

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS - UEA
ESCOLA SUPERIOR DE ARTES E TURISMO - ESAT
CURSO DE BACHARELADO EM DANÇA**

REBECA DOS SANTOS SOEIRO

**BALÉ CLÁSSICO NA FASE ADULTA: EXPERIÊNCIAS DE VIDA NA
DANÇA**

Manaus-AM

2024

REBECA DOS SANTOS SOEIRO

**BALÉ CLÁSSICO NA FASE ADULTA: EXPERIÊNCIAS DE VIDA NA
DANÇA**

Projeto como requisito básico obtenção de grau no curso de Bacharelado em Dança da Universidade do Estado do Amazonas (UEA-ESAT).

Orientadora: Prof(a). Dra. Raíssa Caroline Brito Costa

Manaus-AM

2024

DEDICATÓRIA

Este trabalho dedico a Deus, minha avó Luiza Maria que nos deixou devido a COVID-19 em 2021, à minha mãe e aos meus amigos que me deram força durante esses anos de curso.

REBECA DOS SANTOS SOEIRO

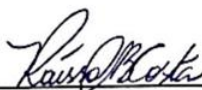
**BALÉ CLÁSSICO NA FASE ADULTA: EXPERIÊNCIAS DE VIDA
NA DANÇA**

Este trabalho de conclusão foi julgado adequado para obtenção de Grau de Bacharelado em Dança da Escola Superior de Artes e Turismo da Universidade do Estado do Amazonas e aprovado, em sua forma final, pela Comissão Examinadora.

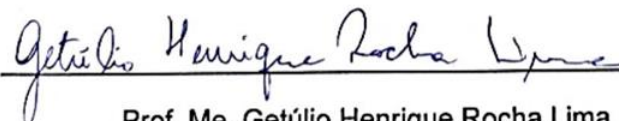
Manaus, 23 de fevereiro de 2024

Nota: 9,5

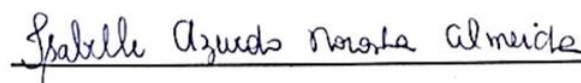
Banca Examinadora:



Prof. Dra. Raíssa Caroline Brito Costa



Prof. Me. Getúlio Henrique Rocha Lima



Prof. Ma. Isabelle Azevedo Noronha Almeida

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por ter me colocado em uma faculdade e ter me dado força para que eu não desistisse. À minha mãe por incentivar a continuar a faculdade.

Ao meu amigo Cleyton Butel por ter me ajudado a entrar na faculdade através da prova de habilidades, às minhas amigas Jackeline Seabra e Bianca Freitas por me aconselharem a continuar tentando, por me ajudarem nos trabalhos acadêmicos quando eu tive dificuldade e ao Erick Lima mesmo no final do meu processo da faculdade com poucos meses de amizade também contribuiu ajudando nos meus trabalhos quando eu mais precisei.

À minha orientadora por sua paciência, carinho e apoio durante todo esse processo, me motivando a continuar e finalizar essa etapa na minha vida. Agradeço as pessoas que tiraram um tempo do seu dia para contribuir com o meu trabalho.

Por fim agradeço aos professores que fizeram parte da minha vida acadêmica, pois seus ensinamentos foram fundamentais para que eu pudesse chegar nessa reta final.

EPÍGRAFE

“Dançar é a arte de expressar o que a alma não consegue dizer em palavras”

(Margarete Silva)

RESUMO

Atualmente, tem aumentado o número de adultos que resolve/deseja continuar ou começar a prática do balé clássico na idade adulta. Algumas vezes, trata-se de uma escolha de vida e a realização de um sonho, mas que acaba contribuindo e trazendo benefícios e desafios. Conforme o corpo vai envelhecendo ele começa a ter limitações físicas. Entretanto, em alguns casos, trabalhos corporais como alongamentos e exercícios físicos podem estimular ou resolver certas características que com o avançar da idade podemos vir a apresentar. Em contraponto, ainda encontramos a realidade de muitas escolas, estúdios ou academias de dança não possuírem um olhar específico para adultos que tem interesse de fazer aulas tanto por prazer ou saúde ou para se tornar um profissional na área. o objetivo geral desta pesquisa foi analisar experiências de vida na dança de adultos praticantes de balé clássico na cidade de Manaus. E para que pudéssemos alcançar as discussões e diálogos presentes neste trabalho, buscamos investigar adultos que iniciaram a prática do balé na fase adulta; conhecer experiências e trajetórias de adultos na prática do balé clássico e discutir os possíveis benefícios e desafios da prática do balé na fase adulta. Trata-se de uma pesquisa aplicada, descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa realizada por meio de pesquisa de campo com a utilização de entrevistas semiestruturadas. Apesar das discussões acerca do balé adulto serem relativamente recente na história das pesquisas em dança, é possível conectar as experiências relatadas nas entrevistas com a literatura disposta, fazendo com que os diálogos acerca dessas vivências sejam ainda mais potentes e consistentes de um ponto de vista artístico e científico.

Palavras-chave: Balé Clássico, adultos, benefícios.

ABSTRACT

Currently, the number of adults who decide/wish to continue or start practicing classical ballet in adulthood has increased. Sometimes, it is a life choice and the realization of a dream, but it ends up contributing and bringing benefits and challenges. As the body ages, it begins to have physical limitations. However, in some cases, bodywork such as stretching and physical exercise can stimulate or resolve certain characteristics that we may present with advancing age. In contrast, we still find the reality that many schools, studios or dance academies do not have a specific focus on adults who are interested in taking classes either for pleasure or health or to become a professional in the area. The general objective of this research was to analyze the life experiences in dance of adult practitioners of classical ballet in the city of Manaus. And so that we could reach the discussions and dialogues present in this work, we sought to investigate adults who started practicing ballet in adulthood; learn about the experiences and trajectories of adults practicing classical ballet and discuss the possible benefits and challenges of practicing ballet in adulthood. This is an applied, descriptive and exploratory research, with a qualitative approach carried out through field research using semi-structured interviews. Although discussions about adult ballet are relatively recent in the history of dance research, it is possible to connect the experiences reported in interviews with available literature, making dialogues about these experiences even more powerful and consistent from an artistic point of view and scientific.

Keywords: Classical Ballet, adults, benefits.

LISTA DE TABELAS

| | |
|--|----|
| Tabela 1 – Contato com balé na infância..... | 30 |
| Tabela 2 – Frequência semanal que frequentam as aulas..... | 32 |
| Tabela 3 – Razoes para parar a prática do balé..... | 34 |
| Tabela 4 – Facilidade de encontrar escolas com aulas de Balé para adultos.. | 40 |

SUMÁRIO

| | | |
|----------|---|-----------|
| | INTRODUÇÃO..... | 7 |
| 1 | CAPÍTULO I – REVISÃO DA LITERATURA | 10 |
| 1.1 | REFLEXÕES SOCIAIS SOBRE A PRÁTICA DA DANÇA NA FASE ADULTA | 10 |
| 1.2 | BALÉ NA FASE ADULTA..... | 15 |
| 1.3 | VIVÊNCIAS E REFLEXÕES..... | 19 |
| 2 | CAPÍTULO II – PERCURSO METODOLÓGICO | 25 |
| 2.1 | DELINEAMENTO DA PESQUISA..... | 25 |
| 2.2.1 | Quanto à finalidade..... | 25 |
| 2.2.2 | Quanto aos objetivos..... | 25 |
| 2.2.3 | Quanto à abordagem..... | 26 |
| 2.2.4 | Quanto ao delineamento (Procedimentos)..... | 26 |
| 2.2 | CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE, DOS SUJEITOS E DA PESQUISA..... | 27 |
| 2.3 | INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS.... | 27 |
| 2.4 | PROCEDIMENTOS PARA ANÁLISE DE DADOS..... | 28 |
| 3 | CAPÍTULO III – ANÁLISE DOS RESULTADOS..... | 29 |
| 3.1 | REFLEXÕES E DISCUSSÃO DAS ENTREVISTAS..... | 30 |
| | CONSIDERAÇÕES | 42 |
| | REFERÊNCIAS | 44 |
| | ANEXOS..... | 46 |
| | APÊNDICES..... | 51 |

INTRODUÇÃO

Com seus altos níveis de treinamento a técnica do balé clássico se aproxima muito do esporte. É uma técnica que requer treinos, disposição e disponibilidade. Portanto, por muito tempo acreditou-se até mesmo ser uma atividade limitada a uma idade ou etapa da vida.

Atualmente, tem aumentado o número de adultos que resolve/deseja continuar ou começar a prática do balé clássico. Algumas vezes, trata-se de uma escolha de vida e a realização de um sonho, mas que acaba contribuindo e trazendo seus benefícios e desafios.

Mesmo havendo poucas escolas e nenhuma expectativa profissional pelo motivo da idade, tem-se observado uma constante demanda de adultos em busca de aulas, aprendizado e até mesmo formação. Diante do exposto, a presente pesquisa tem como problema investigar: Quais os possíveis benefícios e experiências da prática do Balé Clássico na fase adulta?

Durante algum tempo, acreditou-se e muito foi afirmado que o balé deve ser trabalhado no corpo desde muito cedo. É verdade que quando começamos enquanto crianças é mais fácil o entendimento e evolução da técnica, mas não significa que começar no balé já sendo um adulto seja impossível ou tardio.

É óbvio que surgirão os desafios como o trabalho, filhos, casa, problemas pessoais e até mesmo dificuldades físicas do Balé na vida adulta, mas quando se resolve ter empenho e buscar evolução diária e consciente, a prática pode vir acompanhada de uma melhora da saúde física e mental. Portanto, “o problema não é o envelhecimento em si, mas os marcos sociais aos quais as pessoas estão condicionadas” (Soares, 2018, p.17).

Conforme o corpo vai envelhecendo ele começa a ter limitações físicas. Entretanto, em alguns casos, trabalhos corporais como alongamentos e exercícios físicos podem estimular ou resolver certas características que com o avançar da idade podemos vir a apresentar. Em contraponto, ainda encontramos a realidade de muitas escolas, estúdios ou academias de dança não possuírem um olhar específico para adultos que tem interesse de fazer aulas tanto por prazer ou saúde ou para se tornar um profissional na área.

Infelizmente, algumas pessoas ainda acreditam que quando se trata da vida adulta, o Balé é apenas um *hobby*. Entretanto, o que atualmente se vê são adultos querendo fazer aulas e em alguns casos, buscando se profissionalizar. Algumas

escolas trabalham com métodos que visam estimular o corpo desde quando se é criança, mas precisamos perceber e destacar que a aula aplicada para adultos deve ser voltada para desenvolvimento de capacidades específicas, que não se busca no ensino nenhuma obrigação, mas o comprometimento com a metodologia e organização deve ser levado tão a sério quanto pensar aulas na fase infantil.

Vale destacar, que o bailarino adulto quando busca fazer aulas de balé, quer aulas mais dinâmicas, e associa a prática a outras questões diárias da vida. Portanto, pontos como uma escola mais perto dele, horários no qual ele possa comparecer sem problemas, sala adequada, escola que visa o bailarino adulto como capacitado para realizar audições, competições, se profissionalizar acabam sendo atrativos para a realização de um sonho que não foi possível no passado. Voltar a repetir experiências já vividas, ou iniciar novas vivências promovem melhora da saúde física, mental e social.

Na vida tudo precisa ser trabalhado aos poucos para futuramente se ver os resultados, mas não é por isso que só se pode começar algo quando criança, nunca é tarde para começar a dançar, só precisa ter dedicação e comprometimento.

Os benefícios mais comuns adquiridos no balé clássico são: ganho de flexibilidade, resistência muscular, coordenação motora, noção de espaço, musicalidade, memória e melhoria nas relações sociais. Entretanto, não podemos desconsiderar que outros fatores podem influenciar diretamente na continuação ou não da prática, entre os desafios podemos citar: a distância das escolas, conflitos de horários, horários muito tardios, falta de estrutura para uma aula adequada, o método aplicado e custos.

Por fim, deve-se deixar de lado pensamentos preconceituosos em relação ao adulto querer fazer aulas de Balé, pois a dança é para todos. Escolas de dança deveriam dar mais oportunidades de formação para o público adulto, pois é um público capaz tanto quanto os mais jovens.

Diante das ideias supracitadas o objetivo geral desta pesquisa foi analisar experiências de vida na dança de adultos praticantes de balé clássico na cidade de Manaus. E para que pudéssemos alcançar as discussões e diálogos presentes neste trabalho, buscamos investigar adultos que iniciaram a prática do balé na fase adulta; conhecer experiências e trajetórias de adultos na prática do balé clássico e discutir os possíveis benefícios e desafios da prática do balé na fase adulta.

Desta forma, o trabalho está dividido em três momentos. O capítulo I aborda

sobre reflexões sociais, como os tipos de preconceitos em relação ao um adulto fazer aulas de balé clássico, os benefícios dessa prática e as dificuldades enfrentadas e as vivências e reflexões de adultos que já tiveram contato com o balé clássico ou que vieram a ter esse contato depois de adultos.

No capítulo II tratamos sobre a estrutura metodológica da pesquisa, delineamento da pesquisa, objetivos, abordagem, delineamento, procedimento da pesquisa e o perfil dos entrevistados que contribuíram com a pesquisa.

No capítulo III apresenta-se os relatos de experiência vivido pelas pessoas entrevistadas, sendo este capítulo dividido em duas etapas. A primeira foram as coletas de dados através de um questionário semiestruturado e a segunda etapa é mostrado a experiência dessas pessoas com a técnica do balé clássico, suas dificuldades, suas realizações e os benefícios que a técnica trouxe.

1. CAPÍTULO I – REVISÃO DE LITERATURA

1.1 REFLEXÕES SOCIAIS SOBRE A PRÁTICA DA DANÇA NA FASE ADULTA

Primeiro de tudo, começar a praticar dança na fase adulta já é de certa forma uma grande dificuldade para alguns, ainda mais quando você tem um corpo que não é considerado padrão pela sociedade como por exemplo: ser homem, negro(a), não ser longilíneo entre outros. Estes, são preconceitos vistos até mesmo na vida de bailarinos de companhias de dança. E algumas vezes, partem primeiramente da própria família.

A cultura ocidental traz arraigada a sua construção muitos padrões machistas, homofóbicos e xenofóbicos. Bruno (2018, p.18) diz que:

Os conflitos que emergem frente aos preconceitos relacionados aos papéis de gênero perpassam também pela questão da docência. Stinson (1998, p. 55) afirma que “os professores de dança costumam reclamar que, principalmente depois da primeira infância, poucos meninos matriculam-se voluntariamente em suas turmas”. Dessa forma, torna-se razoável conceber que os estereótipos sociais de masculinidade interferem negativamente na forma como os professores, pais e alunos relacionam o conteúdo da dança na perspectiva da cultura ocidental.

Sem o incentivo da família, escola e sociedade fica ainda mais difícil para os jovens adultos e até idosos terem a coragem de se matricular em aulas de dança seja ela qual for. No que diz respeito aos homens, estes geralmente costumam ouvir muito mais frases negativas em relação a dança pelos preconceitos trazidos na construção da nossa história.

Tal fato, nos faz refletir que historicamente, vão se criando preconceitos que acabam polindo a participação e propagando inverdades que influenciam na não procura e/ou prática de determinadas atividades.

Sobre a participação masculina na cena, esse pensamento de preconceitos criados historicamente pode ser reforçado na fala de Teixeira *et al.*, (2019, p. 25):

Anna Pavlova (1881-1931), surge no final do século XIX e início do século XX, misturando os estereótipos de mulher casta e libertina. [...] nesse momento as bailarinas, começaram a firmar seu predomínio sobre o bailarino homem, reduzindo seu papel ao de porteur (carregador), dando à bailarina uma aparência de pluma, enquanto a carrega de um lado para outro. Assim, os homens não eram mais bem vistos nos palcos e, com o passar dos anos, passaram a ser mais celebrados nos espaços esportivos.

É possível perceber e verificamos que antes de mulheres entrarem para o mundo da dança eram somente os homens quem dançavam. Segundo Faro (1986) apud Soares (2018, p. 15) “A dança, na sua essência esteve estritamente ligada ao sexo masculino”. A dança foi trazida ao público de todo o continente europeu em forma de espetáculo, e era praticada apenas por homens (Araújo, 2017, p. 20). “Assim, é possível observar que, desde a sua “invenção”, no século XV, até o século XVIII, o balé clássico operou por muito tempo uma eficiente pedagogia da masculinidade” (2011, p. 161, apud Soares, 2018, p. 15).

Diante de tais ideias, podemos observar que concepções vão sendo criadas e propagadas na história, engessando pensamento e moldando realidade que se tornam culturais. E mesmo crescendo em uma sociedade machista onde homens são mais presentes em futebol, basquete, em aulas de artes marciais ou em qualquer outra modalidade considerada masculina, ainda assim existiram e existem bailarinos, que foram atrás de seus sonhos e se destacaram na arte da dança.

Vale ressaltar que embora a presença masculina se faça com mais frequência atualmente na dança, ainda temos algumas situações de que o quantitativo de participação deste público ainda é diferenciado dependendo da modalidade a ser realizada.

Se por um lado o número de homens matriculados em modalidades como dança de salão, onde a formação de casais homens x mulheres opera como elemento fundamental, é de certa forma expressivo; por outro lado, em modalidades como ballet, jazz, ritmos, a presença masculina é visivelmente menor (Bruno, 2018, p.13).

Trazendo uma reflexão de vivência diante do exposto, destaco que mesmo eu tendo feito muitas aulas de balé e jazz, na infância e na adolescência, nas turmas em que participava, os homens eram a minoria, ou não estavam presentes. Em outro momento quando voltei a fazer balé tinha um rapaz já formado em outra profissão, mas por algum motivo ele desistiu das aulas e não voltou mais.

Na época de espetáculo na academia de dança, lembro-me bem que o coreógrafo e dono da escola precisou chamar bailarinos de outros espaços para compor o elenco, pois o estúdio não tinha bailarinos homens o suficiente para os *pas de deux* com as meninas. É visível a diferença em relação a quantidade de meninas e mulheres com a dos meninos e homens nas turmas de balé clássico.

Onde eu passei a ver mais homens dançando foi na faculdade, mas uma maioria deles eram das danças urbanas ou folclóricas, um ou outro fazia a modalidade de jazz e/ou balé porque já eram de cias de dança que possuíam o balé clássico como prática.

Ainda pensando em preconceitos que reverberam até hoje, e trazendo uma outra pauta, o racismo, vemos que embora, atualmente, existam mais bailarinos(as) negros(as) em companhias de dança, ainda é perceptível um grande abismo entre a dança e a população negra, principalmente no balé clássico.

O racismo no balé clássico pode ser de diversas formas, seja pela não escolha racista de um bailarino negro com grau técnico elevado em relação a um bailarino branco, seja pela ideia de que negros não ocupam lugares de solistas por conta do imaginário que o repertório pede. Princesas e príncipes são, ocidental e historicamente, brancos, sendo tal imagem a mais próxima do estereótipo europeu (Anúnciação, 2021, p.48).

De acordo com Pavlova (2000, p. 9) o balé surgiu na Itália no final do século XV, depois por ocasião do seu casamento Catarina de Médicis o balé foi levado para França. Em 1581, foi criado pela própria Catarina o Ballet Cômico da Rainha, para ser festejado o casamento da sua irmã. A França tornou-se o grande palco do ballet mundial. E em 1661 fundaram a Academia Real de dança, já em 1713, a escola de Dança da Ópera. E com isso o balé foi-se espalhando para outras cortes no decorrer dos anos e séculos. Além das barreiras de classe também temos limitações raciais que envolvem a estrutura do balé clássico.

É certo que já existe bailarinos(as) negros(as) sendo solistas reconhecidos pelo mundo a fora, porém, a porcentagem ainda está muito abaixo de bailarinos(as) brancos(as). O balé surgiu na corte onde apenas quem era da burguesia podia fazer parte, no decorrer do século em que ele surgiu, já existia a escravidão, o negro não tinha direitos, quem dirá a oportunidade de dançar na corte.

Muitos anos depois da libertação dos escravos é que um negro em 1969, Arthur Mitchell, abriu a escola *Theatre of Harlem* visando dar aulas para crianças da comunidade, fez também uma criação do “Giselle Crioulo”, sendo um elenco de afro-americanos, que se passa na década de 1840 na Lousiana.

Trazendo a realidade para o Brasil, Junior (2021, p 6) afirmar que a hegemonia do grupo social branco, que se beneficiou do escravismo criminoso e que até hoje se

beneficia dos resultados deste sistema passado, pela herança econômica e social, procura encobrir na história as dimensões e consequências do sistema.

Esse fato histórico, acarretou de a maioria da população negra ter inúmeros direitos privados, mesmo depois da alforria dos escravos ainda houve muitos desafios pela frente como conseguir um emprego, uma casa estruturada, escolaridade e a cultura. E vale destacar que a “falta da infraestrutura de lazer e cultura cria desconforto e prejudica a saúde mental” (Junior, 2021, p. 9).

A maioria da população brasileira é urbana e uma parcela significativa vive em bairros negros, sendo que a educação brasileira geralmente, com raras exceções, ignora a existência dessas populações, dos nossos problemas existências, sociais e materiais (Junior, 2021, p. 13).

E pelo fato de não terem esse acesso à cultura, é mais difícil para essa parcela da população se incluir em ambientes culturais, pois por muito tempo foram e muitas vezes ainda são deixadas de lado pelo poder público.

[...] comunidades encontram dificuldade para acessar muitos direitos, dentre eles o direito ao acesso a equipamentos culturais. A ausência de espaços culturais na periferia promove um processo de elitização do acesso à arte. Ao mesmo tempo, invisibiliza a cultura periférica – cultura esta que persiste a existir mesmo sem espaços de qualidade, sem reconhecimento e sem investimento (Guimarães, 2021, p. 15).

Pensando nas escolas de dança, em muitos bairros periféricos não há espaços culturais onde essas pessoas possam fazer essas aulas de dança. Portanto, para conseguir acesso a prática do balé, jazz, contemporâneo e outras modalidades é preciso se deslocar para uma localização que muitas vezes é inviável tanto pela distância e quanto pelo financeiro.

No Brasil, quando falamos sobre desigualdade, costumamos associar o termo à má distribuição de renda entre a população ou então ao desequilíbrio de riquezas entre certas regiões e estado. Um tipo de desigualdade, porém, é constantemente negligenciado: a desigualdade de investimento na cultura (Guimarães, 2020, p. 412).

A falta de investimento dos órgãos públicos na cultura, na arte e na dança faz com que esse bailarino negro e periférico com o desejo de dançar, desista por falta de recursos financeiros. Muitas vezes, tive que desistir do balé por falta de recursos e mesmo quando eu tinha condições, a escola de balé ficava muito longe da escola de

ensino normal e onde eu moro não tem escolas de balé por perto. Essa é uma realidade de muitas zonas periféricas da cidade de Manaus.

Outras dificuldades encontradas que bailarinos negros tiveram foi encontrar sapatilhas ou meia-calça que fosse de acordo com o seu tom de pele. Arthur Mitchell percebeu que o tom de rosa pensado para ser vestido e calçado por bailarinos brancos cortava a silhueta das negras ao meio, com isso permitiu que suas alunas pudessem usar sapatilhas e meia-calça de acordo com o seu tom de pele. Por ter dificuldade em achar uma sapatilha que fosse da sua cor, a bailarina Ingrid Silva (inclusive foi aluna da cia do Arthur Mitchell) pintava suas sapatilhas para que chegasse a ficar no mesmo tom de sua pele, hoje existem muitas empresas de sapatilhas e roupas de dança, mas uma minoria aceitou a proposta de fazer sapatilhas em tons marrons e ainda assim as cores não são tão diversas, como maquiagens com seus diversos tons de pele.

Mais um ponto que vamos abordar nesta temática, são os padrões estéticos corporais instaurados. O corpo gordo na dança, é algo que para muitos até mesmo em companhias de dança é uma questão a ser observada com mais atenção. Existem aqueles relatos de que quando pessoas com determinadas características corporais resolvem fazer aulas, tornam-se motivos de piadas ou comentários maldosos. Lima (2023, p. 13) afirma que:

Apesar de nos últimos anos, diversos espaços terem questionado esses padrões do corpo feminino, ainda é constante a falta de representatividade sobretudo na dança, que carrega o imaginário coletivo de que só os corpos magros que podem dançar.

Infelizmente, ainda é muito comum na dança os professores quererem que seus bailarinos sejam magros, não que seja ruim ser magro, mas a partir do momento em que o corpo magro é mais bonito, o padrão da sociedade torna-se o mais aceito e automaticamente excludente. As pessoas que não apresentam esse biotipo, algumas vezes se sentem deslocadas, fora da curva, diminuídas, infelizmente não aceitas em algumas companhias de dança ou não conseguindo papéis principais.

O pensamento de corpos magros no balé passou a existir a partir do momento em que segundo (Eufrazio, 2019 apud Souza, 2023, p. 16) “o ballet de corte passou para o teatro, deixando de ser extravagância, diversão e dança social para transformar-se em dança teatral, com coreografia estruturada e executada por profissionais”. Quando o balé deixou de ser de corte e passou para o teatro, ele

passou a ser mais coreografado, tendo um padrão estético tanto para os homens como para às mulheres.

A introdução das sapatilhas de ponta no balé “exigiu um novo esforço corporal mais intenso, voltado à postura ereta, força muscular e disciplina corporal mais rígida, especialmente para as mulheres” (Eufrásio, 2019, p.16 apud Souza, 2023, p.16). Trazendo também o olhar romantizando de uma bailarina delicada e frágil, já que as mulheres passaram a fazer parte do balé no período romântico da história.

De acordo com Souza (2023, p. 17) as bailarinas buscam por uma perfeição para ter um desenvolvimento melhor nos palcos e com as imposições dadas são evidentes a relação com o ideal de corpo e o que precisa para ser alcançado. Como diz Souza (2023, p. 17) grandes companhias de ballet, produzem um modelo de corpo ideal fazendo com que se estabeleça um padrão de corpo ideal, levando as bailarinas a procurar alternativas para atingir esse estereótipo. Principalmente fora do Brasil, tendo como um dos maiores requisitos esse ideal de magreza.

Ao contrário do que muitos pensam, pessoas com corpo considerado fora dos padrões são tão capazes de dançar quanto uma pessoa magra. Com dedicação o corpo vai ganhando potencialidades, pois, para ser um bailarino não basta ser magro, tem que ter consciência corporal e conhecimento e domínio dos exercícios e movimentos pedidos em sala. Sobre tal situação, vejamos esta experiência citada por Lima (2023, p. 12):

Em meio a esses dilemas, o processo da graduação em Dança permitiu-me um amadurecimento em relação a minha autoestima. Foi no espaço da universidade que fui me autoconhecendo e redescobrinho minha identidade como mulher gorda e negra, graças aos compartilhamentos de conhecimento em algumas aulas.

Embora esta seja uma realidade que ainda está mais em voga em âmbitos universitários que em companhias profissionais. Vale ressaltar, que são aberturas e diálogos como estes que podem vir a quebrar paradigmas e preconceitos dentro da arte, e neste caso, no balé clássico. A expectativa é que a sociedade e envolvidos entendam que para dançar basta apenas ter um corpo disposto a se desafiar e romper limites. Independente de cor, raça, religião, idade, estaturas ou circunferências, o corpo precisa ser treinado, preparado, ter uma consciência corporal e técnica, isso se adquire com a prática e persistência.

O fortalecimento dessa diversidade de corpos em ambientes de dança, faz com outras pessoas possam se interessar e querer começar a prática da técnica do balé. Porque quando passamos a ver corpos diversificados no ambiente da dança, passamos a ter mais vontade de se desafiar e se envolver com a realidade da dança.

1.2 BALÉ NA FASE ADULTA

Como já citado acima o balé tem seus benefícios, mas na vida adulta, ele vem acompanhado de muitas outras situações que interferem diretamente na continuação ou não da prática, entre eles: o trabalho, filhos, horário e distância da escola para casa. Quando a escola fica perto do trabalho ou da faculdade e oferece horários de próximos da saída de tais locais é algo benéfico. Entretanto, essa não é uma realidade muito comum, pensando principalmente em zonas da cidade mais afastadas e com menos espaços culturais com aulas para essa faixa etária específica.

Eu mesma, já tive que desistir de aulas em uma escola por ela ser longe da faculdade e eu não conseguir chegar no local a tempo por usar transporte público, por ser longe da minha casa e ser totalmente contramão na hora de ir embora. Em outra situação, a escola era até perto da faculdade, mas longe de casa. O horário em que terminavam às aulas eram tardios, e o percurso da escola até o ponto de ônibus era um pouco perigoso, além da demora para voltar para casa.

Mesmo tendo escolas de balé na cidade de Manaus, poucas oferecem turmas exclusivamente para adultos, aulas que trabalhem a consciência, a técnica corporal e conteúdo específico para esse público. Realidade esta, que acaba impossibilitando que pessoas nesta faixa etária possam iniciar ou retomar a prática do balé em nossa cidade.

Vale ressaltar ainda, que algumas vezes as mães e pais acabam preferindo projetar em seus filhos o sonho não realizado de fazer balé. Teixeira *et al.* (2019, p.25) corrobora com essa ideia quando diz: “o Ballet tem a fama de ser mais voltado para o público infantil. Há uma procura muito maior por mães querendo colocar suas filhas nas aulinhas de Ballet, e muitas vezes é um desejo da própria mãe de fazer aulas de Ballet.” Essa postura, vem acompanhada do pensamento de estar tarde para realizar as aulas, deixando a possibilidade somente para os filhos por estes estarem na fase da infância e poderem ter uma formação continuada para o aprendizado em etapas e com progressão.

Embora se encontre tais situações, hoje, é perceptível um aumento na procura de aulas de balé por parte dos adultos. Existem escolas que oferecem turmas específicas para adultos e que tem se preocupado com metodologias e organizações de aulas que possibilitem a evolução e desenvolvimento de capacidades físicas como: tornar o corpo mais flexível, adquirir resistência para conseguir executar exercícios que exigem mais do corpo, equilíbrio, postura e outros. Entre as capacidades motoras estimuladas podemos destacar: conseguir realizar a execuções dos exercícios pedidos em aula, conseguir locomover o corpo tendo noção de espaço. Já as capacidades cognitivas, podemos elencar: a compreensão para execução dos exercícios, o trabalho da memória para lembrar nomenclatura do balé.

Desta forma, podemos observar que o balé clássico é uma arte e atividade que proporciona qualidade de vida tanto física quanto cognitiva e psicológica. Teixeira *et al.* (2019) aponta que a partir das leituras realizadas e observando os aspectos apresentados em sua pesquisa, foi identificado que a prática de Balé Clássico em mulheres adultas tem como principal impacto psicológico aspectos relacionados com a autoestima, autoimagem e autoconceito. Portanto, encontramos discussões que fazem reflexões sobre a ruptura de determinados padrões e preconceitos já citados anteriormente.

Para muitos adultos, a dança é uma válvula de escape que possibilita momentos de relaxamento que permitem sair de quadros depressivos, situações de estresse, descontração de problemas em casa e outros. Portanto, o balé por mais que seja uma dança rígida e tradicional, ainda assim ajuda em questões que extrapolam os benefícios físicos.

Quando intrinsecamente motivado, o sujeito participa da atividade por vontade própria, pelo prazer e satisfação do processo de conhecê-la. Comportamentos intrinsecamente motivados, normalmente estão associados com o bem-estar psicológico, interesse, alegria e persistência (Oliveira *et al.*, 2020, p. 4).

Portanto, o balé, quando apresenta sua pedagogia de ensino bem pensada e organizada como um bom planejamento das aulas de acordo com os limites dos alunos, pode trazer inúmeros benefícios que podem ser deferentes para cada pessoa. Os adultos têm diversos motivos para estarem no balé que vai desde o hobby até a profissionalização.

Mesmo praticando o balé por hobby a aula dada a esses adultos não deve ser aplicada de qualquer jeito, sem começar com um aquecimento antes dos exercícios que irão ser praticados, sem correções dos exercícios quando algum aluno faz da forma errada. Com aulas planejadas e uma metodologia adaptada para que toda a turma possa acompanhar, os adultos se tornam mais dispostos em continuar no balé, tendo prazer de fazer as atividades, se tornam mais sociáveis, sendo o balé uma dança que pode tornar-se primordial na vida dessas pessoas.

Para aqueles que querem seguir uma carreira, existem também os desafios enfrentados. E um desses desafios é, como já citado:

encontrar escolas de ballet, por exemplo, que atenda o público mais adulto e adeque as aulas a sua rotina de trabalho, de casa ou de quaisquer outras atividades que a pessoa desenvolva torna-se cada vez mais um desafio. Se a figura da bailarina é contornada pelas ideias de agilidade e juventude, torna-se cada vez mais difícil encontrar aulas de ballet à medida que se vai “chegando para idade” (Lira, 2017, p. 8 *apud* Soares, 2018, p.17).

Embora esteja mais comum perceber e encontrar aulas e escolas com chamadas de turmas para adultos, ainda se observa que as turmas apresentam uma disparidade de idade, o que dificulta um melhor desenvolvimento das capacidades corpóreas. É muito comum ver escolas que não olham com tanto cuidado para os alunos adultos, entendendo algumas das vezes que a prática se dá somente em caráter lúdico, ou por *hobby*, como mencionado.

Geralmente as escolas de balé tem um olhar mais voltado para o público infantil no quesito aprimoramento da técnica corporal. A escola e os professores têm que ter o mesmo olhar para os dois públicos, por mais que futuramente esse adulto não participe de competições de dança ou não vá em busca de participar de audições para fazer parte de alguma cia, esse adulto ainda assim pode se tonar um profissional da dança, como por exemplo querer ingressar no curso de dança em universidades.

Essa falta de flexibilidade de turmas para o ballet adulto é ruim até para quem cursa a graduação em dança, pois muitas vezes ficamos em busca de aulas para o aprimoramento da técnica, e não conseguimos organizar agendas. Outros desafios encontrados por alunos adultos do meio do balé é que:

A maioria deles não tem condições de conciliar uma formação profissional com a formação no balé porque também necessita trabalhar. Isso acontece porque há uma clara disparidade entre as condições socioeconômicas das meninas e dos meninos que frequentam as aulas, sendo que eles geralmente vêm de classes com poder aquisitivo menor (Souza et al, 2022, p.12).

Se o estado oferecesse mais oportunidades para esses bailarinos, como abrir mais turmas de balé ou qualquer outra modalidade e oferecesse aqueles com poder aquisitivo menor ao menos o transporte e uma bolsa para que esse possa comprar suas roupas e acessórios de dança, poderíamos mudar algumas realidades. Quando eu fazia aulas até mesmo oferecidas pela faculdade para as pessoas da comunidade algumas alunas não conseguiam ir por não ter condições no dia para pegar o transporte público e ir para a aula, isso acontece em outras escolas também, para não desistir das aulas a maioria se desdobra fazendo uma renda extra.

O Brasil é um país onde a arte, e automaticamente, o artista não são valorizados como deveriam. Alguns bailarinos saem do país para conseguir uma oportunidade melhor de vida com a dança. Muitos que desejam dançar balé clássico não tem condições de se manter, porque muitas vezes não é somente a mensalidade, mas a roupa e acessórios, transporte e comida, sem contar com as contas mensais da família.

O fator financeiro é realmente um obstáculo a ser notado, pois, até pode existir escolas que ofereçam aula de balé para adultos, mas como mencionado a falta de condição financeira impede esse(a) aluno (a) de realizar um sonho ou de se tornar um profissional o que acarreta falta de expectativa.

Existem escolas que até oferecem cursos livres para adultos, mas e quando esse adulto quer algo mais duradouro, algo profissionalizante? Algumas até oferecem por meio de audição, cursos que garantem uma formação, mas eles têm idades limitadas e algumas faixas etárias não têm tantas oportunidades.

Em Manaus é oferecido cursos livres pelo Liceu de Artes e Ofício, porém os cursos de dança com longa duração tem um limite de idade, até mesmo a cia deles, eu mesma gostaria muito de ter continuado para fazer os cursos de preparação e formação, mas por eu ter mais de vinte anos não poderia me inscrever, o mesmo na cia.

Muitos cursos oferecidos para os adultos não possuem longa duração, e esse pouco tempo não é o suficiente para que eles possam se adaptar e se desenvolver. Nem sempre existe também uma continuidade, possibilitando a progressão das aulas e essa falta de organização acaba fazendo com que o ensino deixe de ser proveitoso e que objetivos deixem de ser alcançados. Não só o balé, mas qualquer outra modalidade necessita de tempo para que o corpo se adapte. Mesmo fazendo aulas

há mais de um ano, o bailarino ainda precisa continuar praticando, ou seja, cinco/seis mês não é nada para a formação e manutenção da técnica.

O corpo que não dançou enquanto jovem, por motivos que vão desde desconhecimento dos pais, posteriormente pelo casamento, maternidade e vida profissional, ainda vislumbra na vida adulta, na meia idade ou mesmo na velhice, o prazer do movimento por meio do ballet. O prazer ao dançar é um dos elementos constituintes do fazer ballet (SILVA, 2018, p.11).

Apesar de o balé adulto já existir há muitos anos, ainda existem questionamentos se tudo bem um adulto iniciar no balé ou até mesmo voltar depois de muitos anos, a resposta para isso é: a dança é para todos, basta ter vontade e disponibilidade, seja o corpo novo, adulto ou idoso, todos são capazes. É claro que os níveis de execução serão diferentes, mas isso não diminui a importância do processo para cada faixa etária.

Conheci mulheres com mais de trinta anos no curso livre (duração de seis meses) com o desejo de continuar fazendo aulas, para melhorar mais a técnica e conhecer mais do balé, mas pelo curso ter um prazo curto e a escola não deixar de certa forma se inscrever novamente, não continuaram e eu fui uma delas. A dança,

como qualquer outro exercício físico, é tida como uma forma para melhorar a qualidade de vida. Realizada como uma prática regular promove saúde corporal e mental e traz inúmeros aspectos benéficos, tais como: bem-estar aos praticantes de dança de diversas faixas etárias, melhora na coordenação motora, ritmo, memória, flexibilidade, equilíbrio, concentração, resistência, força muscular, postura e consciência corporal (Farencena et al, 2016, p. 12).

Como dito acima a dança pode ser levada para o dia a dia, e o balé por consequência traz benefícios visíveis para além da sala de aula, e que extrapolam a postura, o caminhar, e aspectos físicos. Ele abrange ainda, questões sociais, psicológicas e rompe preconceitos.

1.3 VIVÊNCIAS E REFLEXÕES

A dança traz alegria a pessoas que foram frustradas a vida toda, cuidou da família, trabalhou. Ela traz cidadania, recupera os valores da gente. Ajuda a comunicação. Recupera a comunicação perdida, o entrosamento, e com isso melhora a saúde, menos depressão, mais necessidade de ajudar o próximo. (L. E. N., 71 anos) (Cassiano,2009, p.209).

A dança para quem tem quadros de depressão, ansiedade e baixa autoestima é uma terapia, pois também trabalha a mente. É uma técnica que pede concentração em sala de aula durante a prática dos exercícios, e essa concentração de certa forma

faz com que por um momento deixemos nossos problemas de lado. Quando se trata da autoestima, em sala de aula, com a evolução e desenvolvimento das aulas os professores e até os próprios alunos percebem mudanças, o que estimula a constante doação para que mais aprendizado e benefícios sejam percebidos.

A dança, no geral, ajuda muitas vezes o ser humano até mesmo como citado a se comunicar mais no meio em que vive, possibilita a perda da timidez, melhora a forma de se expressar tanto corporal como verbalmente, e possibilita o respeito ao corpo do outro. A partir do momento que você passa a respeitar o corpo do outro, você passa a acolher outros corpos diferente do seu e entender formas de conviver e experienciar juntos. Esse respeito pelo corpo do outro é essencial para que se possa ter um convívio na sociedade mais saudável e não haver situações como Silva (2022, p. 40) diz:

O aluno A nunca fez aula de dança, mas tinha um imenso desejo de aprender sem que ninguém dos seus conhecidos soubesse, porque automaticamente o povo diz que a dança é coisa para menina. Ele internalizou isto para si, por isto há esse bloqueio em querer que outras pessoas saibam seu interesse pela dança, ainda comentou que é muito difícil ele ver alguém do sexo masculino fazendo balé. E essa oportunidade que surgiu na escola para o balé adulto lhe alegrou bastante e viu nisto a chance de se inserir e conhecer de perto essa arte. Aceitando consecutivamente em participar da pesquisa, porém este aluno me chamou em particular para eu manter sigilo de sua participação.

Ainda vivemos em uma sociedade em que se um homem resolve querer dançar, é possível que ele seja visto com olhares de negação, porque para uma parcela da sociedade a dança é mais voltada para o público feminino, especificamente algumas modalidades.

Acredita-se que historicamente muitos homens possam ter deixado de se interessar pela dança por conta de tais preconceitos. O fato de homens quererem dançar e isso parecer errado, está completamente relacionado ao fato de uma sociedade machista, o que amplia a desistência da profissionalização de muitos homens e de acordo com Bruno (2018, p. 12):

O estudo publicado em forma de artigo científico em 1997 na 7ª *Dance and Child International Conference*³, aponta que a maioria dos meninos entre 10 e 15 anos de idade revela preocupação em relação à dança, pelo fato desta ser uma “atividade de meninas”. Por sua vez, os alunos acima desta idade que participaram do estudo, se preocupavam que as pessoas pudessem confundir-los com homossexuais.

Quantos homens já desistiram do seu sonho de dançar por comentários ou até mesmo proibição dos pais na infância? Essa é uma pergunta muito mobilizada ainda, porque vivemos em uma sociedade arraigada de construções culturais que reforçam falas excludentes e ações carregadas de preconceitos.

Também tem o fato de ser uma sociedade que desconhece a história das artes, uma sociedade sem um conhecimento cultural, porquê como citado foram os homens os pioneiros da dança, assim como em muitas outras áreas de conhecimento. Não é só o fato de dançar, mas é também o conhecimento cultural, porquê a partir do momento em que você passa a dançar você vai aprendendo os tipos de músicas usados nos repertórios e aulas no balé, o tempo da música, aprende também a expressar com o corpo, ensinamentos esses que vão além do palco e da técnica.

Como já mencionado, as dificuldades das pessoas em encontrar uma escola onde se encontre uma turma no seu nível, com a mesma faixa etária e com um horário acessível, acabam sendo fatores frustrante que às vezes minimizam a possibilidade e desejo de começar ou continuar no balé, como é o caso dessa aluna:

hoje, com quase trinta anos, disposta a encontrar uma aula que se encaixe em meu perfil (não sou uma iniciante, mas também não sou uma profissional da dança), decidi por me inscrever em uma das mais tradicionais escolas de ballet da capital baiana e fazer aula com alunas de uma faixa etária bem abaixo da minha (Soares, 2018, p.18).

Embora não seja a realidade ideal para uma pessoa adulta que pretende fazer aulas de balé, essa é muito comum de acontecer. Independente da razão da procura pelas aulas, seja para seguir uma profissão, por hobby, por não terem tido a oportunidade de atuar na dança e ser um sonho a ser realizado, o fato é que algumas vezes infelizmente não consegue achar turmas para a faixa etária em questão, tendo essas pessoas que se submeterem a fazer aulas que não são do seu nível, fazendo com que esse aluno se fruste.

Já estive em turmas que tinha até criança por se tratar de um nível iniciante e não era nada agradável porque querendo ou não a gente acaba se comparando com alguém que aos nossos olhos são melhores do que a gente, então somente quando eu fiz durante pouco tempo aulas com adultos eu me senti mais confortável e bem para fazer às e evoluir com o processo de aprendizagem.

Quando se está voltando ou iniciando principalmente na fase adulta é um processo diferente de quando se é criança ou adolescente, pois é um corpo já

formado, com desenvolvimento já estabelecido em alguns âmbitos e em alguns casos com lesões. E o adulto fazendo aulas com outros adultos, ele se sente mais confortável, confiante e mais instigado a aprender.

Por ser um tipo de atividade física que tem duração de uma hora, uma e meia ou até duas horas, às vezes o horário em as aulas é ótimo, mas o horário que termina principalmente se for a partir das vinte horas, pode se tornar preocupante para quem utiliza o transporte público. Lembro-me de uma vez que a aula acabava vinte, vinte e quinze horas e faltou energia, eu estava no centro da cidade (zona sul) e tinha que ir pra minha casa (zona oeste) nesse dia eu fiquei apavorada, porquê eu tinha que voltar de ônibus e toda a cidade tinha faltado energia, uma colega na época com carro até me deu uma carona, mas até um certo ponto depois eu tive que pegar o ônibus, se houvesse turmas pela parte da manhã eu com certeza teria continuado fazendo minhas aulas.

Outro fator que também é relatado em estudos que acarretam o distanciamento da prática do balé são os comentários que advém de pessoas preconceituosas sobre estruturas corporais. Fazer aulas de balé muitas vezes é o sonho de muitas crianças e nessa idade, devido a comentários maldosos sobre seus corpos podem ocasionar desistências e a volta dessas pessoas as salas de dança fica mais complicada, porque vem carregada de lembranças e sentimentos que precisam ser resolvidos previamente, como o que acontecesse através desse relato:

Entrei num curso de balé clássico quando era uma menina de 8 anos de idade, daí fiz o balé durante 3 anos, mas eu era uma menina gorducha. Eu amava aquilo, amava aquela aula e numa determinada apresentação eu ouvi uma pessoa conhecida na plateia dizer assim: lá vem a gordinha. Pra quê? Não quis mais, não quis mais. Parei de subir no palco e parei com a aula de balé (Carmem, 73) (Nobre, 2018, p. 44).

Falar que a criança está gorda, pode acabar frustrando sonhos e afetando o psicológico dessa pessoa por imposições de estruturas físicas. Essa realidade ainda é tão comum e reforçada que até mesmo eu, ouvi da minha própria mãe que estava um pouco gordinha e que bailarina tinha que ser magra, isso só fez com que eu me sentisse mais insegura com o meu corpo. Em outro momento foi quando fomos (minha mãe e eu) assistir um espetáculo e tinha bailarinas fora dos padrões impostos pela sociedade e ela comentou “o que aquela gordinha está fazendo ali” e eu falei que para dançar não precisa ser magra. São pensamento e ideias que a sociedade impõe e que podem causar danos futuros na pessoa, conforme destaca Ribeiro (2023, p. 2):

O padrão de beleza estimulado pela mídia influencia a população em geral, bem como os atletas de alto rendimento, algumas modalidades se destacam pela procura de um padrão de magreza, como é o caso da ginástica e a dança. Desta maneira, a busca pelo perfil ideal faz com que ocorra a restrição dietética, a prática exagerada de exercícios e o vômito induzido (Reis et al., 2013), ou seja, pode ser alguns dos indicadores para o desenvolvimento de transtornos compulsivos como a anorexia, dependência de exercícios físicos, bulimia e outros.

São influenciados muitas vezes pelos próprios professores da dança ou familiares que praticantes de dança acabam se exigindo a buscar pela magreza, em alguns casos, extrema. O que deveria ser compreendido é que o corpo da mulher brasileira é diferente da mulher europeia, da asiática, da africana e muitos outros tipos de corpos que existem no mundo e que essas estruturas anatômicas devem ser respeitadas.

Com a quebra de paradigmas, atualmente, há mais pessoas com corpos que não são tão longilíneos em sala de aula e conseguem executar os exercícios dados tão bem quanto alunas com o biotipo magros. E por questões de saúde pode ser que aquela(e) aluna(a) está fazendo às aulas para que possa ser mais saudável e precise emagrecer e ter mais resistência. Ou simplesmente por ter o desejo de dança, o corpo sendo ele longilíneo ou não, pode haver alguma limitação, com também pode apresentar muitas potencialidades.

Todo o corpo pode dançar, basta ter força de vontade, uma escola que o acolha respeitando seus limites e potências, ter apoio da família e amigos. Não só o balé, mas qualquer outra dança, é essencial, pois exige concentração, postura, autoconfiança. Portanto, acredita-se que os benefícios da prática do balé extrapolam as capacidades físicas, e como destaca Teixeira *et al.* (2019, p. 27) sobre o relato de uma de suas alunas “Fez grande diferença na minha vida. Principalmente na autoestima, segurança, persistência”.

2 CAPÍTULO II – PERCURSO METODOLÓGICO

A metodologia para Minayo (2012) é o caminho percorrido pelo pensamento e a prática exercida através da observação da realidade. A metodologia facilita o processo de elaboração de um trabalho ou de pesquisa de cunho científico, uma vez que sua estrutura tem o intuito de organização para garantir bons resultados. Dessa forma, entende-se que a opção metodológica é uma questão determinante na pesquisa científica.

Pode-se dizer, de uma maneira bem ampla, que pesquisa em arte é qualquer pesquisa que se desenvolve no campo da arte (Zamboni, 2001) ora, a arte, enquanto área do conhecimento abarca um amplo espectro de expressões e manifestações.

2.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA

2.1.1 Quanto à finalidade

Trata-se de uma pesquisa aplicada, pois buscou-se fazer um estudo científico voltado a refletir e sanar possíveis lacunas sobre a falta de diálogos e discussões sobre padrões instaurados na prática do balé por adultos. Desse modo, ela não serve apenas para gerar um novo conhecimento, aumentando o que já está disponível, mas, também para percebê-lo na prática, refletindo ações do mundo real.

Normalmente, este tipo de pesquisa parte de conhecimentos e questões já desenvolvidos em investigações básicas anteriores para aprofundá-los, aplicá-los e refleti-los na prática.

2.1.2 Quanto aos objetivos

O presente trabalho retrata as características e vivências relatadas pelos sujeitos do estudo acerca de suas experiências com a prática do balé, expondo fatos ou fenômenos, para estabelecer a natureza das relações entre as variáveis delimitadas no tema, portanto, apresenta um caráter descritivo.

Na maioria dos casos esse tipo de pesquisa envolve: levantamento bibliográfico; entrevista com pessoas que tiverem experiências práticas com o problema pesquisado; e análise de exemplos que “estimulem a compreensão” (Sellitz *et. al.*, 1967 apud Gil, 2002).

O objeto e objetivo do estudo partem de um problema constatado na realidade envolvido diretamente com a sociedade e a cultura, e a coleta de informações,

bibliográficas e entrevistas buscaram responder variáveis para análises, propondo discussões, diálogos e possíveis recomendações e reflexões.

Ainda quanto aos objetivos descritos por Gil (2002) esta pesquisa foi do tipo exploratória, pois teve como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vista a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses; aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições.

2.1.3 Quanto a abordagem

A abordagem qualitativa parte do fundamento de que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, uma interdependência viva entre o sujeito e o objeto, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito (Chizzotti, 2000, p. 79).

Neste sentido, a pesquisa qualitativa tem como vantagem uma maior interação com os sujeitos da pesquisa. Desta forma, buscou-se compreender subjetividades, permitindo-se obter resultados individualizados, a partir da visualização dos múltiplos aspectos da realidade, analisando experiências e vivências de pessoas adultas que realizam a prática do balé, refletindo trajetórias, benefícios, desafios e mudanças de pensamentos e reflexões acerca da realização da dança na fase adulta.

2.1.4 Quanto ao delineamento (Procedimentos)

Tipicamente, o estudo de campo focaliza uma comunidade, que não é necessariamente geográfica, já que pode ser uma comunidade de trabalho, de estudo, de lazer ou voltada para qualquer outra atividade humana. Basicamente, a pesquisa é desenvolvida por meio da observação direta das atividades do grupo estudado e/ou de entrevistas com informantes para captar suas explicações e interpretações do que ocorre no grupo. Esses procedimentos são geralmente conjugados com muitos outros, tais como a análise de documentos, filmagem e fotografias (Gil, 2002, p.53).

Para a presente pesquisa a ida a campo foi de suma importância para que pudessemos contactar os sujeitos que foram objetos da pesquisa, a fim de que suas experiências pudessem trazer reflexões e discussões pertinentes para o campo da dança, ampliando a prática de adultos e diminuindo padrões e preconceitos instaurados ao longo de nossa história.

2.2 CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE, DOS SUJEITOS E DA PESQUISA

Primeiramente foi realizada uma pesquisa de escolas e espaços de dança que promovem aulas de balés para adultos, buscando conhecer os espaços em todas as zonas da cidade que possibilitam tais experiências. Após essa catalogação, foram selecionadas três escolas, localizadas nas zonas centro-sul, norte e sul de Manaus. Em seguida, contactamos os responsáveis e após aprovação da realização da pesquisa com seus alunos, 13 alunas do sexo feminino na faixa etária de 20 a 50 anos, praticantes de aulas de balé pelo menos duas vezes por semana, representaram a amostra deste estudo.

A pesquisa foi desenvolvida em três etapas, sendo estas:

- Primeira Etapa: Catalogação dos espaços- onde foi realizada uma busca por projetos, escolas ou espaços informais que apresentem turmas de balés para adultos.
- Segunda Etapa: Seleção dos sujeitos – momento em que foi realizada a explanação, apresentação do projeto aos sujeitos e discussão e retirada de dúvidas sobre a entrevista a ser desenvolvida.
- Terceira Etapa: Coleta de dados – momento no qual os sujeitos assinaram os Termos de Consentimentos Livre e Esclarecido - TCLEs e responderam as entrevistas semiestruturas.

2.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

As entrevistas semi-estruturas combinam perguntas abertas e fechadas, onde o informante tem a possibilidade de discorrer sobre o tema proposto. O pesquisador deve seguir um conjunto de questões previamente definidas, mas ele o faz sem um contexto semelhante ao de uma conversa informal (Boni e Quaresma, 2005, p. 75- grifo do autor).

O intuito da utilização deste formato de entrevista buscou permitir uma melhor amplitude para o diálogo dentro do tema proposto, que mesmo levando um questionário pré-estruturado, o formato aberto ampliou a possibilidade do diálogo com a busca de respostas que garantiram reflexões mais qualitativas e pontuais sobre o objetivo a ser alcançado e discutido.

Como o objetivo da pesquisa não era intervir na realidade das atividades realizadas pelos participantes da amostra, os resultados e discussões foram organizados e analisados com base somente nos diálogos advindos das entrevistas.

2.4 PROCEDIMENTOS PARA ANÁLISE DE DADOS

No presente estudo foi aplicada a análise de conteúdo, que é utilizada principalmente para análise qualitativa de entrevistas buscando o significado dos dados coletados. Ela reduz a complexidade e a extensão dos conteúdos através de alguma classificação (categorias) apresentada de forma sistematizada e/ou contagem de unidades (palavras ou termos) contidas nas respostas ou texto.

A análise de conteúdo possui um procedimento técnico para os seus resultados, que de acordo com Bardin (2011) se organiza em três fases: 1) Pré-análise; 2) a exploração do material; 3) o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação.

A pré-análise é a fase de organização propriamente dita (Bardin, 2011, p. 124). Segundo o autor, esta fase corresponde levantar materiais que contribuíram para a pesquisa e segue 3 procedimentos: a escolha dos documentos a serem submetidos à análise; a formulação das hipóteses e dos objetivos e elaboração de indicadores que fundamentem a interpretação final. Por conseguinte, a exploração de material consiste no ordenamento dos elementos da mensagem, ou seja, operações de codificação, decomposição ou enumeração em função de regras previamente formuladas (Bardin, 2011, p.131). E conclui-se com a terceira fase, que propicia o tratamento de resultados, inferência e interpretação. Fossá (2013), indica que os resultados são resoluções a partir do levantamento e coleta de todo o material que foi adquirido através dos instrumentos. Nesta fase buscamos os significantes das mensagens. É o momento da intuição, da análise reflexiva e crítica.

3 CAPÍTULO III – ANÁLISE DOS RESULTADOS

Para iniciarmos a pesquisa e encontramos as pessoas que fariam parte da amostra de nossa entrevista, foi necessário que primeiramente mapeássemos escolas em diversas zonas da cidade que oferecessem regularmente aulas de balé adulto. Essa busca, se deu de diversas formas: pela internet, adentrando as redes sociais de inúmeras escolas e entrando em contato com as mesmas para perguntar sobre a existência de turmas para adultos; por meio de indicações de colegas da faculdade de possíveis espaços, academias ou estúdios de dança que poderiam se encaixar no critério que estávamos buscando e indo pessoalmente em alguns locais que passava durante a minha jornada diária pela cidade.

Após esta etapa, ficou determinado que escolheríamos três escolas de zonas da cidade diferentes, a fim de termos mais diversidade de realidade e discursos nas coletas de dados. Neste sentido, foram selecionadas as escolas A, localizada na zona leste; B, na zona centro-sul e C, na zona sul.

Com a determinação dos espaços, passamos a entrar em contato com a coordenação de cada local, a fim de que fosse entregue a carta de apresentação da pesquisadora e orientadora e o recebimento da carta de aceite das escolas para realização das entrevistas com os alunos. Nesta visita, explicamos toda a pesquisa, objetivos e esclarecemos todas as dúvidas que o projeto poderia possibilitar.

Somente após essas ações, marcamos o dia para entrevista com as alunas que se mostraram interessadas em participar. Nos dias pré-agendados foram entregues os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), a somente após as assinaturas e retiradas de dúvidas passamos para a etapa das entrevistas.

As primeiras alunas a serem entrevistadas foram da escola (A), elas foram indicadas pela professora, pois a mesma conhecia a experiência de suas vidas. Neste espaço, conseguimos um total de cinco alunas. Na segunda escola, (B), a coordenadora me aconselhou a entrevistar às alunas do primeiro horário da manhã, pois as mesmas já tinham mais anos de experiência. Na, escola (C), assim como na (B), a coordenadora me aconselhou em qual turma eu deveria fazer a entrevista, que foram realizadas no período da noite.

Foi pensado, em fazermos entrevistas com homens adultos que começaram balé na fase adulta, mas apenas uma escola tinha um homem, porém ele tinha iniciado ainda na adolescência, por esse motivo só haverá entrevistas com mulheres.

Vale ressaltar que tal situação pode ser sido encontrada porque foram selecionadas escolas de zonas mais afastadas uma das outras, tendo assim resultados limitados, o que não quer dizer que não existam bailarinos homens que comessem o balé na fase adulta, na cidade de Manaus.

As entrevistadas tinham em torno de 24 a 44 anos. Vale ressaltar que a maioria nunca tinha tido contato com o balé clássico na infância, somente depois de adultas. A entrevista foi através de um questionário contendo 14 perguntas, as perguntas foram respondidas de modo individual e com o áudio gravado.

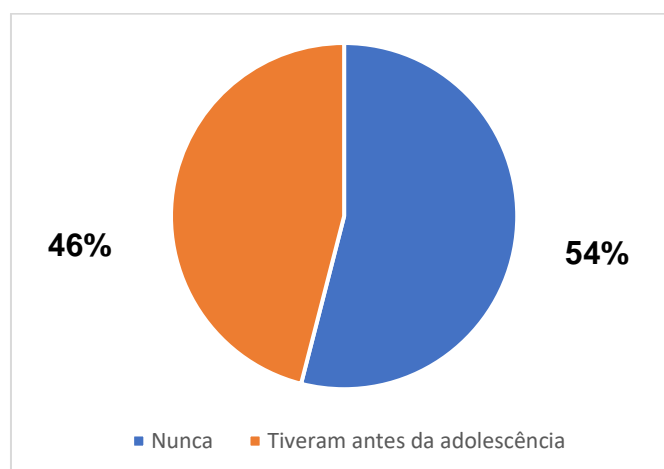
Percebemos que existe uma realidade diferente para todas as pessoas no nosso cotidiano, assim a entrevista foi realizada para entender sobre as vivências de bailarinas na fase adulta na cidade de Manaus, mostrando o ponto de vista das entrevistadas e como o balé influenciou em suas vidas.

3.1 REFLEXÕES E DISCUSSÃO DAS ENTREVISTAS

O interessante das entrevistas é que mesmo sendo individuais e de escolas diferentes, algumas realidades e vivências das entrevistadas tiveram respostas parecidas. Ressalta-se que para preservar a identidade e sigilo das entrevistadas, elas serão identificadas como E1, E2 e assim sucessivamente.

A primeira pergunta realizada foi para sabermos se elas já tinham tido contato com o balé clássico na infância. E se sim, a partir de que idade e durante quanto tempo. O resultado foi representado no gráfico abaixo.

Tabela 1 – Contato com balé na infância



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

De todas as entrevistadas 54% relataram que nunca tiveram contato na infância com o balé clássico, algumas até tiveram com outras modalidades como jazz ou danças populares. E2 diz:

“Eu nunca tive, iniciei a faculdade de dança, mas não terminei, só dançava danças folclóricas e fiz aulas de dança de salão”. (E2, 2024, entrevista).

Os outros 46% que tiveram esse contato, sendo algumas até a adolescência, precisaram deixar de fazer às aulas por motivos que vão desde familiares, financeiros e distância do local.

Uma observação a ser feita, é que tanto às que não tiveram contato com o balé quanto às que tiveram até uma parte da adolescência, tiveram essa realidade por motivos similares, problemas esses. causados pela falta de escolas de dança que ofereçam aulas de forma gratuita ou acessível financeiramente nos bairros ou em bairros próximos as residências de pessoas sem poder aquisitivo. Guimarães (2021, p. 16) corrobora com esta reflexão quando diz que:

Apesar de ser encarado pela sociedade como um privilégio, o lazer, ou seja, a possibilidade de aprender habilidades e de se envolver em atividades meramente pelo prazer, é um direito presente no artigo 6 da Constituição Federal (1948) que vem sendo negado à população mais pobre.

Quando questionadas com quantos anos na fase adulta elas voltaram ou iniciaram a praticar balé clássico, tivemos uma grande dispersão de idades. Das que nunca tiveram experiência com o balé clássico obtivemos as seguintes respostas: 24; 42; 34; 40; 22; 36 e 28 anos de idade. Das que voltaram a ter contato com a prática do balé já na fase adulta, relatam que retomaram as aulas com as seguintes idades: 34; 23; 22; 24; 32 e 28 anos. De acordo com Oliveira *et al* (2020, p. 2):

o que se observa atualmente é que a aderência por mulheres que iniciam a prática no balé clássico após atingir a idade adulta tem sido cada vez maior, e muitas vezes esta procura dialoga com a vontade de ter uma prática corporal associada à arte.

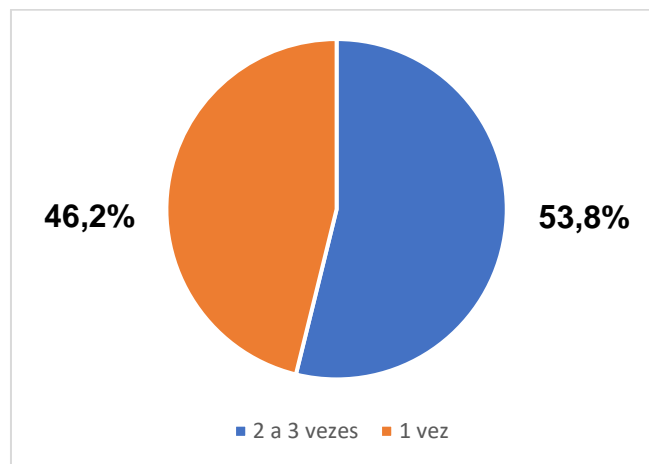
Vale ressaltar que apenas uma das entrevistadas trabalha na área da dança, às demais trabalham na área da saúde, jurídica, policial, distrito, arquitetura e entre outras profissões e a prática está envolvida com a possibilidade de ter uma prática

corporal para extravasar os percalços diários e retomar ou iniciar contato com a arte do balé.

No que diz respeito a quanto tempo já estão na prática do Balé, a única mais recente foi a E13, com 1 mês, que acabará de começar de forma regular fazendo duas vezes por semana, pois a mesma fez um curso de férias aos sábados. Quanto as outras o tempo de duração no balé vai desde 1 ano até 19 anos. O tempo de duração no balé de algumas são praticamente os mesmos e nenhuma delas está fazendo de forma forçada, estão todo esse tempo no balé porque gostam da prática e percebem suas evoluções. Pude ver no momento da pergunta, a felicidade de cada uma ao responder o seu tempo de duração no balé.

Sobre a frequência semanal, tivemos somente dois tipos de repostas: 2 a 3 vezes por semana e uma vez por semana. Abaixo é possível observar em percentual como ficaram divididas e organizadas as repostas.

Tabela 2 – Frequência semanal que frequentam as aulas



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

Quando questionadas sobre o porquê da escolha do balé clássico como uma prática para a idade adulta, muitas das entrevistadas responderam que era uma vontade desde criança, algumas adiadas pela rotina da vida ou por escolhas de profissões. Silva (2018, p. 9) relata que “O ballet clássico é uma prática que denota a memórias e aos sonhos da infância e adolescência”. Sobre essa reflexão E1, diz:

“Um sonho desde criança e não por questões médicas porque eu nasci com questões congênitas nos pés e os médicos diziam que eu não poderia

fazer aulas de balé. Já adulta descobri que poderia fazer o balé sim” (E1, 2024, entrevista).

Das treze entrevistadas, quatro responderam que foi a filha quem as influenciou ou que foi a escola quem decidiu abrir uma turma para os pais, como no relato abaixo:

“Por que a minha filha faz balé no projeto, daí a coordenadora viu que as mães ficavam sentadas esperando, foi quando a professora decidiu criar a turma, resolvi fazer um exercício, já que eu sou sedentária, essa foi uma forma de fazer um exercício” (E6, 2024, entrevista).

É algo totalmente flexível para esses pais que ficam esperando por seus filhos, porque ao mesmo tempo em que seus filhos estão fazendo aula, os pais que queiram fazer algum tipo de atividade física, teriam o balé como opção. E como disse a E10 em uma outra pergunta, cria-se ***“uma troca com a filha”***.

Sobre preconceitos, seja familiar, no trabalho ou no próprio local que iniciou ou retomou a prática do Balé na fase adulta, E8, diz que não teve percepção vindas de outras pessoas, e relata: ***“Não, somente meu, comigo mesma”***. Outras duas, E12 e E3, deram respostas um pouco diferentes:

“Muita gente da família questionava “pra que fazer isso? Isso não serve de nada pra tua vida”. Quando fazia medicina, eu ouvia mais ainda, tinham medo de que eu levasse o balé como profissão, e conheço médicos que são bailarinos profissionais” (E3, 2024, entrevista).

Por mais que a E3 fizesse balé apenas por gostar e não almejasse se profissionalizar, houve muitos questionamentos. Sua história, tem uma semelhança com a da E12, quando ela diz:

“Na infância quando eu disse que queria seguir carreira a minha mãe me tirou, ela não me apoiou” (E12, 2024, entrevista).

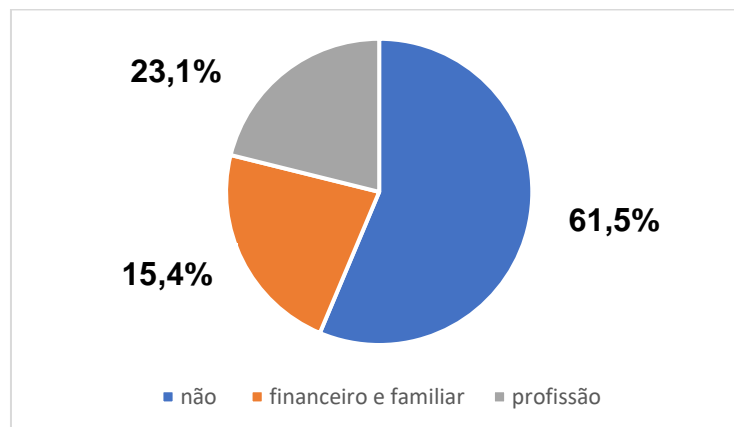
No caso da E11 os preconceitos vieram em relação ao seu corpo, seus limites e idade, fazendo com que a mesma sentisse vergonha de si dançando.

“Até hoje preconceito da família, eu não comento com ninguém que faço balé somente pessoas muito íntimas minhas. Eu não gosto de comentar porque eu não tenho corpo pra bailarina, não tenho flexibilidade, quando tem apresentação eu não convido ninguém, porque as pessoas comentam: “você é muito velha, você não tem corpo, não tem flexibilidade” daí eu fui me retraindo. Quando dancei em um espetáculo e tive que usar um figurino branco, as pessoas me chamavam de “bolarina” e quando dancei lago dos cisnes, o mesmo comentário. A professora de balé me colocava no fundo, e me colocava roupas maiores, que não tinha destaque” (E11, 2024, entrevista).

Assim como no caso da E11, Lima (2023, p. 13) corrobora e afirma que “Essa sensação gerada pelo preconceito que nós, pessoas gordas, sofremos – a gordofobia – nos estigmatiza, nos marginaliza e limita nossas possibilidades de existirmos no mundo.”

Quando abordamos os possíveis motivos que a fizeram parar a prática das aulas de balé clássico já na fase adulta. Oito relataram não terem parado a prática. Duas, foram por motivos financeiros e familiares e as outras três precisaram parar por um tempo por conflitos de horários com trabalho. Tais resultados foram organizados em percentual para melhor visualização no gráfico abaixo:

Tabela 3 – Razões para parar a prática do balé



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

Sobre o conhecimento de outros adultos que fazem Balé. As entrevistas tiveram no geral respostas em comum, dizendo que conheciam de outros espaços, da igreja

ou somente os da própria turma. E1, E3 e E4 disseram:

“Sim, na própria escola alunas que vieram do zero ou já tiveram contato e tem uma comunidade muito grande de bailarinos adultos, pois balé clássico era um tabu e assim não me sinto sozinha” (E1, 2024, entrevista).

“Conheço somente da turma e da minha cidade, no estado da Paraíba”
(E3, 2024, entrevista).

“Sim, conheço que fazem balé adulto, as pessoas que fizeram comigo, tenho amigos até hoje.” (E4, 2024, entrevista).

E2, foi a única que respondeu: *“Não conheço na minha faixa etária”*. Destacando que observa poucas pessoas com mais de 40 anos fazendo balé. E6 concorda com a fala de E1, sobre a turma de balé adulto ser boa, porque a motiva e a faz não se sentir sozinha, quando diz: **“estou me sentindo muito melhor por estar participando de um grupo”**. Isso mostra que o balé clássico pode ser uma prática que promove a saúde social e o quão importante é para essas alunas. Conforme Oliveira et al (2020, p. 5):

É possível concluir que os fatores que motivam a prática do balé clássico por mulheres adultas são diversos, mas de forma geral percebe-se que as mulheres, além de buscar a satisfação pessoal, encontram na prática deste gênero de dança um lugar onde podem firmar laços sociais de amizade.

Quanto aos benefícios que a prática do Balé já promoveu, a maioria das respostas foram em relação a flexibilidade, consciência corporal, saúde mental, sociabilização e principalmente a cultura. Mas gostaria de destacar o relato da seguinte aluna.

“Você tem disciplina, para respeitar o professor em sala de aula. Eu voltei a fazer balé por causa de uma depressão, voltei pra me ajudar na minha saúde mental. A minha paixão é dançar! Além do físico, de me manter em forma, porque trabalha a respiração, tem que manter o foco e não dá tempo de pensar em problema nenhum” (E3, 2024, entrevista).

A partir do momento em que o bailarino entra em sala de aula, é o ambiente que ele tirou para ser trabalhado aquilo no qual ele foi em busca de melhorar fazendo às aulas. No caso da E3 ela já teve um contato com o balé dos 10 até os 25 anos, ficou parada por uns 9 anos por causa da faculdade e nas palavras de Silva (2018, p, 11):

[...] além da desesperança, outro aspecto relevante para a compreensão da depressão é a sensação de falta de sentido na vida ou de vazio existencial. Assim, é necessário identificar a presença de algo que faça sentido, que cause um bem-estar, e as aulas de ballet clássico surge como uma alternativa.

Ao serem questionadas sobre quais foram os momentos mais difíceis que poderiam destacar. E1 e E2 relataram:

“A gente tem muitos desafios, até um certo bloqueio nos como adultas, eu tiro por mim já pensando e analisando, eu tenho certos bloqueios mentais em relação a mim mesma no balé, de que eu não posso chegar em certos pontos, eu sei que eu tenho que quebrar isso, mas é desafiador. O balé é um desafio em si, eu estou no intermediário I com meninas um pouco mais novas e isso pra mim às vezes é um desafio porque eu fico meio que parando, por elas serem mais novas, às vezes eu me limito, acho que eu não consigo chegar até certos níveis, é uma limitação da cabeça, só que é difícil quebrar esses preconceitos que a gente mesmo cria. Eu sei que no meio bailarínstico que eu vivo o balé adulto ele é muito incentivado e não temos que ter esse estereótipo de uma bailarina, mas eu mesma carrego comigo e é algo que eu sinto, é difícil pra mim, eu tenho que trabalhar na minha própria mente, às vezes no espetáculo eu não fico satisfeita comigo mesma, que eu considero que eu mesma criei” (E1, 2024, entrevista).

“Muitos, é um desafio tremendo, eu já passei dos 40, não tenho tanta mobilidade e a parte mais difícil é entender o movimento de uma maneira corporal, sentir o músculo. Na fase adulta existem muitos desafios, a gente precisa vestir aquela roupa padrão, que é uma roupa muito infantil, não tem no mercado uma variedade de tamanhos, senti essa dificuldade” (E2, 2024,

entrevista).

São diversos desafios contados por cada uma delas, que vão desde o não gostar de se apresentar em público, dificuldades em realizar os exercícios, até pegar mais de um transporte público para chegar até a escola. Sobre a fala da E1, de suas limitações estarem mais em sua mente e na comparação do seu corpo com o de bailarinas magras, podemos perceber que estes são ideais já citados em tópicos acima deste trabalho, imposto pela mídia, redes sociais e outros meios de comunicação. No que diz respeito, a sua limitação com os exercícios dados em sala de aula, os quais ela tem o pré-julgamento por achar que não vai conseguir realizar, acredita-se que também apresenta relação com padrões criados em sua própria cabeça, de imposições sociais, visto que ela mesma relata que dentro de 1 ano, conseguiu subir nas pontas.

As realizações dos movimentos, técnica, consciência corporal são conquistados com o tempo e cada corpo evolui no seu tempo. Alguns conseguem flexibilidade em um mês, outros em cinco meses ou um ano, além de dedicação é necessário consciência. Silva (2022, p, 16) corrobora dizendo:

o trabalho consciente, respeitoso, carinhoso, seguro e atento com o corpo para conhecer suas demandas, sensações, prazeres e desconfortos podem ser proporcionados pelas aulas de dança, subsidiando os alunos a aprender a discriminar o que realmente “faz bem” ou não a seus corpos e a suas vidas

Quando perguntamos se elas indicariam a prática do balé para alguma pessoa e o porquê. Todas tiveram respostas positivas.

“Sim, porque ajuda em tudo. Se as pessoas soubessem o quanto é bom! As pessoas não se permitem por causa do preconceito. Até pros homens. Eu sempre digo pra alguns colegas que se eles fizessem balé iam aprender a respeitar melhor as mulheres, porque o homem que faz balé tem que aprender a tocar no corpo das meninas, respeitando. E para as pessoas como um todo além de servir como prática, trabalha a mente o tempo todo” (E1, 2024, entrevista).

Entre as respostas, obtivemos sim, com certeza e como o relato da E6 ***“Sim,***

já indiquei e teve amigas que já vieram". Quando você passa a fazer algo que lhe faz bem, você quer que outras pessoas passem a fazer também para que elas possam experimentar esses sentimentos, e isso foi visto por cada aluna entrevistada, quando a resposta era sim, com certeza e claro!

De acordo com Silva (2018, p. 12) "A qualidade de vida está associada às condições que contribuem para o bem-estar físico e espiritual do ser humano e, neste contexto, as aulas de ballet clássico cooperam para o alcance da qualidade de vida."

Sobre o questionamento se elas já terem participado de alguma apresentação ou competição de Balé. Duas das treze entrevistadas, nunca se apresentaram ou participaram de alguma apresentação. Nenhuma das onze participaram de competição, mas já se apresentaram várias vezes em espetáculos feitos pela escola na cidade de Manaus.

Por mais que tenha se apresentado em um espetáculo feito pela escola a E2 diz o seguinte "**não viso o palco e sim as práticas e os benefícios dela**".

Quanto ao fato de se sentirem realizadas ou não com as aulas de balé, as respostas foram: sim, com certeza e muito, mas E4 diz:

"Realizada não, porque eu sempre queria melhorar, mas me sentia muito bem fazendo as aulas, ainda falta alguns checks no balé pra eu me sentir realizada" (E4, 2024, entrevista).

Ainda sobre essa temática, E9 relata:

"Sim, realizada e muito feliz. Na verdade, ainda não cheguei aonde eu quero chegar, mas só pelo fato de estar fazendo aula é uma grande realização" (E9, 2024, entrevista).

Essas são respostas em comum de alunas de escolas diferentes. E a verdade é que no balé, sempre teremos algo para melhorar, no tempo do nosso corpo. As aulas não lhe deixam no comodismo, sempre tem algo novo e diferente para se aprender. Mas só pelo fato de já estar fazendo aula, temos um ponto positivo. De acordo com Soares (2018, p. 15) "essa dança é para todos aquele que tem disposição e disponibilidade para a sua prática", pois é dessa maneira que realizar movimentos e passos no balé será possível.

Perguntamos a elas se diriam que suas aulas impactaram em suas vidas e na forma de pensar a execução de aulas de balé na fase adulta, e, as respostas de forma geral apresentam as aulas de forma positiva, tendo impacto significativo na vida das alunas e às ajudando não somente em aula, mas no cotidiano. Abaixo destacamos algumas reflexões sobre este questionamento:

“Na vida serviu pra tudo! Disciplina, aprendi a respeitar o professor, a conversar menos. Por exemplo, minha professora é mais nova que eu e eu a respeito” (E3, 2024, entrevista).

“Elas impactaram na saúde mental, autoestima, personalidade, disciplina, postura, a ser mais focada. Você se torna mais expressivo” (E5, 2024, entrevista).

“Me ajudou a ser uma pessoa mais determinada, às vezes a gente se limita muito, mas quando a gente começa na fase adulta é mais difícil, você já está mais dura, mas você tem que usar suas limitações para conseguir algo” (E9, 2024, entrevista).

“Disposição, meu corpo é mais leve, por trabalhar muito tempo sentada o corpo doía muito, então necessitava fazer uma atividade, então uni o útil ao agradável pela questão de dançar e movimentar o corpo” (E12, 2024, entrevista).

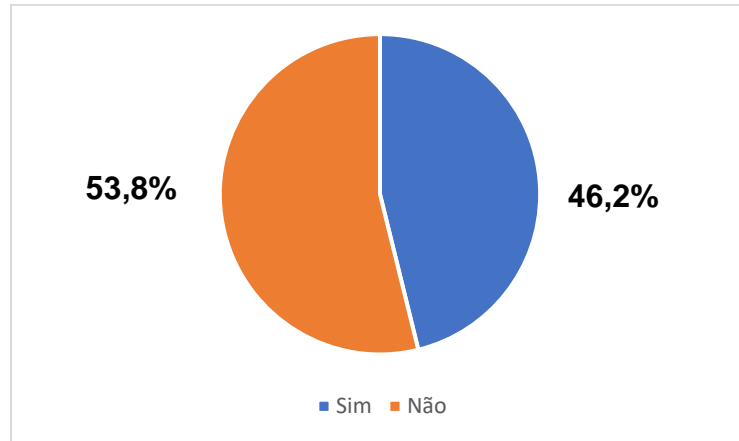
Durante as análises das entrevistas, podemos perceber que os benefícios vão além de questões somente físicas e sobre esta questão Silva (2018, p. 11) afirma que “Neste sentido, as aulas de ballet clássico são um ato benéfico ao bem-estar emocional do ser humano.”

Como em nossa revisão de literatura e em outras pesquisas observamos que existe a dificuldade de encontrar espaços com horários de balé clássico para adultos. As questionamos se tinha sido fácil ou difícil encontrar uma escola que elas se sentissem bem e que pudessem manter sua prática.

Para 6 entrevistadas, foi fácil por já conhecerem quem dava aulas. Outras por fazerem aulas no mesmo horário (na mesma escola) que suas filhas; pela escola ser

perto das suas casas e outras por indicações de terceiros. As demais tiveram alguns relatos diferentes e experiências outras sobre encontrar espaços e aulas para adultos. Abaixo segue gráfico com percentual das respostas e alguns comentários que demos destaque.

Tabela 4 – Facilidade de encontrar escolas com aulas de Balé para adultos



Fonte: arquivo pessoal, 2024.

“Foi difícil porque não é comum, as escolas não visam os pais, apenas os filhos, facilmente a gente encontra em escolas particulares, mas não é para todo mundo, somente para quem tem poder aquisitivo pra isso” (E2, 2024, entrevista).

“Eu entraria em qualquer uma, mas como em Manaus é bem caro pra fazer balé, essa é onde eu consegui me encaixar” (E8, 2024, entrevista).

“Foi difícil, eu sempre tive vontade de voltar, pelo fato de morar longe, mas quando surgiu a turma na escola (b), foi uma oportunidade de voltar”.
(E9, 2024, entrevista).

Através das entrevistas, pudemos conhecer outras trajetórias e experiências de cada aluna, mesmo as alunas sendo de escolas diferente pude perceber as suas experiências em comum com o balé. Para algumas foi fácil achar uma escola e para outras foi um processo mais difícil, por questões financeiras, já que na cidade de Manaus é caro pagar por aulas de balé. Mesmo não tendo realizado esse sonho na infância, muitas não deixaram essa vontade de tentar, já estando na fase adulta, apesar de algumas ouvirem preconceitos a seu respeito, não deixaram que isso às

afetasse.

Percebe-se nisso tudo, de forma similar, os benefícios citados por elas são o trabalho mental, físico, social, cultural. Conhecer outras pessoas e estar inserida em um grupo, conhecer uma nova cultura o que acarreta a busca pela história do balé e o querer ouvir músicas clássicas.

Algumas foram em busca do balé por estarem sedentárias e com as práticas das aulas perceberam o ganho de resistência e um corpo mais leve. Outros impactos sentidos pelas alunas foram a disciplina, mais disposição, postura e o bem-estar. Mas também as alunas relataram quais seus desafios em relação ao balé como no caso da E9 em que ela relata sobre precisar pegar dois ônibus para chegar até a escola, outras sobre o não conseguir realizar os passos, nomes dos passos e entre outros já mencionados.

Por fim, finalizamos essas reflexões reforçando a importância de coletar as informações de mulheres que viveram e vivem na pele questões que buscamos abordar nesta pesquisa, aprofundando pensamento sobre a importância e disseminação da prática do balé na fase adulta. Pois percebemos que a maioria se sente realizada fazendo suas aulas e destacam estar em escolas que as acolheram e respeitaram seus corpos não extrapolando seus limites.

CONSIDERAÇÕES

Essa busca se construiu na necessidade de identificar as nuances da prática do balé clássico por corpos adultos em Manaus. Atualmente, a cidade é palco dessas vivências através de escolas que oferecem o ensino dessa dança. Porém, é importante considerar que essas práticas foram iniciadas a poucos anos e tais fazeres ainda estão se integrando no cenário cultural da capital do Amazonas.

Os objetivos que fundamentaram essa investigação pretendiam ser pertinentes para o aprofundamento dos conhecimentos da Universidade do estado do Amazonas e da sociedade geral, em plena articulação com as minhas inquietações como pesquisadora desse trabalho e também como apreciadora do balé e sua relação com os diferentes cenários em que está envolvido.

Visando a busca por adulto que voltaram ou começaram na fase adulta, a maioria das mulheres entrevistada nunca tiveram contato com o balé clássico na fase adulta por diversos motivos sendo esses por ser um sonho de infância, sedentarismo, o interesse pela arte clássica, depressão, por influência da filha e levando como uma profissão para vida com graduação em dança, caso de uma das entrevistadas.

Os dados coletados na experiência de campo foram preciosos para o aprofundamento da temática, não só por seu caráter investigativo, mas também por sua relevância na mudança de paradigmas que precisam ser consolidados na história do balé, pois ao pensarmos corpos adultos, inevitavelmente nos deparamos com muitos estigmas de idade, gênero, raça e classe.

Sendo assim pude conhecer através dos relatos, as experiências vividas pelas alunas com o balé clássico na cidade de Manaus e como para muitas foi difícil achar uma escola onde se sentisse bem, pudessem pagar e fosse em uma localidade acessível de se conseguir chegar. Mesmo assim, algumas acabam indo muito longe das suas localidades, para ter um meio de acesso ao balé e não ficar sem as práticas.

Apesar das discussões acerca do balé adulto serem relativamente recente na história das pesquisas em dança, é possível conectar as experiências relatadas nas entrevistas com a literatura disposta, fazendo com que os diálogos acerca dessas vivências sejam ainda mais potentes e consistentes de um ponto de vista artístico e científico.

Podemos reconhecer que os benefícios e desafios da prática do balé clássico por pessoas adultas são aspectos fundamentais para a compreensão do

desenvolvimento da dança na cidade de Manaus. Esse entendimento faz com que estejamos abertos para outras investigações que precisam ser feitas não apenas para delimitar essas vivências na teoria, mas também para refletirmos as mudanças sociais que desejamos (e precisamos) na prática.

REFERÊNCIAS

ANUNCIACÃO, Gleidison Oliveira da. **Do corpo negro no balé clássico ou das histórias que não se contam.** – Salvador, 2021.

ARAÚJO, Lucas Henrique Lima de. **O homem na dança: entre a análise histórica e a análise dos princípios corporais do ballet clássico** - Rio Claro, 2017.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo.** São Paulo: Edições 70, 2011.

BONI, V.; QUARESMA, S. J. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. Em Tese: **Revista Eletrônica dos Pós-Graduandos em Sociologia Política da UFSC**, v. 2, n. 1 (3), p. 68-80, janeiro-julho, 2005.

BRUNO, Igor. **Concepções heteronormativas de gênero masculino e suas implicações nas aulas de dança.** Orientador, Vera Lúcia Amaral Torres, coorientador, Heloá Barros Cintra. Florianópolis, 2018.

CASSIANO, Janine Gomes; SERELLI, Larissa da Silva; CÂNDIDO, Simone Abrantes; TORQUETTI, Aline; FONSECA, Karina. **Dança sênior: um recurso na intervenção terapêutico-ocupacional junto a idosos hígidos.** Passo Fundo: RBCEH, 2009.

CHIZZOTTI, Antonio. **Pesquisa em ciências humanas e sociais.** 5ª Edição. São Paulo: Cortez, 2001.

FARENCENA, Eliana Zellmer Poerschke; JÚNIOR, Daniel Montelo; GROSS, Daniele Gonçalves Lisboa; RODRIGUES, Elizângela Sofia Ribeiro. **Dança de salão e sua contribuição para melhoria da saúde e qualidade de vida.** Monte Carlo :Revista Amazônia Science & Health, 2016.

FOSSÁ, M.I.T. **Proposição de um constructo para análise da cultura de devoção nas empresas familiares e visionárias.** Tese (Doutorado em Administração). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4ª Edição. São Paulo: Atlas, 2002.

GUIMARÃES, Bruno. **Concentração Cultural: Por Que Podemos Dizer que, no Brasil, o Investimento na Cultura Está Mais Concentrado que o PIB?.** v.25, n.2 (2020), Londrina: Revista de Ciências Sociais, 2020.

GUIMARÃES, Natália. **PROPOSTA DE ESPAÇO DE ENSINO E APOIO À DANÇA EM ARACAJU/SE.** Laranjeiras – Se: Universidade Federal de Sergipe, 2021.

JUNIOR, Henrique. **BAIRROS NEGROS UMA DISCUSSÃO NECESSÁRIA NO ENSINO DA SOCIOLOGIA NO ENSINO MÉDIO.** 7º ENCONTRO NACIONAL SOBRE O ENSINO DE SOCIOLOGIA NA EDUCAÇÃO BÁSICA, Pará, 2021.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica.** 5ª Edição. São Paulo: Atlas, 2003.

LIMA, Sephânia. **O corpo gordo que dança**: relato de experiência na graduação em licenciatura em dança da ufs. Aracaju, 2022.

Minayo, M. C. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciência & Saúde Coletiva** , 17(3), 621-626, 2012.

NOBRE, Chari Meleine Brevers Gonzalez. **Envelhecer dançando**: a subjetivação do direito ao próprio corpo. Orientador: Antonio Alberto Brunetta – Florianópolis, SC, 2018.

OLIVEIRA, Viviane Maria Moraes De; Lopes, Juliana Siqueira. **Motivação para a prática de balé clássico por mulheres adultas**. Recife – PE: Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14265>. >Acesso em: 22 ago. 2023.

PAVLOVA, Anna. **Dicionário de Ballet**. Rio de Janeiro – RJ: Editorial Nórdica Ltda, 2000.

RIBEIRO, Carolinne. **PADRÕES CORPORAIS DO BALÉ CLÁSSICO E O SEU IMPACTO EM BAILARINOS PROFISSIONAIS**. Goiás: Pontifícia Universidade Católica de Goiás, 2023

SILVA, Jose Eduardo Cezário da. **Ballet clássico: significados e vivências de pessoas adultas** / Jose Eduardo Cezário da Silva. - João Pessoa, 2018.

SILVA, Kérolen Parente Lima Da. **A prática do ballet clássico no ambiente escolar: influências na qualidade de vida para alunos da educação de jovens e adultos (eja)**. Manaus, 2022.

SOARES, Cleiciane. **Ballet clássico: benefícios e desafios para praticantes adultos**. Castanhal-PA, 2018.

SOUZA, Laura Beatriz de. **O imaginário da perfeição no Ballet Clássico e sua relação com os transtornos alimentares** / Laura Beatriz de Souza. - Natal, 2023.

SOUZA, Maria Thereza Oliveira; Capraro, André Mendes. **Formação em balé clássico no Brasil: percepções sobre as novas formas de ensino e o instável mercado para bailarinos a partir de um contexto específico**. Curitiba – PR: Motrivivência, 2022.

TEIXEIRA, Irenides; SCHULTZ, Verena; ODORIZZI, Ana Letícia; SILVA, Valdirene Cássia Da. **Dança e movimento: impactos psicológicos do ballet clássico em mulheres adultas**. Palmas – TO: Singular. Sociais e Humanidades, 2019.

ZAMBONI, Marcio. Marcadores Sociais da Diferença. Sociologia: grandes temas do conhecimento. **Especial Desigualdades**. São Paulo, v. 1, p. 14 - 18, 01 ago. 2014.

ANEXOS

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS
Criada pelo Decreto Estadual nº 21.963, de 27 de junho de 2001

Manaus, ----- de Janeiro de 2024

À Sra. _____
Gestora da Escola _____

CARTA DE APRESENTAÇÃO PARA CONCESSÃO DE PESQUISA

Prezado (a) Senhor (a):

Vimos por meio desta apresentar-lhe o(a) acadêmico(a) Rebeca Dos Santos Soeiro regularmente matriculada nesta Universidade, no curso de Dança.

Solicitamos a concessão para a realização da pesquisa de campo necessária para o desenvolvimento do Trabalho de Conclusão de Curso, intitulado: BALÉ CLASSICO E FASE ADULTA: experiência de vida na dança, sob orientação do(a) Prof(a) Dra. Raíssa Caroline Brito Costa.

A pesquisa tem o objetivo de analisar e discutir informações e relatos sobre o Balé clássico na fase adulta. Deste modo, O estudo vem possibilitar a ampliação de uma discussão sobre experiências e vivências de adultos que se dispuseram a romper com determinados padrões e preconceitos sociais e culturais que instauram o balé sendo uma técnica rígida que necessita ser aprendida desde a infância, mostrando que é possível a prática na idade adulta e que embora existam muitos desafios, é possível o ganho de muitas capacidades que extrapolam o físico do corpo.

Raíssa Caroline Brito Costa
Orientadora da pesquisa
Tel: (92) 994389562

Rebeca Soeiro
Pesquisador(a)
Tel: (92) 993786535

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
BASEADO NAS DIRETRIZES CONTIDAS NA RESOLUÇÃO CNS Nº466/2012**

Prezado (a) Senhor (a)

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa, “**BALÉ CLÁSSICO NA FASE ADULTA: EXPERIÊNCIAS DE VIDA NA DANÇA**”, que está sendo desenvolvida por **Rebeca dos Santos Soeiro**, aluna do curso de Dança da Universidade do Estado do Amazonas – UEA, telefone: 92 99378-6535, e-mail: rss.dan18@uea.edu.br, sob a orientação do(a) Prof(a). Dra. Raíssa Caroline Brito Costa, telefone: 92 98152-7565, e-mail: rccosta@uea.edu.br.

Objetivo do estudo: O objetivo geral do estudo é analisar experiências de vida na prática do balé clássico de adultos na cidade de Manaus com idade de 20 a 50. Tendo como específicos: Investigar adultos que iniciaram a prática do balé na fase adulta; Conhecer experiências e trajetórias de adultos na prática do balé clássico e Discutir os possíveis benefícios e desafios da prática do balé na fase adulta.

Justificativa: O estudo vem possibilitar ampliar uma discussão sobre experiências e vivências de adultos que se dispuseram a romper com determinados padrões e preconceitos sociais e culturais que instauram o balé sendo uma técnica rígida que necessita ser aprendida desde a infância, mostrando que é possível a prática na idade adulta e que embora existam muitos desafios, é possível a prática e o ganho de muitas capacidades que extrapolam o físico do corpo.

Benefícios: Primeiramente busca-se possibilitar reflexões para os sujeitos da pesquisa, ampliando discussões sobre a prática na vida adulta destacando potencialidades e fragilidades percebidas durante as trajetórias de vida com o Balé. E conseqüentemente, propiciar a ampliação de pesquisas e conclusões acerca da quebra de paradigmas e estigmas do balé na fase adulta tanto para praticantes quanto para professores.

Riscos: A Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, em suas diretrizes e normas para pesquisa com seres humanos indica que toda pesquisa com seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados. Na presente pesquisa, por conta de algumas perguntas estarem associadas a preconceitos talvez possam existir algumas situações de desconforto psicológico ou emocional. Para minimizar tal situação, as pesquisadoras tomarão cuidados de não aprofundar temáticas que tragam memórias disparados de possíveis desconforto, além da disponibilização um acompanhamento e uma psicóloga, caso seja necessário.

Procedimentos: Sua participação nesta pesquisa consistirá na participação de uma entrevista semiestrutura, que apresenta um roteiro prévio com 11 questões relacionadas as suas experiências com o balé clássico. Estas perguntas disparadoras podem impulsionar o pesquisador a realizar outras para aprofundar temáticas importantes para a ampliação de assuntos que venham a surgir durante a entrevista.

Acompanhamento e Assistência: Você terá assistência integral gratuita devido a danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da participação no estudo ao participante, pelo tempo que for necessário (Itens II.3.1 e II.3.2, da Resolução CNS nº. 466 de 2012). Inclusive, considerando benefícios e acompanhamentos posteriores ao encerramento e/ ou a interrupção da pesquisa. Após consentir sua participação, o (a) Sr. (a) tem plena liberdade de

recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma, independente do motivo.

Sigilo: Os pesquisadores tratarão a sua identidade com padrões profissionais de sigilo, atendendo a Resolução Nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, utilizando as informações somente para os fins acadêmicos e científicos. O acesso e a análise dos dados coletados se farão apenas pelo (a) pesquisador (a) e/ou orientador (a). Você não será identificado em nenhum momento, mesmo quando os resultados desta pesquisa forem divulgados em qualquer forma. Os resultados gerais obtidos nesta pesquisa serão utilizados apenas para alcançar os objetivos propostos. Ressaltamos que pretendemos elaborar publicações sobre os resultados alcançados na pesquisa para serem apresentadas e discutidas em eventos científicos locais, regionais, nacionais e internacionais.

Indenização e ressarcimento: É garantida indenização em casos de danos, comprovadamente, decorrentes da sua participação na pesquisa, por meio de decisão judicial ou extrajudicial. Não há qualquer valor econômico, a receber ou a pagar, pela sua participação. No entanto, caso haja qualquer despesa decorrente da sua participação na pesquisa, haverá ressarcimento.

Em caso de dúvida: Em caso de dúvida quanto à condução ética do estudo ou qualquer outra informação, o (a) Sr (a) poderá entrar em contato com a pesquisadora Rebeca Dos Santos Soeiro, no endereço rua 10 bairro União da Vitória e pelo telefone (92)993786535, ou poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/UEA, que fica localizado na Universidade do Estado do Amazonas à Av. Carvalho Leal, 1777 - Escola de Ciências da Saúde, 3º andar, Cachoeirinha – CEP 69065-001, Manaus-AM. Telefone: 3878-4368 e e-mail: **cep.uea@gmail.com**. O Comitê de Ética é a instância que tem por objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e contribuir para o desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Ciência e de acordo do participante (sujeito da pesquisa):

Ciente e de acordo com o que foi anteriormente exposto pelo(a) pesquisador(a), eu _____, RG: _____, aceito participar desta pesquisa, assinando este consentimento **em duas vias** originais de mesmo teor, sendo que uma será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida a mim. Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um bom período, e após esse tempo serão destruídos.

Manaus, ____/____/____

Assinatura do sujeito da pesquisa

Ciência e de acordo do pesquisador responsável:

Asseguro ter cumprido as exigências da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e complementares na elaboração do protocolo e na obtenção deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Asseguro, também, ter explicado e fornecido uma cópia deste documento ao participante. Informo que o estudo foi aprovado pelo CEP perante o qual o projeto foi apresentado. Comprometo-me a utilizar o material e os dados obtidos nesta pesquisa

exclusivamente para as finalidades previstas neste documento ou conforme o consentimento dado pelo participante.

Declaro que assinei 2 vias deste termo, ficando com 1 via em meu poder.

Assinatura do responsável pelo projeto

APÊNDICE

APÊNDICE A
ROTEIRO DE ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

1. Você já teve contato com o balé clássico na infância? Se sim, a partir de que idade e durante quanto tempo?
2. Com quantos anos na fase adulta você voltou ou começou a praticar balé clássico?
3. Há quanto tempo você faz aulas de Balé? Com que frequência semanal?
4. Por que você escolheu o Balé?
5. Você enfrentou algum preconceito? Seja familiar, no trabalho ou no próprio local que iniciou ou retomou a prática do Balé na fase adulta?
6. Você precisou por algum motivo parar de praticar às aulas de balé clássico?
7. Você conhece outros adultos que fazem Balé?
8. Quais os benefícios que você gostaria de destacar da sua prática do Balé?
9. Quais os momentos mais difíceis que você pode destacar?
10. Você indicaria para alguma pessoa a prática? Se sim, por quê?
11. Você já participou de alguma apresentação ou competição de Balé?
12. Você se sente realizada(o) fazendo as aulas de Balé?
13. Como você diria que suas aulas impactaram na sua vida e na sua forma de pensar a execução de aulas de balé na fase adulta?
14. Para você, foi fácil ou difícil de achar uma escola de balé em que você se sentisse bem?