

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA  
CAMPUS GOVERNADOR VALADARES  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA VIDA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Letícia Rodrigues Santos**

**Dança Circular e envelhecimento ativo no discurso do *ChatGPT***

**Governador Valadares  
2026**

**Letícia Rodrigues Santos**

**Dança Circular e envelhecimento ativo no discurso do *ChatGPT***

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora - Campus Avançado Governador Valadares, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientadora: Dra. Raquel de Magalhães Borges  
Co-orientador: Dr. Rubian Diego Andrade

Governador Valadares  
2026

Ficha catalográfica elaborada através do programa de geração  
automática da Biblioteca Universitária da UFJF,  
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Santos, Letícia Rodrigues .  
Dança Circular e envelhecimento ativo no discurso do ChatGPT /  
Letícia Rodrigues Santos. -- 2026.  
24 f.

Orientadora: Raquel de Magalhães Borges  
Coorientador: Rubian Diego Andrade  
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Universidade  
Federal de Juiz de Fora, Campus Avançado de Governador  
Valadares, Instituto de Ciências da Vida - ICV, 2026.

1. Dança Circular. 2. Envelhecimento. 3. ChatGPT. I. Borges,  
Raquel de Magalhães , orient. II. Andrade, Rubian Diego, coorient. III.  
Título.

**Leticia Rodrigues Santos**

**Dança Circular e o envelhecimento ativo no discurso do ChatGPT**

Monografia apresentada ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora / Campus Governador Valadares como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Aprovada em 16 de janeiro de 2026.

**BANCA EXAMINADORA**

**Dra. Raquel de Magalhães Borges - Orientador**  
Universidade Federal de Juiz de Fora

**Dr. Cristiano Diniz da Silva**  
Universidade Federal de Juiz de Fora

**Mestranda Karoliny Muniz de Sousa Severino**  
Universidade Federal de Juiz de Fora

Juiz de Fora, 15/01/2026.



Documento assinado eletronicamente por **Raquel de Magalhaes Borges, Professor(a)**, em 16/01/2026, às 12:24, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Karoliny Muniz de Sousa Severino, Usuário Externo**, em 16/01/2026, às 13:00, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Cristiano Diniz da Silva, Professor(a)**, em 16/01/2026, às 16:21, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no Portal do SEI-Ufjf ([www2.ufjf.br/SEI](http://www2.ufjf.br/SEI)) através do ícone Conferência de Documentos, informando o código verificador **2826830** e o código CRC **9DD47A60**.

## **RESUMO**

Esta pesquisa teve por objetivo conhecer e analisar as informações sobre a dança e o envelhecimento ativo disponibilizadas pelo *ChatGPT*. Trata-se de uma pesquisa qualitativa caracterizada por uma netnografia, em que foi adotada a técnica de Análise de Conteúdo Multimodal. Os resultados da pesquisa revelaram que, por meio do *ChatGPT* é possível termos informações qualificadas sobre a temática tratada, embora alguns conhecimentos importantes não tenham sido abordados ou tenham abordagem superficial. Como resultados relevantes, elenca-se: A caracterização da dança circular como prática coletiva e multicultural vinculada ao envelhecimento ativo, a identificação de benefícios físicos, psicológicos e sociais para a população idosa, sobretudo a melhora do equilíbrio e da coordenação, a redução da ansiedade e do estresse, o fortalecimento da autoestima e a ampliação dos vínculos sociais; e a identificação de estratégias que favorecem a adesão, bem como de barreiras que dificultam a participação dos idosos. Porém, a ausência de algumas informações relevantes chama a atenção para o cuidado no uso desse recurso, sendo válida a conferência de cada resposta com a produção científica. Conclui-se que, a pesquisa netnográfica demanda melhor conhecimento sobre o funcionamento da inteligência artificial utilizada e, consequentemente, uma sistematização que assegure o não enviesamento da pesquisa. Também é possível concluir que as informações obtidas demandam conferência e aprofundamento com a literatura científica.

**Palavras-chave:** Dança Circular; Envelhecimento; ChatGPT.

## **ABSTRACT**

This research aimed to understand and analyze the information regarding dance and active aging provided by ChatGPT. It is a qualitative study characterized as a netnography, employing the Multimodal Content Analysis technique. The results revealed that, through ChatGPT, it is possible to obtain qualified information on the subject, although some important knowledge was either not addressed or covered superficially. Relevant findings include: the characterization of circle dance as a collective and multicultural practice linked to active aging; the identification of physical, psychological, and social benefits for the elderly population—notably improvements in balance and coordination, reduction of anxiety and stress, strengthening of self-esteem, and expansion of social bonds; and the identification of strategies that encourage adherence, as well as barriers that hinder the participation of older adults. However, the absence of some relevant information highlights the need for caution when using this resource, emphasizing the importance of verifying each response against scientific literature. It is concluded that netnographic research demands a better understanding of how the utilized artificial intelligence functions and, consequently, a systematization that ensures research unbiasedness. It is also concluded that the information obtained requires verification and further study through scientific literature.

**Keywords:** Circular Dance; Aging; ChatGPT.

## **LISTA DE QUADROS**

Quadro 1: Categorias do roteiro de coleta de dados-----11

## **SUMÁRIO**

<b>1.</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>6</b>
<b>2.</b>	<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>9</b>
2.1	Objetivo Geral .....	9
2.2	Objetivos Específicos .....	9
<b>3.</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>10</b>
<b>4.</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>5.</b>	<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>19</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Como manifestação artística inerente ao ser humano, a dança representa uma linguagem universal, alicerçada no impulso inato de expressão e movimento corporal. A dança é socialmente valorizada pelos ganhos físicos, cognitivos, intelectuais, artísticos e sociais, por se configurar como uma prática sensorial ritmada e integrada, capaz de mobilizar simultaneamente aspectos corporais, cognitivos e sociais.

A dança acompanha o ser humano em todas as fases da vida, despertando emoções positivas e promovendo uma marcante sensação de bem-estar. Estudos indicam que essa prática beneficia a auto expressão, a comunicação interpessoal, o impulso interno, consciência do prazer, a espiritualidade e conexão com a cultura. Além disso, favorece processos de renovação e revitalização social (Robatto, 1994; Alpert *et al.*, 2009).

Uma dessas expressões é a Dança Circular. De raízes ancestrais, a dança circular acontece em grupos e em rodas, combinando cantos com movimentos de mãos e braços. Inspirada por culturas tradicionais de diferentes partes do mundo, teve seus elementos reunidos e sistematizados pela primeira vez por Bernhard Wosien (Wosien, 1976).

Na perspectiva de Almeida (2005), a dança circular possibilita que cada movimento seja interpretado como expressão de sentido, estimulando aspectos emocionais e a valorização das vivências subjetivas. Em 2017, por meio da Portaria nº 849/2017, as danças circulares foram incorporadas ao rol de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) do Sistema Único de Saúde (SUS), passando a integrar a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e ser reconhecida em suas potencialidades (BRASIL, 2017). Apresenta-se na qualidade de prática corporal, convivência prazerosa e motivadora, susceptível de execução em grupo ou individualmente, desafiando a regulação motora por intermédio das coreografias rítmicas e auxiliando na prevenção da fragilidade e conservação da estabilidade nas pessoas idosas (Nóbrega *et al.*, 1999; Alpert *et al.*, 2009).

Esse elo entre dança e envelhecimento evidencia-se pela capacidade dessa prática de aprimorar a coordenação motora, a agilidade, o ritmo e a percepção corporal, além de fortalecer a autoestima e atenuar a introversão, favorecendo novos vínculos sociais, melhora no equilíbrio estrutural e auxílio na prevenção e no manejo

de diversas condições clínicas. Nesse contexto, observa-se um crescente interesse, sobretudo por parte dos idosos, pela atividade dancística, o que se deve não apenas aos seus efeitos terapêuticos, mas também aos benefícios relacionados ao ganho de força, propriocepção e lateralidade (Brasileiro, 2008; Rizzolli; Surd, 2010; Gobbo; Carvalho; Silva, 2005; Santos *et al.*, 2007).

A dança estimula o convívio social entre idosos, promovendo, em consequência, um impulso motivacional que melhora sua vitalidade cotidiana. Indivíduos idosos engajados nessa atividade demonstram maior satisfação e energia, atributos diretamente relacionados ao fortalecimento do seu bem-estar (Souza; Metzner, 2013).

Entre as mulheres, a dança destaca-se como instrumento poderoso de apoio emocional e psicológico, criando oportunidades para expressão pessoal, convívio social e reforço da autoestima. Dessa maneira, ela vai além da atividade física, tornando-se um valioso aliado na promoção da saúde mental e do bem-estar emocional (Oliveira *et al.*, 2020).

Nesse sentido, Faustino e Neves (2020) ressaltam como o compromisso regular de exercícios físicos em pessoas idosas traz benefícios ao sistema cardiovascular, ao fortalecimento muscular, ao controle do peso corporal e à prevenção de diversas doenças. O ato de dançar tem a capacidade de oferecer diversos ganhos no âmbito da saúde e melhora na vitalidade cotidiana, reduzindo os efeitos prejudiciais causados no envelhecimento. Contribui para o desenvolvimento e aprimoramento de novas habilidades motoras e coordenativas (Coelho; Quadros-Junior; Gobbi, 2008), conta com grande adesão entre pessoas idosas (Leal; Haas, 2006). Tais benefícios da dança são adquiridos a partir das vivências técnicas e expressivas. Como linguagem artística, a dança possui múltiplas formas de ser apropriada e não está reduzida aos objetivos de ganhos dos aspectos físico-motores, se diferenciando de outras práticas como as ginásticas de condicionamento físico.

A consciência a respeito da dança como prática corporal e linguagem artística, direciona a formação de professores de dança, as metodologias de aula e o desenvolvimento de vivências adaptadas a cada fase da vida. Para tanto, a aplicação da dança exige um vasto conhecimento sobre o corpo em movimento e no espaço, a preparação corporal, a qualidade expressiva dos movimentos, as noções de ritmo,

movimento e musicalidade, e os processos criativos (Nassur, 2012; Chaves, Côrtes, 2016).

Em tempos de longevidade, com o aumento da expectativa de vida e do envelhecimento populacional, é esperado que a dança, e demais atividades artísticas e corporais, se manifestem não somente como uma tendência, mas como uma necessidade ao envelhecimento ativo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o envelhecimento é uma conquista notável; simultaneamente, é também um desafio que a sociedade deve enfrentar (OMS, 2005). Nesse sentido, informações que relacionam a dança com o envelhecimento circulam na literatura científica bem como em meios de comunicação e mídias mais populares. Ferramentas de Inteligência Artificial (IA), como os *chatbots*, por exemplo o *ChatGPT (Generative Pre-Treined Transformer)*, promovem a interação das pessoas em busca de conteúdos diversos, e porque não, em busca de informações sobre a dança e o envelhecimento?

Conforme relata Sparrow (2022), o *ChatGPT* foi desenvolvido a partir da técnica de treinamento de linguagem denominada *Reinforcement Learning from Human Feedback* (Aprendizagem por Reforço com Feedback Humano). Tal como apontam Rudolph, Tan e Tan (2023), esse recurso configura-se como um avançado modelo de linguagem, concebido para gerar textos e proporcionar ao usuário uma interação que se apresenta de forma natural e intuitiva.

Velásquez (2023) observa que, apesar de o *ChatGPT* representar um avanço tecnológico com potencial para acelerar a busca por informações, ainda é necessário refletir sobre as críticas existentes, especialmente no que diz respeito à confiabilidade dos dados, à privacidade e à veracidade das respostas fornecidas.

Dante da popularização do *ChatGPT* como ferramenta de busca de conteúdo, da valorização da dança circular por meio de uma política pública de cuidados, e do avanço da longevidade, torna-se fundamental conhecer o que esse recurso disponibiliza a respeito da dança e do envelhecimento ativo, de modo a verificar se essas informações dialogam com o que vem sendo produzido pela literatura científica.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Conhecer e analisar as informações sobre a dança e o envelhecimento ativo disponibilizadas pelo ChatGPT.

### **2.2 Objetivos Específicos**

- a) Analisar a coerência do discurso do ChatGPT a partir de consultas/interações com diferentes pesquisadores;
- b) Verificar a convergência entre as informações disponibilizadas pelo ChatGPT e aquelas apresentadas na literatura científica sobre dança e envelhecimento.

### 3. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, exploratório, com abordagem qualitativa. Nessa perspectiva, a pesquisa qualitativa agrega valor ao capturar descrições contextuais e temas próprios de um determinado local, focalizando as particularidades em vez de buscar generalizações (Greene; Caracelli, 1997).

Segundo Gil (2008) a pesquisa exploratória busca aproximar o pesquisador de um tema pouco investigado, possibilitando a identificação de questões iniciais; por isso, trata-se de uma investigação de caráter específico. Assim, esta pesquisa busca conhecer e comparar as informações disponíveis sobre dança e envelhecimento ativo, conforme disponíveis no *ChatGPT* e literatura científica.

Para tanto, foi realizada uma revisão de literatura, pois a parte teórica de um projeto consiste no conjunto de fundamentos, interpretações, noções e categorias que, quando integrados, estruturam um sistema explicativo analítico, reflexivo e coerente, capaz de sustentar a compreensão aprofundada dos fenômenos investigados e orientar todo o processo de pesquisa qualitativa (Minayo, 2006; Severino, 2002). A revisão ocorreu através das bases científicas, como: SciELO, PubMed e Periódicos CAPES.

Com relação à coleta de dados, a primeira etapa ocorreu por meio da definição de questões (roteiro de perguntas, chamados de *prompts*) relacionadas à dança circular e ao envelhecimento ativo a serem perguntadas ao *ChatGPT*. Posteriormente, a coleta foi realizada em página anônima, sem *login* ou identificação, utilizando a versão gratuita do *ChatGPT* 5 (atual), por meio do navegador Google Chrome, em janela de navegação anônima. As consultas foram feitas de forma independente por três pesquisadores, entre os dias 19 e 22 de agosto de 2025. Cada interação foi iniciada com a instrução “Por favor, responda as questões abaixo”, as perguntas foram organizadas por três categorias (Categoria 1: Conceito; Categoria 2: Promoção do envelhecimento ativo por meio da dança circular; Categoria 3: Dança Circular e expressividade no envelhecimento).

A cada bloco de respostas, o conteúdo gerado foi copiado e colado em um documento *Word* para registro, incluído numa pasta do *Google Drive* gerida pela autora.

O conjunto de procedimentos adotados, caracteriza-se por uma netnografia, um método qualitativo voltado a captar sentidos culturais em ambientes digitais por meio de imersão investigativa: coleta sistemática de vestígios *online*, observação prolongada e uso de técnicas que provocam respostas. Apoia-se em uma diretriz, mas admite adaptações práticas, valorizando o engajamento reflexivo do pesquisador, as questões éticas e a interpretação dos dados (Kozinets; Gretzel, 2022).

Nesse sentido, foi realizada uma etapa específica de análise no ambiente digital, voltada a ampliar a compreensão dos materiais obtidos, denominada Análise Multimodal, que analisa as declarações coletadas na investigação e elabora concepções interpretativas sobre o objeto de estudo (Bateman, 2008).

Para Leeuwen (2022), a interpretação e a análise exigem atenção a três princípios fundamentais: o potencial de significado associado à experiência, a proveniência das informações e a adequada contextualização desses elementos. Considerando as categorias elencadas para consulta, procedeu-se à organização das unidades de significado e diálogo dos resultados encontrados com a literatura.

Os resultados obtidos, dentro das categorias investigadas, foram organizados em três eixos temáticos que orientaram a busca por informações no *ChatGPT*, conforme apresentado no Quadro 1:

Quadro 1: Categorias do roteiro de coleta de dados

<b>CATEGORIA 1 - Conceito</b>
1.1 O que é a dança circular?
1.2 O que é o envelhecimento ativo?
<b>CATEGORIA 2 – Promoção do envelhecimento ativo por meio da dança circular</b>
2.1 Quais os benefícios bio-psico-sociais da dança circular no envelhecimento ativo?
2.2 Quais as estratégias motivacionais para que os idosos sejam adeptos da dança circular?
2.3 Quais as barreiras sociais e psicológicas para que os idosos participem da dança circular?
<b>CATEGORIA 3 – Dança Circular e expressividade no envelhecimento</b>
3.1 Como a dança circular estimula a criatividade e a expressão corporal dos idosos?

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No que se refere à Categoria 1.1 (o que é a dança circular?) Os resultados evidenciaram informações relacionadas à origem, às características, aos objetivos e aos benefícios dessa prática. Observou-se que, em 100% das buscas realizadas pelos três pesquisadores, a dança circular foi descrita como uma prática coletiva inspirada em danças tradicionais de diferentes culturas, com caráter multicultural. Apenas em uma das buscas a dança circular foi apresentada como uma modalidade de dança propriamente dita. Essa diferenciação é relevante para o discernimento entre a dança circular enquanto manifestação folclórica ou vinculada a tradições específicas, e a dança circular enquanto modalidade contemporânea, surgida na década de 1970, coreografada por focalizadores para atender grupos diversos. Ostetto (2014) esclarece sobre as origens da dança em roda nos primórdios da humanidade e nas mais diversas tradições. A autora conta que o bailarino e coreógrafo Bernhard Wosien, a partir de suas pesquisas das danças tradicionais, introduziu a dança em roda na Comunidade de Findhorn (Escócia) na década de 1970, conferindo o nome de Danças Circulares Sagradas. Essas danças, coreografadas pela inspiração nas danças tradicionais e envolvendo suas simbologias, configurar-se numa modalidade de dança, propagada no Brasil como Dança Circular. Assim, embora refiram-se ao espírito tradicional da dança em roda, ganharam outros contornos e rituais para sua realização, seu ensino e aprendizagem.

Com relação à Categoria 1.2 (O que é o envelhecimento ativo?), em todas as buscas, foi apresentada a compreensão da velhice como um processo de oportunidade para novas experiências, que se relaciona com fatores como: cuidados com a saúde, a participação social e a segurança. Ainda foi citado, em uma consulta, que o envelhecimento ativo requer práticas de ações e comportamentos promotores da vida saudável e produtiva na velhice. Essa noção de práticas amplia o caráter conceitual para a experiência cotidiana, em que as ações garantem o envelhecer ativo. Por exemplo, em um dos textos coletados, é afirmado que o envelhecimento “envolve também a autonomia, a independência, a participação na comunidade e o acesso a cuidados adequados”. Kalache e Kickbusch (1997) indicam que o envelhecimento não se limita a um único aspecto, mas é influenciado por diversos fatores que interferem na forma como as pessoas e os grupos populacionais

vivenciam esse processo ao longo da vida. Desse modo, fica claro que se trata de um processo que envolve as ações individuais e as oportunidades de acesso garantidas pelo Estado.

Seguindo para a segunda Categoria - Promoção do envelhecimento ativo por meio da dança circular, em específico à Categoria 2.1 (Quais os benefícios bio-psico-sociais da dança circular no envelhecimento ativo?), os benefícios biológicos apresentados compreendem em todas as consultas, os seguintes fatores: melhoria do equilíbrio e coordenação motora, aumento da flexibilidade, força muscular e resistência, estímulo ao sistema cardiovascular e respiratório. Em uma das buscas, foi citado ainda o auxílio no controle de doenças crônicas como hipertensão e diabetes, a melhora da postura, a redução da rigidez muscular e das dores articulares, e o estímulo à consciência corporal. Tais fatores, comumente associados à prática de exercícios físicos, são pouco pesquisados com relação à prática da dança circular, especialmente com pessoas idosas. A prática tende a ter intensidade leve a moderada, sendo em sua essência, uma prática inclusiva e adaptada a diferentes corpos. Nesse contexto, Wachekowski *et al.* (2021) e Junior *et al.* (2014) defendem que a dança circular contribui para intervenções no cuidado, ao fortalecer práticas mais humanizadas e favorecer a conexão entre dimensões físicas e mentais, além de estimular estados de atenção, relaxamento e reconhecimento do próprio corpo.

Em uma pesquisa referente a produção do conhecimento sobre a dança circular na interface com a saúde, as autoras destacaram a incipienteza de estudos e a preferência por investigações, mesmo em programas de pós-graduação na área da saúde, de abordagens qualitativas. Notou-se, em investigações quantitativas, as limitações das pesquisas, que ainda não apresentam dados contundentes sobre os benefícios físicos da prática da dança circular (Silva, Borges, Silva, 2021).

Os benefícios psicológicos apresentados compreendem em todas as buscas, os seguintes fatores: Redução da ansiedade, estresse e sintomas depressivos, estímulo à memória, concentração e cognição, melhora da autoestima e da autoconfiança, sensação de prazer, bem-estar. Em duas respostas, foi citado o sentimento de pertencimento como parte dos benefícios psicológicos. Essa indicação amplia a compreensão da prática, mostrando que a dança circular não atua apenas no bem-estar individual, mas também nas relações estabelecidas no grupo. O pertencimento fortalece a autoestima e a motivação para permanecer na atividade.

Desse modo, fica claro que os efeitos psicológicos envolvem tanto as emoções pessoais quanto a integração no coletivo. Segundo a Portaria nº 849/2017 do Ministério da Saúde, que inclui a dança circular na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, a prática é reconhecida como promotora de bem-estar, o que reforça os achados sobre redução da ansiedade e do estresse. Portanto, o acolhimento e o vínculo construídos coletivamente expressam, em concordância com Kaes (2005), a função estruturante dos laços grupais, favorecendo o suporte emocional e o fortalecimento do sentimento de pertencimento.

Continuando a análise, os benefícios sociais apresentaram informações relacionadas à integração social e à construção de vínculos afetivos. Na totalidade das buscas, a dança circular foi descrita como favorecedora desses processos, destacando seu papel no fortalecimento das relações entre os participantes. Nas duas respostas, surgiram também referências ao estímulo ao trabalho em grupo, à cooperação, à empatia e à promoção de interações intergeracionais. Esses resultados são relevantes pois mostram que a integração social e os vínculos afetivos contribuem para a redução do isolamento social, comum na terceira idade. Além disso, quando esses vínculos se estabelecem, há um fortalecimento do sentido de comunidade e identidade, consequência direta das interações que acontecem no coletivo. Desse modo, fica evidente que os benefícios sociais da dança circular envolvem tanto a aproximação entre os participantes quanto o desenvolvimento de práticas colaborativas e relações significativas. Para Wosien (2000), a dança funciona como um caminho tanto para o autoconhecimento quanto para o encontro com o coletivo, pois cada pessoa, ao dançar, manifesta no grupo sua forma singular de expressão.

Com relação à Categoria 2.2 (Quais as estratégias motivacionais para que os idosos sejam adeptos da dança circular?), em todas as buscas, foi destacada a importância de um ambiente acolhedor e inclusivo formando grupos interativos, adaptações nos movimentos e músicas envolventes. Em duas respostas, apareceram o incentivo ao companheirismo, o reconhecimento do progresso das habilidades necessárias para a dança, a promoção dos benefícios e o incentivo por meio de grupos de convivência. Já em uma busca, foi citado oferecer diversidade nas atividades, parcerias com instituições, testemunhos de outros idosos, realização de

eventos e apresentações para valorizar a participação dos idosos, e envolvimento de familiares e profissionais de saúde como agentes de motivação e apoio.

Esses resultados indicam que as estratégias motivacionais combinam um ambiente acolhedor e atividades adaptadas com ações que valorizam o envolvimento do idoso, como incentivo, reconhecimento e apoio. Tudo isso contribui para que eles se sintam mais confiantes e tenham mais participação. Segundo Costa e Cox (2018), a participação em grupos favorece o fortalecimento de relações e o sentimento de fazer parte de um coletivo, elemento que atua como importante incentivo para que os participantes continuem presentes nas rodas de dança.

Quanto à Categoria 2.3 (Quais as barreiras sociais e psicológicas para que os idosos participem da dança circular?), os resultados mostraram que, todas as buscas, mostram a falta de acesso, o preconceito etário, a baixa autoestima ou a insegurança corporal. Nas duas procuras, surgiram, ausência de apoio familiar ou institucional, isolamento social, vergonha ou timidez, desmotivação decorrente de depressão, luto ou isolamento, resistência a novas experiências. E em uma resposta, foi citada pouca divulgação, crenças limitantes, preocupações com a saúde. Esses resultados mostram que as barreiras não se limitam às questões práticas, como o acesso e a divulgação, mas também envolvem aspectos emocionais e sociais que afetam diretamente a disposição do idoso em participar. Fica evidente que elementos como insegurança, falta de apoio e isolamento acabam dificultando o engajamento, tornando a participação na dança circular um desafio que ultrapassa o ambiente da atividade e alcança a realidade cotidiana de cada idoso. A solidão é uma experiência humana caracterizada pela percepção de desconexão com os outros (Fernandes; Luft; Guimarães, 2000).

Seguindo para terceira Categoria - Dança Circular e expressividade no envelhecimento em específico à Categoria 3.1 (Como a dança circular estimula a criatividade e a expressão corporal dos idosos?), os resultados evidenciaram que, em totalidade das buscas, a dança circular foi descrita como uma prática rica em estímulos simbólicos, musicais e corporais, além de sensoriais, emocionais e motores. Também foi indicada como um ambiente ideal para que os idosos explorem e desenvolvam sua expressão, reconectar-se com a espontaneidade, expressar emoções, movimentos variados e simbólicos, estimula o contato com culturas diferentes, exploração de ritmos e dinâmicas, espaço seguro para improvisação ,

criação coletiva, fortalece a linguagem não verbal/expressão relacional, reconhecer e valorizar seu corpo, permite a manifestação de emoções por meio da movimentação, criatividade de maneira colaborativa. Essa diferenciação é importante porque mostra que a dança circular, ao reunir esses estímulos cria condições que favorecem a expressão criativa e a reconexão com o corpo. Aspectos descritos acima como a liberação de tensões, a melhora da saúde emocional e da autoestima, a consciência postural, a presença no momento e o resgate de memórias reforçam que a prática amplia tanto a expressividade quanto o bem-estar dos idosos. De acordo com Bonetti (1998), as ações corporais da dança circular expressam significados e formas de criação que dialogam com experiências culturais e com a trajetória humana ao longo das gerações.

Vale ressaltar que produções metodologicamente semelhantes também apontam limitações conceituais e baixo nível de aprofundamento teórico, o que faz com que a ferramenta seja utilizada, em muitos casos, apenas como apoio inicial para obtenção de informações gerais. Além disso, o próprio ChatGPT reconhece restrições em suas respostas, ao indicar que os conteúdos gerados podem apresentar simplificações excessivas ou inconsistências, exigindo, portanto, uma leitura cautelosa e a relativização das informações fornecidas (ChatGPT, 2023).

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa buscou entrelaçar três contextos contemporâneos: o reconhecimento da dança circular como PICs; a longevidade e o uso da Inteligência Artificial, especialmente a disseminação do *ChatGPT* para diferentes tipos de consultas. A metodologia utilizada permitiu alcançar os objetivos, permitindo ainda, a identificação de aspectos que remetem à técnica de estudo utilizada e à natureza e consistência dos conteúdos disponibilizados pelo *ChatGPT*.

Quanto à coleta de dados no *ChatGPT*, embora tenha sido feita em diferentes contextos (uso de três computadores diferentes, em momentos distintos dentro de um mesmo recorte temporal), observou-se que determinadas informações foram disponibilizadas para um pesquisador, mas não a outros. Da mesma maneira, ao analisar a profundidade das respostas, constatou-se que, para as mesmas perguntas algumas respostas foram superficiais para um pesquisador e mais aprofundadas para outro, o que revela que, de algum modo a Inteligência Artificial opera de modo diferente para pesquisadores diferentes.

Nesse sentido, cabe sinalizar que a pesquisa netnográfica encontra desafios e limitações que carecem maiores estudos, sendo interessante uma sistematização que assegure o não-enviesamento para determinados perfis de pessoas que utilizam a plataforma.

Com relação ao conteúdo em si, observou-se que o *ChatGPT* traz resultados importantes, como: A caracterização da dança circular como prática coletiva e multicultural vinculada ao envelhecimento ativo, a identificação de benefícios físicos, psicológicos e sociais para a população idosa, sobretudo a melhora do equilíbrio e da coordenação, a redução da ansiedade e do estresse, o fortalecimento da autoestima e a ampliação dos vínculos sociais; e a identificação de estratégias que favorecem a adesão, bem como de barreiras que dificultam a participação dos idosos. Porém, a ausência de algumas informações relevantes como: a compreensão da dança circular como modalidade contemporânea, o controle de doenças crônicas, ajustes posturais e consciência corporal; o sentimento de pertencimento, a cooperação e as interações intergeracionais; além de estratégias motivacionais específicas (companheirismo, reconhecimento, apoio familiar /institucional) e barreiras menos citadas, como pouca divulgação, crenças limitantes e preocupações com a saúde. Desta forma, chama-se

a atenção para o cuidado no uso desse recurso, sendo válida a conferência de cada resposta com a produção científica.

Porém, a ausência de algumas informações consideradas relevantes evidencia a necessidade de cuidado no uso desse recurso, reforçando a importância da verificação e confronto das respostas fornecidas com a produção científica.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. H. H. **Danças circulares sagradas: imagem corporal, qualidade de vida e religiosidade segundo uma abordagem junguiana.** 2005. 311 p. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) — Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.
- ALPERT, P. T. et al. The effect of modified jazz dance on balance, cognition, and mood in older adults. **Journal of the American Association of Nurse Practitioners**, v. 21, n. 2, p. 108-115, 2009.
- BATEMAN, J. A. Multimodalidade e gênero: **uma base para a análise sistemática de documentos multimodais**. Nova Iorque: Palgrave Macmillan, 2008.
- Benefícios da prática de atividade física em pessoas idosas: revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, [S. I.], 27 mar. 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3012/1636>. Acesso em: 4 jul. 2025.
- BONETTI, M. C. F. Dança sagrada: a celebração da vida. In: RAMOS, R. C. L. (Org.). **Danças circulares sagradas: uma proposta de educação e cura**. São Paulo: Triom, 1998.
- BRAMBLE, D. M.; LIEBERMAN, D. E. Endurance running and the evolution of Homo. **Nature**, v. 432, p. 345-352, 2004.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017**. Inclui novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: Portaria ministerial DC 2017.pdf. Acesso em: 07 nov. 2025.
- BRASILEIRO, L. T.; MARCASSA, L. P. **Linguagens do corpo: dimensões expressivas e possibilidades educativas da ginástica e da dança na educação física**. Trabalho de conclusão de curso, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pp/v19n3/v19n3a10>. Acesso em: 4 jul. 2025.
- CHATGPT, **Chat Generative Pretrained Transformer**, 2023. Disponível em: <https://chat.openai.com/chat>. Acesso em: 19 dez. 2025.
- COELHO, F. G. M.; QUADROS JUNIOR, A. C.; GOBBI, S. Efeitos do treinamento de dança no nível de aptidão funcional de mulheres de 50 a 80 anos. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 19, n. 3, p. 445-451, 2008.
- COSTA, A. L. B.; COX, D. L. **A experiência do significado na dança circular**. Journal of Occupational Science, v. 25, n. 3, p. iii–xvi, 2018.
- DE SOUZA, J. C. L.; METZNER, A. C. **Benefícios da dança no aspecto social e físico dos idosos**, 2013.

FERNANDES, F.; LUFT, C. P.; GUIMARÃES, F. M. **Dicionário Brasileiro Globo.** 53. ed. São Paulo: Globo, 2000

GOBBO, D. E.; CARVALHO, D. Dança de salão como qualidade de vida para a terceira idade. **Revista Eletrônica de Educação Física**, Trabalho de conclusão de curso, 2005. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd148/contribuicoes-da-danca-para-mulheresidosas.htm>. Acesso em: 4 jul. 2025.rkfkf

GREENE, J. C.; CARACELLI, V. J. (Eds.). **Advances in mixed-method evaluation: The challenges and benefits of integrating diverse paradigms.** New Directions for Evaluation, n. 74. San Francisco: Jossey-Bass, 1997.

KAËS, R. **Os espaços psíquicos comuns e partilhados: transmissão e negatividade.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

KALACHE, A.; KICKBUSCH, I. A global strategy for healthy ageing. **World Health**, n. 4, p. 4-5, jul./ago. 1997.

KOZINETS, R. V.; GRETZEL, U. Netnografia. In: BUHALIS, D. (Ed.). **Encyclopédia de marketing e gestão turística.** Northampton, MA: Edward Elgar Publishing, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.4337/9781800377486.netnography>

LEAL, I. J.; HAAS, A. N. O significado da dança na terceira idade. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, p. 64-71, jan./jun. 2006.

LEEUWEN, T. V. **Multimodality and Identity.** New York: Routledge, 2022. 190 p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. **Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares.** Diário Oficial da União [da] República Federativa do Brasil [Internet]. 27 mar. 2017 [citado 16 ago. 2018]. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt\\_849\\_27\\_3\\_2017.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_849_27_3_2017.pdf)

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. Glossário temático: **práticas integrativas e complementares em saúde.** Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

NÓBREGA, A. C. L. et al. Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: Atividade Física e Saúde no Idoso. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 5, n. 6, p. 207-211, 1999.

OLIVEIRA, M. P. S. et al. Dança e saúde: discutindo sobre os principais benefícios da dança nos aspectos psicológicos em mulheres. **Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu**, n. 2, 19 mar. 2020. Acesso em: 4 jul. 2025.

**ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE.** Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília, DF: OPAS, 2005.

OSTETTO, L.E. **Danças Circulares na formação de professores**: a inteireza do ser na roda. Florianópolis: Letras Contemporâneas, 2014.

ROBATTO, L. Dança em processo: a linguagem do indizível. **Centro Editorial e Didático da UFBA**, Salvador, 1994.

RIZZOLI, D. S. Percepção dos idosos sobre grupos de terceira idade. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Trabalho de conclusão de curso, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4038/403838793007.pdf>. Acesso em: 4 jul. 2025.

RUDOLPH, J.; TAN, S.; TAN, S. ChatGPT: Bullshit spewer or the end of traditional assessments in higher education? **Journal of Applied Learning and Teaching**, Singapura, v. 6, n. 1, 2023.

SANTOS, S. S. C.; FELICIANI, A. M.i; SILVA, B. T. Perfil de idosos residentes em instituição de longa permanência: proposta de ações de enfermagem/saúde. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, Trabalho de conclusão de curso, 2007. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3240/324027960004.pdf>. Acesso em: 4 jul. 2025.

SILVA, I.; BORGES, R.; SILVA. I. A produção do conhecimento sobre a dança circular na interface com a saúde. In: **Anais do II Colóquio Interdisciplinar dos Estudos do Lazer**, UFMG: Belo Horizonte, set/2021, p.110 - 113.

SPARROW, J. The machines are learning: How artificial intelligence is already affecting journalism education. **Australian Journalism Review**, Bristol, v. 44, n. 2, p. 163-169, 2022.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais**: a Pesquisa Qualitativa em Educação – O Positivismo, A Fenomenologia, O Marxismo. Formação (Online), [S. I.], v. 1, n. 20, 2013. DOI: 10.33081/formacao.v1i20.2335. Disponível em: <https://revista.fct.unesp.br/index.php/formacao/article/view/2335>. Acesso em: 10 ago. 2025.

VELÁSQUEZ, F. R. O ChatGPT na pesquisa em Humanidades Digitais: oportunidades, críticas e desafios. **Tekoa**, v. 2, n. 2, p. 1-5, 2023.

WACHEKOWSKI, G. et al. Dança circular: ampliando possibilidades no cuidado em saúde. **Revista de APS**, v. 23, n. 4, 2021.

WOSIEN, B. **Dança: um caminho para a totalidade**. São Paulo: Triom, 2000.