

## A Dança do Ventre para Crianças

Autora: Málika

E-mail: [malika@malika.com.br](mailto:malika@malika.com.br)

Este artigo, teve como foco responder a pergunta de nossa aluna Semiramis Castela Lins de Poços de Caldas, a qual agradeço, pela sua participação!. A pergunta foi a seguinte:

*"Ficaria muito grata se pudesse me explicar com mais detalhes sobre o porquê de não darmos aulas para crianças abaixo de 12 anos e se podemos trabalhar só que de forma lúdica, trabalhando alguns movimentos básicos de mãos, braços porém evitando o quadril. "*

Eu não pretendo aqui esgotar o assunto, mas colocar algumas observações que acredito serem importantes, mesmo porque essa é uma questão que merece um estudo muito apurado feito por profissionais da área de saúde com especialização e enfoque voltados para a infância.

Existem várias "opiniões" sobre o tema: meninas podem ou não podem, devem ou não praticar a dança do ventre. Sem querer desmerecer as opiniões, existem opiniões e opiniões e na minha humilde opinião, devemos nos basear em estudos científicos elaborados por profissionais capacitados, caso contrário, corremos o risco de emitir "achômetros" ( eu acho que...) sem nenhum respaldo.

Como eu não sou uma especialista ( fisioterapeuta, profa de educação física ) em trabalho com crianças, consultei vários profissionais da área e juntei a minha experiência e conhecimentos de dança e técnicas corporais. Em princípio, eu entendo que devemos ser muito cautelosas e estudar caso a caso - aliás não só na escolha da dança do ventre para meninas, mas na escolha de qualquer modalidade de uma atividade física para uma determinada criança.

A dança do ventre pode ser praticada por crianças, mas as aulas para as meninas são bem diferentes das aulas para as adolescentes e adultas, em respeito às questões anatômicas e funcionais próprias de cada fase do desenvolvimento. As crianças possuem centros de ossificação, seus ossos não estão "completamente formados". As articulações também estão em desenvolvimento. Assim existem atividades, movimentos e exercícios que são recomendados e outros não.

Para ilustrar melhor, vamos mencionar um exemplo "gritante", um extremo: alguém já imaginou uma criança fazendo halterofilismo? Entre esse exemplo e a criança segurar uma folha de papel, digamos, para fazer uma analogia, existe uma gama infinita de movimentos que deverão ser cuidadosamente avaliados, considerando cada fase do desenvolvimento da criança, suas possibilidades e limitações. Além da dança do ventre, então, todas as atividades físicas deverão respeita - los.

Estudando o mapeamento energético da medicina chinesa - os meridianos - , bem como os chacras, nos deparamos com outra questão. A dança do ventre poderá estimular o chacra que se encontra na região pélvica ( em consequência de seus movimentos ) captando e gerando mais energia e redistribuindo essa energia pelo resto do corpo ( outros chacras ). Essa é uma questão muito delicada, porque essa energia também é a energia da criação, da vida, que é a sexual - "onde a vida é gerada".

Então fica a pergunta: é saudável estimular energeticamente um órgão, um sistema que procria, se ele ainda não está pronto para isso? Qual o caminho dessa energia? As minhas aulas não tem nada de místico ( ex: não pode emprestar o véu porque ele tem a energia da bailarina. Algumas pessoas acreditam nisso, outras não emprestam porque não gostam e inventam uma "desculpa" aceitável ), mas eu não posso deixar de considerar esse enfoque. Levando em conta todas essas questões, as aulas para as meninas podem ser compostas de estudo dos ritmos e musicalidade, deslocamentos, giros, equilíbrio e eixo ( não no sentido circense ) movimentos de braços e mãos em abundância integrados à expressão, "leveza , suavidade e graciosidade", véus, snujs, pequenas bengalas ( e só aqui já possuímos um vastíssimo material de trabalho ) e uma pré pré pré preparação para os movimentos que costumamos chamar, em linguagem popular, dos quadris, preparação essa que poderá ir aumentando de acordo com a faixa etária, até atingirmos a adolescência.

Em suma, o enfoque das aulas voltadas para as crianças não precisam ser os movimentos dos quadris. Na verdade, este também não é o enfoque principal das aulas voltadas para adolescentes e mulheres! Mas isto é assunto para outro artigo...