RESUMO SIMPLES
Anais do Congresso Interdisciplinar Internacional – CONIÚNICA
08 a 11 de setembro. Híbrido, Ipatinga – MG
doi.org/10.53426/con.v5i0.003

ISSN: 2965-0399 REVISTA CONEXÕES
V. 1, 2026
Revista dos cursos de Graduação e Pós-graduação da Faculdade Única de Ipatinga na modalidade EaD

IMPLANTAÇÃO E EXPANSÃO DE UM PROJETO COMUNITÁRIO DE DANÇA E EXERCÍCIO FUNCIONAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM IPATINGA–MG

IMPLEMENTATION AND EXPANSION OF A COMMUNITY-BASED DANCE AND FUNCTIONAL EXERCISE PROJECT: AN EXPERIENCE REPORT IN IPATINGA, MINAS GERAIS, BRAZIL

IMPLEMENTACIÓN Y EXPANSIÓN DE UN PROYECTO COMUNITARIO DE DANZA Y EJERCICIO FUNCIONAL: RELATO DE EXPERIENCIA EN IPATINGA, MINAS GERAIS, BRASIL

doi.org/10.53426/con.v5i0.003

Rosane Daniela Fernandes Ribeiro; Peterson Selim Oliveira; Lucineia Aparecida da Silva; Natália Inácio Vieira[1]
Uniúnica, Ipatinga/MG
Grupo de Trabalho: GT 3 – Saúde Coletiva, Saúde Única e Qualidade de Vida

RESUMO

A prática regular de atividade física em espaços comunitários pode potencializar as oportunidades de participação de pessoas que, por diferentes motivos, apresentam pouco acesso a programas estruturados de exercício e lazer. Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de criação, desenvolvimento e expansão de um projeto comunitário gratuito de dança e exercício funcional realizado no bairro Vila Militar, em Ipatinga, Minas Gerais, analisando sua trajetória, adesão da população e potencial como espaço de promoção da atividade física e convivência comunitária. O estudo caracteriza-se como relato de experiência, de abordagem qualitativa e descritiva, elaborado a partir da observação direta das atividades, registros do projeto, registros fotográficos e acompanhamento da participação da comunidade. A iniciativa começou em abril de 2024, após duas funcionárias de uma unidade de saúde local proporem a realização de aulas de dança destinadas inicialmente às trabalhadoras do próprio serviço. A atividade passou a ser realizada na quadra da Copasa, localizada na Rua Tucumã, no bairro Vila Militar, com aproximadamente 15 participantes. Após cerca de um mês e meio, observou-se redução da participação das funcionárias da unidade de saúde e, paralelamente, aumento da adesão de moradores da comunidade, fato que levou à continuidade e reorganização da iniciativa sob a denominação Cia Paixão pela Dança. Atualmente, o projeto reúne mais de 90 participantes, com idades entre 6 e 90 anos, em aulas de dança que incluem zumba e RitDance. A partir de julho de 2026, o projeto incorporou sessões de exercício funcional realizadas antes das aulas de dança, às terças e quintas-feiras. A atividade também foi ampliada para a quadra da Rua Pontal, em outra área do Vila Militar, onde passou a oferecer exercício funcional às quartas e sextas-feiras. Nas três primeiras semanas dessa nova frente de atuação, registrou-se adesão superior a 30 participantes, incluindo crianças, adultos e idosos, alguns sem experiência anterior com exercício físico sistematizado. O crescimento do número de participantes, a permanência das atividades ao longo do tempo, a ampliação para outro espaço comunitário e a participação de diferentes faixas etárias constituem os principais resultados observáveis da experiência. A iniciativa apresenta viabilidade como estratégia comunitária de ampliação das oportunidades de prática corporal e convivência social em espaços públicos. Recomenda-se que as próximas etapas incluam instrumentos de acompanhamento da frequência, permanência, percepção dos participantes, nível de atividade física e indicadores de aptidão física e qualidade de vida, permitindo avaliar de forma sistemática os possíveis efeitos do projeto.

ISSN: 2965-0399 REVISTA CONEXÕES
V. 1, 2026
Revista dos cursos de Graduação e Pós-graduação da Faculdade Única de Ipatinga na modalidade EaD

Palavras-chave: Atividade física; Dança; Exercício funcional; Promoção da saúde; Participação comunitária.