, ouvir, pesquisar e interagir mais com outras pessoas e modalidades envolvidas, e esta pesquisa não vai tratar desse universo. Deixo aqui, um apontamento, pois me faz refletir sobre o impacto disso no fazer artístico de um profissional que tem seu corpo como instrumento de trabalho, o qual vai exigir dele muitas camadas de investimento de tempo para se aperfeiçoar. Quem sabe uma reflexão futura, afinal somos influenciados por essas imagens, e devido a velocidade com a qual estamos consumindo imagens e usando efeitos em nossos conteúdos, ousar dizer que algumas pessoas vêm buscando as aulas de dança com uma ideia imediatista sobre o processo de aprendizado e autoconhecimento do próprio corpo através a dança.

Ao mesmo tempo, essas imagens e vídeos vêm trazendo cada vez mais pessoas para as aulas de dança, retirando a dança desse lugar inacessível para todos os corpos, devolvendo um caráter mais democrático e popular e permitindo que mais pessoas voltem a praticar dança como hobby³³ e como modalidade terapêutica, a fim de se reconectar com prazer de viver e saúde mental.

Saúde mental é também algo que pretendo me familiarizar nos próximos anos e estudos, já que uma das características da minha personalidade é a empatia e com isso a sensibilidade, hoje aceito e compreendo isso de uma forma que não compreendia anos atrás. Posso dizer que experienciei e vivenciei situações transformadoras e profundas em meu fazer artístico, e desde sempre, usava os processos de criação para “curar” assuntos e situações que estava vivendo, mas fazia isso de forma totalmente inconscientemente. E, em alguns casos precisei e tive o acolhimento necessário, em outros não, e isso tornava o processo mais duro, doloroso, e instável acerca das emoções.

De fato, ter vivido essas experiências da maneira que aconteceram, conferem ao meu fazer, um estado de atenção ao cuidado e à presença a fim de me sentir apta para acolher, tornando-se uma condição que acompanha meu fazer.

A inteireza, que busco hoje ao me posicionar diante e no mesmo nível que os participantes de uma aula proposta por mim, e o anseio de oferecer um lugar seguro para que o mover - biomecânica, desperte a dança - expressão do ser. “Quando seu corpo se rende ao movimento, sua alma se lembra da sua dança.” (Roth, 1997, p.

³³ Definição segundo o dicionário de Oxford Hobby é um substantivo masculino, entendido como uma atividade exercida exclusivamente como forma de lazer, distração e passatempo.

33)³⁴. Entrar em contato com seu trabalho me inspirou a ter confiança no processo de despertar desse modo de trabalhar, de construir esse ponto de vista diante do movimento.

O ponto de partida foi trabalhar com bailarinos, contribuindo para preparação física, qualificação profissional e formação. E aprendendo que os caminhos não são lineares e essa oficina é um organismo vivo. Eis que a vida me surpreende com o interesse de pessoas que não dançavam há muito tempo, pessoas na idade adulta que tinham vontade de “aprender” a dançar, pessoas com bloqueios em relação ao seu corpo, musicistas, psicólogos, arteterapeutas, artistas do teatro, fisioterapeutas, tinham pessoas diversas, exceto bailarinos profissionais.

Irônico ou não, minha visão sobre o trabalho começou a mudar, minha dança mudou, meus interesses mudaram e aqui estou, buscando embasar o que estou fazendo, visando me apropriar e descobrir e desenvolver novas habilidades para continuar desenvolvendo esse trabalho.

E me misturo, enquanto artista da cena e profissional da dança, vejo ausências importantes entre o conhecimento obtido e discutido dentro do universo acadêmico, universitário, e o que é ensinado nas escolas profissionalizantes de dança, academias, escolas e companhias profissionais. Claro, é preciso dizer que isso que escrevo aqui, parte da minha trajetória, do meu ponto de vista, somado à experiência de observadora-participante durante esta pesquisa e de ouvinte das histórias e dos relatos pessoais de amigos, outros profissionais da dança os quais tive a oportunidade de trocar informações, conviver e trabalhar.

Infelizmente, a especialização dos professores dentro das universidades não chega até os professores que estão em estúdios de dança. Então, os conhecimentos circulam pouco e pontes que poderiam ser construídas através dos cursos de extensão não atendem às escolas de dança, ou não vêm nas escolas de dança um lugar potencial para oferecer esse tipo de curso. Isso não isenta a responsabilidade das escolas de formação em dança que em sua grande maioria das vezes não está aberta a mudanças em seu sistema de ensino.

³⁴ Gabrielle Roth (February 4, 1941 – October 22, 2012) was an American dancer and musician in the world music and trance dance genres, with a special interest in shamanism. founded an experimental theatre company in New York, wrote three books, created over twenty albums of trance dance music with her band The Mirrors Tradução minha: Gabrielle Roth (4 fevereiro 1941 - 22 de outubro e 2012) Foi uma bailarina americana e musicista no mundo da música, nos gênero de trance, com um interesse especial em xamanismo. Fundou uma companhia de teatro experimental em Nova York, escreveu três livros, criou mais de vinte álbuns de música trance com a sua banda The Mirrors.

As escolas de dança parecem reproduzir um modelo pedagógico que vejo algumas escolas vendendo: Alcançar um objetivo: Passar no vestibular, em primeiro lugar, dessa forma o jovem é matriculado na escola para passar no vestibular, atingir metas e objetivos. Mas e a educação, a cidadania, a ética, o coletivo, o pensamento crítico? Algumas escolas de dança, assim como alguns colégios, voltam-se para vencer em competições e mostras de dança para conseguir bolsas em escolas internacionais. Exportamos nossos melhores artistas para que eles possam ter uma vida mais digna. E estamos começando a perder saúde em prol do alcançar o objetivo a qualquer custo.

E o conhecimento corporal, a educação sobre o toque, a consciência corporal e a saúde mental, emocional que esse indivíduo precisa trabalhar para cuidar dessa “máquina” insubstituível e única?!

Isso é contraditório, pois quando pensamos em educação em dança, deveria haver espaço para aprender um pouco desses elementos, necessários para se tornar tanto um artista, quanto um professor, um coreógrafo, um iluminador, um diretor, figurinista... cuidados e conhecimento básicos sobre saúde desse sujeito que vai precisar alargar seus limites diariamente para alcançar metas e objetivos profissionais.

Os elementos são como ferramentas palpáveis como conhecimento da anatomia do corpo, biomecânica, cuidados básicos físicos pré e pós treino, nutrição, orientações sobre psicologia, fisioterapia e terapias integrativas, iluminação básica cênica, educação musical.

Já fui jovem, sei que nem sempre são conteúdos desejados pelos jovens aspirantes a bailarinos profissionais, mas assim como no colégio há uma estrutura básica de disciplinas que virão contribuir no decorrer do desenvolvimento profissional ou o que quer que escolhamos fazer no futuro, as escolas de dança poderiam rever sua estrutura pedagógica e orientar os alunos, ensinando a importância que isso tem na manutenção da sua carreira, e desenvolvimento da sua autonomia.

Contudo, o que se repete no ensino da dança é que pedagogia, metodologias e didática são discutidos em algumas licenciaturas dentro das universidades e não chegam até as escolas profissionalizantes de dança. A teoria deveria estar sendo praticada e não compreendida de forma oposta, como Teoria *versus* Prática.

Em uma conversa informal com um grande amigo, bailarino que admiro no meio profissional da dança, trabalhamos juntos e hoje ele reside e trabalha como artista bailarino na Companhia do Stadttheater na Suíça, estava explicando sobre o que

gostaria de falar com essa minha pesquisa de mestrado, que me parece ter mudado bastante desde que começou. Sempre é uma resposta difícil de elaborar e sintetizar, mas espero que, ao final desta dissertação, tenha sido possível fazê-lo da forma mais objetiva e assertiva possível.

Enfim, em busca das melhores palavras e de um sentido que pudesse responder resumidamente a essa questão, respondi: Meu desejo é conseguir falar sobre como podemos melhorar a educação durante o processo de formação em dança. Observo uma lacuna muito grande entre as escolas de formação em dança e o que é discutido nas universidades de dança, e constato a necessidade de construir pontes para conectar e suavizar a entrada no mercado de trabalho desses jovens artistas, a chegada dos conhecimentos científicos no meio artístico e o meio artístico chegando à universidade.

Penso que a ausência de leis e diretrizes que formalizam nosso trabalho como bailarinos são um grande problema, como o fato de não haver formalização na contratação para pequenos trabalhos, ou prestação de serviço enquanto artista bailarino/a autônomo, a não existência de um manual ou código de ética que apresente com clareza quais são as obrigações e os direitos que nós bailarinos profissionais teremos durante aquela prestação e serviço, ou contratos de trabalho, seja temporário ou longo prazo.

Sem esses “limites” uma pessoa que ama o que faz, não compreende o valor do seu trabalho, da sua hora trabalhada, não tem clareza de quais são suas necessidades. E, por vezes, essa situação é exploratória e sofremos com abusos de poder, sofremos com assédio, violência verbal, boicotes e não sabemos a quem procurar, ou como denunciar, ou com quem reclamar para que essa situação seja vista e modificada.

Meu amigo me respondeu: “Nossa, me parece interessante e claro indispensável falar sobre isso. Talvez por eu ter vivido uma situação que recentemente foi parar na mídia, e inclusive saiu nos jornais, hoje faz muito sentido para mim que esse assunto seja discutido, afinal não aprendemos como devemos impor limites. Aceitamos muitas situações desagradáveis pensando que serão temporárias, ou que temos que passar por isso pois são situações que outras pessoas já passaram, ou que devemos passar por isso para chegar onde almejamos. Mas, a verdade é que não sabemos o que podemos falar, ou fazer para que situações como assédio moral, verbal e físico sejam abordados, que haja intervenção quando acontecem no dia-a-

dia em meio a pessoas que passamos o dia em contato físico, psíquico e emocional.”
(A.A)

E mais uma vez fui atravessada por minhas emoções, ao dizer que falar sobre isso é o mínimo que sinto que preciso fazer para deixar para as gerações futuras algo que os faça perceber que não estão sozinhos e que, sim, esse tipo de atitude não deve ser normalizado, é abuso de poder, não precisamos passar por situações constrangedoras para sermos reconhecidos ou fazer arte, ou dançar.

Me emociono novamente escrevendo isso, pois infelizmente ouvi coisas muito desagradáveis enquanto buscava meios de construir minha carreira e ser fiel aos meus valores para seguir meu caminho. É muito triste quando você está diariamente extrapolando seus limites, não está bem, ou está passando por um problema pessoal, procura colocar com honestidade seus sentimentos, explicar a situação, mas, ainda assim, as pessoas diminuem e invalidam sua fala. Um diretor que diz que um bailarino escolhido e contratado por ele não é profissional, pois está chorando, ou exige que se esforce mais sabendo que está machucado, não está sendo ético.

Haja leitura de auto-ajuda e ferramentas para desenvolvimento pessoal aliadas a um acompanhamento de profissionais como psicólogos e terapeutas para ajudar na restauração e resgate da saúde mental desses sujeitos. Na dança o instrumento de trabalho é você, nu e cru, talvez separar-se do que é colocado pelo outro seja um dos grandes desafios do processo de desenvolvimento profissional.

Há uma cobrança em relação à alta performance e aos resultados estéticos, sempre em busca da perfeição, execução dos movimentos com harmonia, delicadeza, precisão e força naquilo que é pedido ou desejado por um coreógrafo. Prevalece uma vontade de alargar e ultrapassar limites diariamente, trazer para si aquilo que o outro quer, materializar algo que está na cabeça do outro — ainda não é claro para mim onde acontece a mistura, onde ocorre a simbiose, e é difícil separar o “outro do eu” e com isso impor e respeitar limites fica quase impossível. Por isso, se faz necessário espaço durante a formação profissional, trabalhos integrativos, que possam ajudar os estudantes a entender que é preciso cuidar da mente, do físico e de suas emoções.

Fazer o mestrado em artes da cena após quase 10 anos de formada em Fisioterapia foi uma decisão que atendia ao desejo de obter uma formação em artes, realizar um sonho. Não havia e não há um plano para começar a dar aulas na universidade, ou fazer uma transição de carreira para pesquisadora acadêmica, aumento salarial, nada assim... Foi uma necessidade de conseguir elaborar o que a

dança é para mim, qual dança é a minha dança e para que todos os anos que passei me dedicando a ela³⁵. Mesmo não sendo algo “útil”, a dança me proporcionou experiências imateriais e precisava me reencontrar com ela, pois com a pandemia ser |cas|artista independente foi algo adoecedor, era algo que não ajudava a pagar as contas.

Thereza Rocha traz inúmeras discussões sobre o corpo, sobre a contemporaneidade, enfim, uma aula sobre como nos perdemos da dança, durante o desenvolvimento técnico profissional.

Os últimos dois anos de pesquisa, leitura e escuta me fizeram refletir sobre o quão importante é dar voz aos questionamentos e porquês que aparecem quando ocupa-se um lugar em um grupo de artistas criadores. E também, como é desafiador ser leal a si mesmo sobre a intenção das nossas próprias perguntas. Penso nas questões, como chaves que possibilitam o deixar de reproduzir ou agir como artistas não pensantes e nos coloca em uma posição ativa, de crescimento e amadurecimento nessa arte tão rígida, colonizada e hegemônica que se tornou a dança. Minhas divagações e inquietudes ressignificam privilégios, escolhas e relações abusivas de poder existentes e silenciosas (tácitas) que continuam a depreciar a importância de um artista, pesquisador, pensante.

6.1 O aprendizado acontece nas relações

A dança me ensinou a trabalhar em equipe e isso é algo que eu particularmente gosto muito: a troca e o aprendizado que acontecem quando estamos com o outro. Em minha relação com o Prof. Adriano, houve bastante sinergia, com muitas similaridades no modo de pensar uma abordagem para atender aquele artista. Conversávamos e discutíamos casos, houve um momento de muitas ideias para trabalhos, uma relação de muito respeito e oportunidade de aprendizado, inclusive com um entrosamento inicial imediato nas potencialidades que aquele serviço poderia apresentar no desenvolvimento daqueles jovens. Contudo, a estrutura da gestão da instituição, bem conservadora, não apresentava espaço para a construção de uma

³⁵ Fiz um breve vídeo e publiquei na minha rede social instagram “Pra que a dança?!” disponível no link: https://www.instagram.com/reel/C4dE5NWOiU9/?utm_source=ig_web_button_share_sheet&igsh=MzRIODBiNWFIZA==, onde eu menciono alguns motivos que encontrei para seguir dançando.

rotina que permitisse o desenvolvimento de um trabalho de longo prazo, o que acaba por reduzir a área de atuação dos profissionais da fisioterapia.

Durante os atendimentos, eu pude contribuir com conhecimentos da cinesioterapia, biomecânica, exercícios respiratórios, aplicando também exercícios do Método Bertazzo para reeducação corporal e o Método Pilates. Além disso, fui provocada pelo Professor Adriano a usar a organização da oficina A Arte do Mover durante o atendimento individualizado. Usei a abordagem adaptada da oficina para trabalhar com os jovens para me comunicar artisticamente com eles para que eles percebessem que o corpo deles e a dança deles precisava encontrar lugares dentro e fora do próprio corpo. Além disso, para que pudessem aprender a usar os estados físicos e emocionais a favor deles. Conversei e busquei incentivar que entrassem em contato mais profundamente com seu corpo a fim de que afinassem o cuidar, o ouvir e o sentir de seus corpos durante suas ações.

A partir da leitura da obra organizada pela rede Brasil- Reino Unido em Medicina e Ciência da Dança, pude entender sobre as demandas pelo conhecimento sobre quantidade de lesões e os principais riscos, ângulos que acometem bailarinos profissionais quando o assunto são lesões, distúrbios de autoimagem, características físicas encontradas e principais lesões que acometem os bailarinos profissionais, testes admissionais, além de características determinantes para escolhas de artistas dentro do universo balé clássico. Algumas comparações são feitas também com outras danças, em termos de lesões e desequilíbrios músculo articulares.

Para Adriano, começar a aula de grupo de pilates com a aplicação dos sete (7) pontos de centramento trabalhados no método Fletcher Pilates, permitia ao corpo trabalhar o retorno a um equilíbrio de forças, já que todo o trabalho técnico do balé consiste em levar o corpo além do seu limite anatômico, forçando tendões e ligamentos a um alto nível de stress mecânico.

Além disso, é imprescindível ressaltar a importância que em meio a carga horária de aulas de técnicas de dança, ocorra uma aula específica visando trabalhar o retorno do corpo para um estado de equilíbrio partindo da repetição, consciência corporal e segmentação corporal, já que é sabido que realizar exercícios simetricamente, com alinhamento e repetição tem alta resposta na redução dos desequilíbrios causados por padrões de movimento repetitivo assimétricos, que é o caso da execução de coreografias e ensaios. Essa estratégia colabora para que o corpo aprenda a construir outros caminhos para realizar aqueles mesmos

movimentos, conseqüentemente menor estresse. Um treinamento neuromuscular desenvolvido para bailarinos, denominado originalmente *Strength bodymind motion*, conhecido por Eleven Plus Dance (11+) criado e organizado por Nico Kolokyta, está disponível no Youtube.³⁶ E tem um resultado muito bom nesse sentido.

Ao assistir a aula de Pilates das crianças, um dos relatos que me chamou atenção foi o quanto era difícil para uma das meninas soltar o ar. E que durante a expiração, os meninos concordaram que sentiam que parecia que ia faltar ar se o liberassem. Soltar o ar, é liberar. Ao mesmo tempo, apresentavam uma consciência corporal superior à dos jovens nas aulas de Pilates. Concluí que havia uma dificuldade de assumir a respiração consciente como um movimento em sincronia. Mesmo as crianças, apresentam dores constantes, demonstram uma vontade muito grande de ir além dos limites sempre e não pareciam ter consciência sobre limites, tanto para a quantidade, duração e amplitude de movimento. Desejei dar algumas aulas para eles, para explorar a criatividade, imaginação, improviso, pensava o quanto gostaria que eles tivessem um espaço para serem somente crianças.

Imagino a potência envolvida no processo de formação dessas crianças e jovens se|quando houver um engajamento de todos os professores em relação aos conteúdos que podem e devem ser abordados como anatomia, cuidados e prevenção de lesões, assim como uma intervenção precoce, que pode diminuir o tempo de tratamento e possível agravamento de lesões. Além de orientações quanto a alimentação, descanso, as quais também podem ser feitas em uma linguagem artística, já que há um consumo grande de informações visuais.

Chegamos a conversar, eu e o Prof. Adriano, sobre a produção de vídeos didáticos sobre diferentes partes do corpo como, pés e sua estrutura anatômica, alinhamento biomecânico, consciência corporal; joelhos e quadril; coluna e respiração; cintura escapular; cabeça e pescoço, mas infelizmente não tivemos tempo hábil para colocar essa parte em prática. Tanto por nossa parte quanto por parte dos jovens, que recebem ao longo do ano, coreógrafos convidados, participam de montagens de

³⁶ Link para acesso ao canal StrengthMotionMind com um vídeo mostrando uma prévia do trabalho eleven plus dance (Onze mais dança), Disponível em: https://youtu.be/Y32Mt1Npwjk?si=AanKX_KN6XklPWfl. Acesso em 14 ago. 2024.

suítes de ballet de repertório, são produzidos vídeos para audições, trabalho de variações de repertório.

Há uma série de questões que são desencadeadas após minha entrada em campo, que não serão respondidas aqui, porém me sinto numa posição de expor que é um espaço vivo e potencial para muitas pesquisas, a EFABF recebe em média, apenas o departamento de dança, cerca de 1000 interessados por semestre, para o preenchimento de 30 vagas, no caso da categoria mais básica em dança. Contudo os critérios de seleção não estão claros, nem são participados aos responsáveis para conhecimento prévio ou após a avaliação.

Alguns pontos que na minha visão seriam importantes serem discutidos e refletidos por uma comissão de professores e pais: o biotipo dos pais influencia para uma hipótese futura sobre as aptidões físicas das crianças quando começam muito pequenas? Os gastos em média, anuais, que os responsáveis precisam se organizar para fazer, mesmo sendo uma escola pública, informar que o balé clássico não é uma modalidade barata; quando se trata da vestimenta específica, calçados, figurinos de acordo com os eventos propostos pela escola e pensar políticas de assistência às famílias de baixa renda; organizar o cronograma escolar visando uma conciliação com o calendário escolar, considerando especialmente datas de principais exames de vestibular e ENEM. Talvez isso seja possível.

Uma escola técnica, com profissionais qualificados, gerida pela UFG, uma universidade pública que conta com 91 cursos³⁷, sei que na prática as coisas são mais trabalhosas do que em um texto, mas penso este contexto como um privilégio e vejo muito potencial, a nível nacional e internacional. A possibilidade de proporcionar palestras ou workshops que auxiliem com dúvidas sobre o mercado de trabalho, saúde, educação, pesquisa, ensino. Talvez essas sejam ideias ousadas, mas não absurdas sobre como podemos contribuir para que jovens estejam melhor preparados ou direcionados para o mercado de trabalho em dança, que pode ser desde de desenvolver uma carreira em cena, quanto fotografar, dirigir, produzir dança.

³⁷ Informação retirada do site:

<https://prograd.ufg.br/p/37699-cursos-de-graduacao-na-ufg#:~:text=S%C3%A9rie%20de%20fic%C3%A7%C3%A3o%20Estude%20na%20UFG%3A%20a%20UFG%20%C3%A9%20pra%20voc%C3%AA!&text=Em%202024%20ser%C3%A3o%20ofertadas%204.494,SiSU%2C%20distribu%C3%ADdas%20em%2091%20cursos>. em relação aos cursos de graduação oferecidos em 2024. Acesso em 25 de agosto de 2024.

Concordo que é necessário foco e resiliência para tornar-se um bailarino profissional. Acredito que muitas vezes não serão as competências técnicas que farão com que você alcance seus objetivos e sonhos, mas as competências emocionais e sociais, e por isso precisamos conhecer esses jovens.

Deixo aqui o endereço de acesso ao vídeo documental produzido nesse caminho, para que escutem e vejam um pouco do que eu compartilho como parte do relato de experiência e reflexão caminhante. Um documentário de dança, para a dança e sobre a dança para quem tiver vontade de ver além da execução perfeita e aparentemente fácil desses corpos. Um capítulo, resultante do processo A Arte do Mover; Um projeto de atelier de criação e pesquisa em dança, idealizado pela artista, pesquisadora e acadêmica Gabriela Leite em seu curso de Pós graduação em Artes da Cena da Escola de Música e Artes da Cena na Universidade Federal de Goiás.

As imagens foram captadas na Escola do Futuro em Artes Basileu França em colaboração com os jovens em formação artística profissionalizante em dança, os grandes artistas e sujeitos que estiveram ao meu lado para que isso fosse possível. É importante ressaltar que esse vídeo só foi produzido devido a sua contemplação do projeto inscrito na lei emergencial de incentivo a arte, apresentado enquanto produto artístico referente ao projeto contemplado pelo Edital de Dança Aldir Blanc - Concurso nº 08/2021– Secretaria de Cultura - Governo Federal.

<< Link para acesso ao documentário: <https://youtu.be/X1yhaN6Gb4o> >>

Ficha técnica da obra:

- Artistas e colaboradores: Marina Peña, Ícaro Queiros, Ryan Cavalini, Maria Luiza Loberto, Maria Eduarda Macedo, Kaue Vieira, Julia Pera, Isadora Sékula, Nattalia Tiemi, Marina Sachet, Thierry Gonçalves, Giovana Nascimento, (não temos entrevista dela, mas ela participou da oficina|ateliê)
- Idealização e direção artística: Gabriela Leite
- Artista pesquisadora: Gabriela Leite
- Orientadora: Valéria Maria Chaves de Figueiredo
- Mestrado acadêmico na Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás.
- Linha de pesquisa Estudos transversais em dança, teatro e direção de arte
- Produção e montagem: T3MPO

- Agradecimentos: À toda a equipe da Escola do Futuro em Artes Basileu França, Simone Malta, Adriano Bittar, Fernando Canhete e sua equipe, Guilherme Monteiro e Flávia Hargreaves.

As cenas que vocês vão assistir foram gravadas na última semana da oficina/ateliê. Uma semana dedicada à prática de tudo o que viemos conversando e construindo juntos ao longo de dois meses juntos registrando a etapa final dos nossos encontros. Não avisei aos jovens previamente que haveria esse registro, justamente para diminuir qualquer preparação ou mudança na rotina dos nossos encontros e o registro foi feito com a câmera parada e em alguns momentos o Fernando, cinegrafista, explorava o espaço com a câmera na mão, pedi que ele não interagisse com os jovens, mas que ficasse atento a eles, expliquei que nem sempre é sobre o que está acontecendo em primeiro plano, mas sobre como uma ação tem o poder de reverberar na observação e escuta deles.

Um vídeo documental, pensado e editado para apresentar que há um ser humano, singular, com uma história, conflitos e sonhos antes do personagem, figurino e iluminação. Atrás de um grande artista existe uma necessidade de encontrar-se com a sua forma de expressão.

Talvez eu não consiga expor o meu trabalho tão sistematicamente como algumas pessoas esperam que pudesse fazer nesse texto, sinto muito por frustrar você leitor em relação a isso. Me libero da obrigação e necessidade de amarrar todas as pontas do meu trabalho, das expectativas de responder todas as minhas e suas questões, aceito as brechas em relação a minha metodologia, pois cumpri meu objetivo no momento em que você leitor escutou e se interessou sobre como nos sentimos. Quem sabe assim possamos pensar juntos como sistematizar algo para o futuro.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Greice. Esboços de desenho feitos a partir dos registros de vídeo online da oficina A arte do mover - composição na 10^o edição do Paralelo 16 com a professora Gabriela Leite. 2021. Caneta nanquim sobre papel vegetal. Uso exclusivo para esta dissertação, presente no início dos capítulos Rota Um, Rota Dois e Rota Três, nas respectivas páginas: 28, 39 e 52.

ALMEIDA, Vera Lucia Paes. **Corpo poético**. Editora Paulus, 2010.

ARELARO, Lisete & CABRAL, Maria. Paulo Freire: por uma teoria e praxis transformadora. Instituto Paulo Freire de España, n.23, 2017. Disponível em: <https://www.rizoma-freireano.org/articles-2323/paulo-freire-por-uma-teoria-e-praxis-23> . Acesso em 22 agosto de 2024.

ASSMANN, André. **A criação de um processo de criação**. 2003.

AVANCI, Joviana Q. et al. Adaptação transcultural de escala de auto-estima para adolescentes. **Psicologia: Reflexão e Crítica** [online], v. 20, n. 3, pp. 397-405, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722007000300007>.

BACHELARD, Gaston. **O ar e os sonhos**: ensaio sobre a imaginação do movimento. Tradução Antonio de Pádua Danesi. 2^a ed. Ed. Martins Fontes, São Paulo, 2001.

BARDAWIL, Andrea (Org.). **Tecido afetivo**: por uma dramaturgia do encontro; Ed. Companhia da Arte Andanças, Fortaleza, 2010.

BERGSON, Henri. **O pensamento e o movente**. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

BERNSTEIN, Carol; BERTHERAT, Thérèse. **O Corpo tem suas razões**. Ed. Martins Fontes, 1986.

BERTAZZO, Ivaldo. **Fases da Vida**: da gestação à puberdade. Ed. Sesc São Paulo, 2018.

BERTAZZO, Ivaldo. **Gesto Orientado**: Reeducação do movimento SP :Edições Sesc São Paulo, 2014.

BERTAZZO, Ivaldo. **Gesto orientado**: reeducação do movimento; Ed. Sesc São Paulo, 2014.

BITTAR, Adriano; WYON, Mathew; FIGUEIREDO, Valéria et al. **Guia de medicina e ciência da dança: da Rede Brasil - Reino Unido em MCD**. Ed. Kelps, Goiânia, 2020.

CERQUEIRA, Teresa Cristina Siqueira. **(Con)Texto em escuta sensível**. Elane Mayara Sousa, Leonília de Souza Nunes, Maria de Fátima Guerra de Sousa, Maruza

Bastos de Oliveira; organização de Tereza Cristina Siqueira Cerqueira. – Brasília: Thesaurus, 2011.

CERQUEIRA, Teresa Cristina Siqueira. O professor em sala de aula: reflexão sobre os estilos de aprendizagem e a escuta sensível. **Psic**, São Paulo, v. 7, n. 1, p. 29-38, jun. 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-73142006000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 05 nov. 2023.

DINI, G. M.; QUARESMA, M. R.; FERREIRA, L. M. Adaptação Cultural e Validação da Versão Brasileira da Escala de Auto-estima de Rosenberg. **Rev. Bras. Cir. Plást.** 2004;19(1):41-52. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-82712010000300012>. Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna.

DUARTE, Rodrigo. O mundo da arte. **Artefilosofia**, Ouro Preto, n.1, 2006, p.13 - 15. tradução do original DANTO, Arthur The Artworld, 1964.

FERREIRA, Rousejanny. **Balé sobre outros eixos: traçados de William Forsythe para a criação de tecnologias de improvisação**. Ed. CRV, Curitiba, 2017.

FOUCAULT, Michel. O sujeito e o poder. In: DREYFUS, H; RANINOW, Paul. **Michel Foucault: Uma trajetória filosófica. Para além do estruturalismo e da hermenêutica**. 2ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2010.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir: o nascimento da prisão**; tradução Raquel Ramalhe. 37ª ed. Petrópolis, RJ. Ed. Vozes, 2009.

FRANKLIN, Eric. **Condicionamento físico para dança**; Tradução Orlando Laitano. Barueri, SP: Manole, 2012.

FUSARI, Maria Felisminda de Resende; FERRAZ Heloísa Corrêa de Toledo. **Metodologia do ensino da arte: fundamentos e proposições**– 2. ed. rev. e amp. – São Paulo: Cortez, 2009.

GOIÂNIA (GO). Edital N° 037/2023 Processo seletivo para ingresso de discentes vagas remanescentes em curso técnico de nível médio em dança - Ballet Clássico. Escola do Futuro do Estado de Goiás em Artes Basileu França. 2023. Disponível em: https://basileufranca.com.br/wp-content/uploads/2023/03/EDITAL-037-2023-TECNICO_EM_DANCA_BALLET_CLASSICO-Vagas-Remanescentes-novo.pdf. Acesso 25 mai. 2023.

HANH, Thich Nahat, 1926. **A arte de caminhar**; ilustração Jason DeAtoni; tradução Edmundo Barreiro. 1ed. Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2021.

HORTON, Miles & FREIRE, Paulo. **We make the road by walking: conversations on education and social change**. Temple University Press, Philadelphia, U.S.A. 1990.

HUTZ, Claudio Simon; ZANON, Cristian. Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg: Revision of the adaptation,

validation, and normatization of the Roserberg self-esteem scale. **Aval. psicol.**, Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 41-49, abr. 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 27 nov. 2022.

LABAN, Rudolf. **O domínio do movimento**. Summus Editorial, 1978.

LEAL, Marcia Regina Mendes. **Preparação física na dança**. Ed. Sprint, Rio de Janeiro, 1998.

MERLEAU, Ponty M. **Fenomenologia da percepção**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

MOMMENSOHN, Maria & PETRELLA, Paulo. **Reflexões sobre Laban, o mestre do movimento**. Summus Editorial, 2006.

PANELLI, Cecília & DE MARCO, Ademir. **Método Pilates de condicionamento do corpo: um programa para toda a vida**. 2ed. São Paulo : Phorte, 2009.

PRETA, Fernanda. **Dança e mediação tecnológica**. Ed. Giostri, São Paulo, 2018.

QUATRO fases do sono que liberam hormônios e consolidam a memória. Site G1 Globo, 2011. Disponível em: <https://g1.globo.com/bemestar/noticia/2011/12/sono-tem-quatro-fases-que-liberam-hormonios-e-consolidam-memoria.html>. Acesso em 09 set. 2023.

RENGEL, L. Fundamentos para análise do movimento expressivo. In: MOMMENSOHN, M. & PETRELLA, P. (org.). **Reflexões sobre Laban, o mestre do movimento**. São Paulo: Summus, p. 121-130. 2006.

REZER, Ricardo & FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. **Aproximações entre epistemologia e hermenêutica**: reflexões acerca do trabalho docente na formação de professores. 2015, s/p.

ROCHA, Thereza. **O que é dança contemporânea?**: uma aprendizagem e um livro de prazeres; ilustrações Clara Domingas. Ed. Conexões criativas, Salvador, 2016.

ROTH, Gabrielle. **Os ritmos da alma**: o movimento como prática espiritual. Tradução para português exclusivo para Ed. Cultrix LTDA. São Paulo. 1997.

SANTOS, Boaventura de Souza. **O fim do império cognitivo**: a afirmação das epistemologias do sul. 1º Ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2019.

SARAMAGO, José. **O conto da ilha desconhecida**. Ed. Companhia das letras, São Paulo, 1998.

SCHNEIDER, P. Universidade. In: GONZALEZ, F. J.; FENSTERSEIFER, P. E. (Orgs.). **Dicionário crítico de Educação Física**. Ijuí: Unijuí, 2005. p. 417-419

SEGRE, Marco; FERRAZ, Flávio Carvalho. O conceito de saúde. **Revista de Saúde Pública** [online], v. 31, n. 5, 1997. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89101997000600016>.

SILVA, J. I. da. (2012). DILTHEY, Wilhelm. **Filosofia e Educação: Textos selecionados**. Organização e Introdução Maria Nazaré de Camargo Pacheco Amaral; Tradução de Alfred Josef Keller e Maria Nazaré de Camargo Pacheco Amaral. São Paulo: EDUSP, 2010. 528 p. **EDUCAÇÃO E FILOSOFIA**, 26(51), 327-336.

SOUSA, A. M. K. et al, apud Porto CC. **Semiologia Médica**. 6 ed. Rio De Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.

SOUSA, A. M. K. et al. A IMPORTÂNCIA DA ANAMNESE PARA FISIOTERAPIA: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA. **Revista Educação em Saúde**: V4, N1, 2016.

STRAZZACAPPA, Márcia (org.). **Fazer, pensar e ensinar artes cênicas: Epistemologias do extremo leste do Brasil**. Ed. Papyrus, Campinas, SP, 2021.

STRAZZACAPPA, Márcia. **A educação e a fábrica de corpos: a dança na escola**. 2001, p.77.

STRAZZACAPPA, Márcia. **A educação e a fábrica de corpos: a dança na escola**. Cadernos Cedes, ano XXI, nº53, abril 2001.

STRAZZACAPPA, Márcia. **Educação somática e artes cênicas**. Papyrus Editora. 2013 s/p.

SURDI, FREIRE & MELLO. **Corpo e saber sensível: pistas para a educação**. Holos, Ano 32, Vol.3, 2016, p. 363.

TEATRO & DANÇA, R. Educação Somática: seus princípios e possíveis desdobramentos. [Marcia Strazzacappa]. **Repertório**, [S. l.], n. 13, p. 48–54, 2012. DOI: 10.9771/r.v0i13.4013. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/revteatro/article/view/4013>. Acesso em: 29 out. 2023.

TIBURI, Marcia e ROCHA, Thereza. **Diálogo|Dança**. Ed. Senac São Paulo, São Paulo, 2012.

APÊNDICES

Instrumentos de coleta de dados

1. Questionário de informações pessoais dos participantes da oficina/ateliê A arte do mover.

Nome completo substituído por um codinome criado pela pesquisadora, data de nascimento, cidade natal, e-mail³⁸ e escolaridade. Você fala ou estuda outro idioma além do português? Qual?; Gênero, Identidade Étnico Racial, Redes Sociais, alguma crença religiosa? Qual? Há quanto tempo está na Escola F. A. Basileu França, com quem você mora aqui em Goiânia? Quantas horas de sono você dorme em média? Quantas horas você precisaria dormir? Quantas horas de treino prático você faz em média por dia? Quais refeições você faz por dia? Você já precisou de alguma cirurgia? Se respondeu sim a anterior, me conta o que precisou operar? Quanto tempo levou a recuperação? Você precisou de fisioterapia? Qual é o seu maior medo? Fique à vontade para escrever um pouco sobre ele, se quiser...; Qual é o seu maior desejo? Se sentir vontade me conta um pouco mais sobre isso?! O que é Dança representa para você? Esse aqui é um espaço para você escrever algo para mim... pode ser uma pergunta, pode ser uma sugestão... pode ser um feedback... pode ser um desabafo... pode ser um elogio... um espaço para você... e por fim a concessão de autorização para que as informações fornecidas aqui possam ser utilizadas pela artista pesquisadora Gabriela Leite Lima, estando ciente de que minha identidade será preservada.

[PERGUNTAS - Questionário colaboradores](#)

[RESPOSTAS - Questionário colaboradores](#)

2. Escala de Autoestima de Rosenberg

a. Sinto que sou uma pessoa de valor, pelo menos num plano de igualdade com os outros.

³⁸ Informação apagada na publicação e mantida em arquivo pela pesquisadora.

- b. Sinto que tenho um bom número de qualidades.
- c. Em termos gerais estou inclinado(a) a sentir que sou um(a) falhado(a).
- d. Estou apto(a) para fazer coisas tão bem como a maioria das pessoas.
- e. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.
- f. Eu tomo uma atitude positiva perante mim mesmo(a).
- g. No geral, estou satisfeito(a) comigo mesmo(a).
- h. Sinto-me por vezes inútil.
- i. Por vezes penso que não sou nada bom(a).

Respostas compreendidas entre: Concordo totalmente, concordo, discordo, discordo completamente.

3. Entrevista.

- a. O que é dança para você? Por que a dança? O que ela representa para você?
- b. O que é saúde para você?
- c. Como tem sido sua educação em dança?
- d. Você consegue descrever quais as principais barreiras que encontrou até chegar aqui? E quais são as que você enfrenta todos os dias?
- e. Você mudaria alguma coisa em você? O quê?
- f. Você mudaria alguma coisa na maneira como a dança é ensinada? O quê?
- g. Você celebra suas conquistas? Se sim, como?
- h. Qual foi ou é se maior sacrifício para continuar seguindo seu desejo de tornar-se um(a) bailarino(a) profissional?
- i. Como a dança transforma sua vida?
- j. Como você entende a saúde na dança?

4. Perguntas para finalização das atividades criativas. Recolhendo Feedback.

- a. O que você faz que te deixa feliz? Hobbies, atividades, ações...
- b. Quando você soube que haveria uma vivência da oficina “A ARTE DO MOVER”, qual foi seu primeiro pensamento?

c. O que você observou durante a vivência da oficina ao longo do período que ela durou?

d. Como você se sentiu durante as práticas? Você poderia me contar um pouco? Podem ser relatados pontos positivos e/ou negativos sobre a experiência. Não há resposta esperada, gostaria que fossem sinceros com o que sentiram.

e. Se você pudesse colocar em uma frase ou três palavras, como define sua experiência sobre a oficina?

5. Diariamente estamos diferentes

Houve um momento para nos apresentarmos, contando além do nome, a idade, de onde veio? O que a dança representava na sua vida, se havia dores e/ou machucados que eu os outros precisávamos estar cientes para evitar acidentes. E para além dessa apresentação, quem estava ali naquele momento?

Como está seu corpo dentro|fora? Quem sou eu? O que quero.... o que estou fazendo para obter?

AÇÃO – EMOÇÃO – LUGAR

A autoria é para fora, relacional e contaminadora. Você vai até... e depois deixa. O conhecimento é do mundo.

CORPO – CRIAÇÃO – MEMÓRIA – ESCRITA

Estar junto com os alunos, período de ambientação.

CORPO – Conflito

professor | aluno >> mudança – excelência x humanidade

Em corpos dóceis, Foucault descreve soldados, contudo sou capaz de ver bailarinos, ao falar sobre “expulsar o camponês”, leio a desabrigar a infância, o natural, o singular.

em campo.... Reflexão acerca dos regimes hierárquicos. Desconstruir | Desterritorializar – Formalidade Hegemônica Dualista – trazer a dança para outro lugar.

Uma dissertação é como uma coreografia pronta, sem pragmatismos. Até que ponto está disposta a ir Gabriela? Paixão e saúde integrativa são necessárias. A MCD, como uma área da saúde ampliada com perspectivas mais amplas de saúde. Trecho retirado da Revista de saúde pública (1997)

O vínculo afetivo, embutido de confiança recíproca, na dupla que empreende uma ação de saúde (profissional-cliente), a par dos aspectos cognitivos, técnicos e científicos, é decisivo para que se possa esperar a melhora do estado do cliente.

O relacionamento profissional de saúde-paciente é, sabidamente, uma parceria entre duas pessoas, das quais uma delas detém o conhecimento técnico-científico, que põe à disposição da outra, que o aceitará, ou não, contrariamente ao que pensam muitos médicos que percebem esse relacionamento como uma subjugação, suspendendo-o diante de dúvidas, críticas ou "desobediências" do paciente; também aqui, a escolha do termo foi proposital, visando à ênfase na forma de percepção desses profissionais. É nessas condições, de pleno exercício da autonomia de duas pessoas, que o tratamento só ter sucesso, a menos que uma delas - o "paciente" - renuncie à sua própria autonomia, optando pela sujeição a uma postura mais paternalista do profissional de saúde, o que é freqüente, dada a condição de "regressão" que o mal-estar habitualmente produz no cliente.

Finalmente, para tecer considerações sobre a mencionada "unilateralidade" da definição da OMS, há que se discutir o conceito de "qualidade de vida". O que é "qualidade de vida"? Dentro da Bioética, do conceito de autonomia, entende-se que "qualidade de vida" seja algo intrínseco, só possível de ser avaliado pelo próprio sujeito. Prioriza-se a subjetividade, uma vez que, de acordo inclusive com o conceito de Bion² (1967), a realidade é a de cada um. Não há rótulos de "boa" ou "má" qualidade de vida, embora, conforme já se disse anteriormente, a saúde pública, para a elaboração de suas políticas, necessite de "indicadores". Assim, por exemplo, é óbvio que são imprescindíveis, dentro de uma sociedade, as estatísticas de mortalidade pelas várias doenças. Mas, o que é doença? Não é ela, liminarmente, apenas um conceito estatístico, considerando-se doentes (físicos, mentais ou sociais) todos os que se situarem fora da assim chamada "normalidade"?

O destaque à autonomia do ser humano, em que supostamente existe uma "vontade", fazendo parte de uma "psyche" (alma) que transcende ao próprio ambiente sociocultural e mesmo à sua babagem genética, talvez dê uma condição melhor de entender a virtual ineficácia de políticas de saúde em determinados casos e circunstâncias.

Esta visão anti-positivista e mais humana das atividades dos profissionais de saúde, pode contribuir para um contato mais sintônico, mais empático e, conseqüentemente, mais ético, entre eles e a população assistida.

E, concluindo, dentro desse enfoque, não se poderá dizer que saúde é um estado de razoável harmonia entre o sujeito e a sua própria realidade? (Segre, M. e Ferraz, F. 1997, s/p)

>> Informação disponível sobre testes e manobras da fisioterapia em canal do youtube da USP.

>> Manobra do "fio dental" – consiste em uma manobra de alongamento neural e fascial que estressa as duas extremidades do corpo em cadeia fechada.

>>Rotação Tibial – Como testar? Bloqueamos o joelho e giramos o tornozelo.

>> Inibição Recíproca: ativar uma musculatura para soltar a outra.

>> Cranio sacral – Líquor, 2 bombeadas e 1 reabsorvida. Um sistema que se retroalimenta localizado nas membranas das meninges. Líquor, centro move, periferia responde. Ossos pares rotação externa inspiração; expiração rotação interna. Potencia do sistema, occipital esfenoide asas dos olhos, inspira abertura da esfera

basilar. Lei das artérias, livre para se organizar – principio da osteopatia >> autocura e autoregulação, terapia manual, estruturação, exercícios

>> Quem lubrifica a articulação, é o movimento em todos os planos e eixos daquela articulação.

ANEXOS

Termos utilizados

**AUTORIZAÇÃO DE USO DE IMAGEM EM PUBLICAÇÃO
(autoria)**

Eu, _____, RG nº/data/órgão expedidor: _____,
CPF: _____, autorizo a reprodução da/das imagem/imagens denominadas
como acervo pessoal da artista e pesquisadora Gabriela Leite Lima, RG nº 11796798-4
no dia 18/07/2005 pelo órgão expedidor SSP-RJ, CPF: 122.386.067-18, autorizando-a a
utilizar minhas imagem, voz, escritos e desenhos, cedendo os direitos de propriedade
autoral das minhas imagens, sem custo, durante seu processo de pesquisa de Pós
Graduação em Artes da Cena, vinculado a Escola de Música e Artes Cênicas da
Universidade Federal de Goiás, intitulada **A ARTE DO MOVER, UM CAMINHO
PARA A TEORIA A PARTIR DA PRÁTICA.**

Goiânia, de _____ de 2022;

Assinatura do participante

Assinatura do(a) detentor(a) dos direitos autorais

[Digite aqui]



TERMO DE ANUÊNCIA DA INSTITUIÇÃO

A **Escola do Futuro em Artes Basileu França** está de acordo com a execução do projeto de pesquisa intitulado **A ARTE DO MOVER: UM CAMINHO PARA A TEORIA A PARTIR DA PRÁTICA**, coordenado pela pesquisadora *Gabriela Leite Lima*, desenvolvido sob orientação da *Professora Dr^a Valéria Maria Chaves de Figueiredo* na **Universidade Federal de Goiás**.

A diretora, coordenadora e professora *Simone Malta Segurado* assume o compromisso de apoiar o desenvolvimento da referida pesquisa pela autorização da coleta de dados durante os meses de agosto de 2021 até dezembro de 2022.

Declaramos ciência de que nossa instituição é coparticipante do presente projeto de pesquisa, e requeremos o compromisso do(a) pesquisador(a) responsável com o resguardo da segurança e bem-estar dos participantes de pesquisa nela recrutados.

Goiânia, de de 20.....

Assinatura/Carimbo do responsável pela instituição pesquisada

BASILEU FRANÇA
Av. Universitária, 1750 – Setor Leste Universitário
Goiânia – GO
CEP: 74605-010

SECRETARIA@BASILEUFRANCA.COMBR
(62)3941 – 1065 / (62)3095-6389



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE
GOIÁS
ESCOLA DE MÚSICA E ARTES
CÊNICAS

PPG
Artes da Cena



TERMO DE COMPROMISSO

Declaro que cumprirei os requisitos da *Resolução CNS n.º 466/12* e/ou da *Resolução CNS n.º 510/16*, bem com suas complementares, como pesquisador(a) responsável e/ou pesquisador participante do projeto intitulado “**A ARTE DO MOVER: UM CAMINHO PARA A TEORIA A PARTIR DA PRÁTICA**”. Comprometo-me a utilizar os materiais e os dados coletados exclusivamente para os fins previstos no protocolo da pesquisa acima referido e, ainda, a publicar os resultados, sejam eles favoráveis ou não. Aceito as responsabilidades pela condução científica do projeto, considerando a relevância social da pesquisa, o que garante a igual consideração de todos os interesses envolvidos.

Data: 13/ 02/ 2022

Nome do(a) Pesquisador(a)	Assinatura Manuscrita ou Digital
1. Gabriela Leite Lima	
2. Valéria Maria Chaves de Figueiredo	
3.	
4.	



UFG - Universidade Federal de Goiás
CNPJ: 01.567.601/0001-43
Avenida Esperança s/n, Câmpus Samambaia - Prédio da Reitoria,
CEP 74690-900
Goiânia - Goiás - Brasil.

