



Detta är ett svar från SBU:s Upplysningstjänst den 27 juni 2014. SBU:s Upplysningstjänst svarar på avgränsade medicinska frågor. Svaret bygger inte på en systematisk litteraturoversikt, varför resultaten av litteratursökningen kan vara ofullständiga. Kvaliteten på ingående studier har inte bedömts. Detta svar har tagits fram av SBU:s kansli och har inte granskats av SBU:s råd eller nämnd.

## Dansterapi vid utvecklingsstörning eller autismspektrumtillstånd

Dansterapi är en konstnärlig terapiform där rörelse i syfte att öka kroppsmedvetenhet, stärka självkänslan, reducera stress och minska ångest används. Tanken är att främja sambandet mellan det emotionella, fysiska och sociala hos individen.

### Fråga

Finns det någon bevisad effekt av dansterapi för behandling av utvecklingsstörning eller autismspektrumtillstånd (AST)?

### Sammanfattning

Upplysningstjänsten identifierade inga relevanta randomiserade kontrollerade studier, RCT:er, på dansterapi vid AST och utvecklingsstörning. Vi identifierade inte heller någon systematisk översikt där studier av personer med AST och/eller utvecklingsstörning ingick. Två översikter, där en bred sökning på interventionen gjorts, identifierades och redovisas. I dessa drar författarna slutsatsen att de flesta studier på dansterapi visar på positiva effekter, men att resultaten ska tas med försiktighet då studierna i de flesta fall är små och av dålig kvalitet. Bättre studier på interventionen efterfrågas.



## Bakgrund

Dans har under tusentals år använts i rituell form för att bota olika sjukdomar. Dans som terapiform utvecklades på 1950-talet, och baseras på uppfattningen att sinnet och kroppen är sammankopplade. I dansterapi används dans och rörelse i syfte att bearbeta spänningar och psykiska konflikter. Terapin används både vid psykisk som fysisk ohälsa, individuellt och i grupp, både på barn och vuxna.

Eftersom dansterapi i huvudsak inte är en verbal terapiform kan personen istället använda kroppen för att uttrycka sina tankar och känslor vilket gör att dansterapi även kan användas vid diagnoser där kommunikationen är ett problem.

Autismspektrumtillstånd (AST) är en samlad benämning för tillstånd med begränsning av socialt samspel och ömsesidig kommunikation samt med repetitiva och stereotypa beteendemönster och begränsade intressen. Vid utvecklingsstörning har man svårt med abstrakt tänkande samt svårigheter att förstå och lära sig olika saker. Prevalensstudier i Europa och Nordamerika visar att 0,6–1 procent av befolkningen har AST [1] och ungefär 1 procent av Sveriges befolkning har en utvecklingsstörning [2].

För ytterligare läsning om AST rekommenderas SBU:s rapport om autismspektrumtillstånd från 2013

(<http://www.sbu.se/sv/Publicerat/Gul/Autismspektrumtillstand---Diagnostik-och-insatser-vardens-organisation-och-patientens-delaktighet/>)[1].

## Avgränsningar

Upplýsningstjänsten har gjort sökningar i databaserna PubMed, Cochrane Library, PsychINFO samt HTA-databaser (se avsnittet ”Litteratursökning”). Förutom sökning i databaserna som omnämns ovan, har även sökningar gjorts i olika HTA-organisationers databaser, samt andra svenska myndigheters hemsidor efter relevant litteratur. Vi har inte inkluderat studier som inte har någon kontrollgrupp.

För att en studie om metodens effekt skulle inkluderas i svaret krävdes att studien var en RCT eller systematisk översikt av dansterapi jämfört med ingen behandling, sedvanlig vård eller annan aktiv behandling. För RCT gjordes avgränsningen att deltagarna i studien skulle ha någon av de efterfrågade diagnoserna. För systematiska översikter gjordes ingen sådan avgränsning. Någon avgränsning för patienternas ålder, kön eller för hur effekten mättes, gjordes inte.

## Resultat från litteratursökningen

Upplýsningstjänstens litteratursökning har totalt genererat 383 träffar. Vi har läst 203 abstrakt. Av dessa har 30 artiklar bedömts kunna vara relevanta och lästs i fulltext. Två systematiska översikter ingår i svaret. De artiklar som inte ingår i svaret har exkluderats på grund av att de inte var relevanta för frågeställningen.



Observera att vi varken har bedömt kvaliteten på översikterna eller de ingående studierna. Det är sannolikt att flera av studierna kan ha lägre kvalitet än vad SBU inkluderar i sina ordinarie utvärderingar.

## Systematiska översikter

Upplysningstjänsten identifierade inga systematiska översikter på dansterapi som specifikt tittade på de angivna populationerna. Två systematiska översikter på dansterapi identifierades. Dessa översikter identifierade inte några RCT:er för angiven population (utvecklingsstörning eller AST). Översikterna påtalade att dansterapi i de flesta studier visade positiva resultat men att studierna generellt var av låg kvalitet. Översikterna efterlyste större och mer välgjorda studier i ämnet. Då dansterapi är en terapiform som är omöjlig att blinda för terapeut/deltagare är det viktigt att studiernas utfall bedöms av en blindad bedömare.

Strassel et al [3] publicerade 2011 en översikt där dansterapins effekter på fysisk och psykisk hälsa, livskvalitet samt hälsoekonomi studerades (Tabell 1). Författarna såg i de flesta studierna (16 av de 18 RCT:er som ingick) positiva effekter av dansterapi. De påtalade dock att studierna överlag var små och höll låg kvalitet. De efterlyste fler välgjorda studier på området, speciellt med det för patienterna viktiga effektmåttet livskvalitet. Svårigheterna att på ett invändningsfritt sätt påvisa effekter på livskvalitet i oblidade studier ska dock inte underskattas. Även om översiktens mål är att utreda dansterapins terapeutiska effekter är endast sex av de 18 inkluderade studierna beskrivna som dansterapi. Övriga är beskrivna som dans eller pardans.

Kiepe et al [4] publicerade 2012 en översikt där de tittat på effekter av dansterapi samt pardans vid fysisk och psykisk ohälsa (Tabell 1). Totalt identifierades 11 RCT:er vid sökning. De identifierade studierna tog upp diagnoser som depression, fibromyalgi, demens, hjärtsvikt, bröstcancer, Parkinsons sjukdom, diabetes typ 2. Även här såg författarna positiva effekter av dansterapi, främst för patienter med bröstcancer och depression där fler studier identifierades. Författarna menar dock att resultaten ska beaktas med försiktighet då studierna är små och ofta håller en låg kvalitet, randomiseringen samt beskrivning av utbildning av terapeuten är ofta dåligt beskriven. Större studier där interventionen jämförs med en annan aktiv kontroll efterlyses.

**Tabell 1.** Systematisk översikt

Inkluderande studier	Population	Utfallsmått
Strassel [3] 2011		
Systematiska översikter: 8 RCT: 18 Ingen översikt eller RCT identifierades för de	Alla diagnoser inkluderades. Studier/översikter identifierades inom: depression, artrit, demens, schizofreni, ångest,	Fysisk och psykisk hälsa Livskvalitet Kostnad.



Inkluderande studier	Population	Utfallsmått
populationer som var aktuella i frågan till Upplysningstjänsten.	inlärningsproblem, stress, kondition, fallrisk, cystisk fibros, bröstcancer, Parkinsons sjukdom samt blandad population.	
<b>Författarens slutsatser:</b>		
” most studies have found therapeutic benefits of dance therapy, although these results are based on a generally poor-quality evidence. Dance therapy should be considered as a potentially relevant add-on therapy for a variety of conditions that do not respond well to conventional medical treatment”		
Kiepe [4] 2012		
RCT:13. Interventioner var dansterapi samt sällskapsdans Ingen RCT identifierades för de populationer som var aktuella i frågan till Upplysningstjänsten.	Alla studier på personer med någon form av fysisk och mental ohälsa inkluderades. Studier där deltagarna haft mer än en diagnos exkluderades.  Studier/översikter identifierades inom: depression, fibromyalgi, demens, hjärtsvikt, bröstcancer, Parkinsons sjukdom, diabetes typ 2.	Biomarkörer BMI Andel fett Sensomotorisk funktion Livskvalitet Ångest Depression Energi
<b>Författarens slutsatser:</b>		
” Dance (movement) therapy and ballroom dances seem beneficial for patients with breast cancer, depression, Parkinson’s disease, diabetes and heart failure. However, further good quality research is needed to gain more profound insight into the efficacy of these treatment options”		

## Projektgrupp

Detta svar är sammanställt av Marie Österberg, Jessica Dagerhamn, Madelene Lusth Sjöberg och Jan Liliemark.

## Litteratursökning

PubMed April 2014		
	Search terms	Items found
Population:		
1.	((("learning disability"[Title/Abstract]) OR "intellectual disability"[Title/Abstract]) OR retardation[Title/Abstract]) OR "Intellectual Disability"[Mesh]	121259
2.	((autis*[Title/Abstract]) OR asperger[Title/Abstract]) AND (("Autistic Disorder"[Mesh]) OR "Asperger Syndrome"[Mesh])	13798
Intervention:		



PubMed April 2014		
3.	((((((((dance[Title/Abstract]) OR dance-movement[Title/Abstract])) AND therapy[Title/Abstract])) OR "Dance Therapy"[Mesh]) OR "Dance movement therapy"[Title/Abstract]) OR DMT[Title/Abstract]) OR "dance therapy"[Title/Abstract]) OR "Dance-movement therapy"[Title/Abstract]) OR "movement therapy"[Title/Abstract]))	2044
Study types:		
4.	(((((("meta analysis"[Publication Type]) OR "meta analysis"[Text Word]) OR "metaanalysis"[Text Word]) OR "meta-analysis"[Text Word]) OR Systematic[sb]) OR "systematic"[Text Word]) OR systematic*[Title/Abstract]))	379854
Combined sets:		
5.	#1 AND #4	12
6.	#2 AND #4	5
7.	#4 AND #5	112
Final		129

Cochrane April 2014		
	Search terms	Items found
Population:		
1.	"mental retardation":ti,ab,kw or retardation:ti,ab,kw or "intellectual disability":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	1978
2.	autis*:ti,ab,kw or asperger:ti,ab,kw (Word variations have been searched)	957
Intervention:		
3.	"dance therapy":ti,ab,kw or "movement therapy":ti,ab,kw or "dance-movement therapy":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	335
Combined sets:		
4.	#1 AND #3	2 (Central)
5.	#2 AND #3	0
Final		2

PsycInfo April 2014 Endast journals		
	Search terms	Items found
Population:		
1.	TX 'mental retardation' OR TX retardation OR TX 'intellectual disability'	48,879
2.	(TX autism OR TX asperger syndrome)	46,183
Intervention:		
3.	"dance therapy":ti,ab,kw or "movement therapy":ti,ab,kw or "dance-movement therapy":ti,ab,kw (Word variations have been searched)	335



PsycInfo April 2014 Endast journals		
Combined sets:		
4.	#1 AND #3	88
5.	#2 AND #3	164
Final		252

### Andra identifierade studier

En icke randomiserad studie av rörelseterapi på autistiska barn identifierades. Rörelseterapin innehöll dock enligt beskrivningen inga dansinslag, var liten, hade en mycket kort mätning av utfallet och den var inte blindad. [5]

### Referenser

1. SBU. Autismspektrumtillstånd - diagnostik och insatser, vårdens organisation och patientens delaktighet. Stockholm: Statens beredning för medicinsk utvärdering (SBU); 2013. SBU-rapport nr 215. ISBN 978-91-85413-54-6. .
2. <http://www.1177.se/Stockholm/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Utvecklingsstorning/>.
3. Strassel JK, Cherkin DC, Steuten L, Sherman KJ, Vrijhoef HJ. A systematic review of the evidence for the effectiveness of dance therapy. *Altern Ther Health Med* 2011;17:50-9.
4. Kiepe M-S, Stöckigt B, Keil T. Effects of dance therapy and ballroom dances on physical and mental illnesses: A systematic review. *The Arts in Psychotherapy* 2012;39:404-411.
5. Hartshorn K, Olds L, Field T, Delage J, Cullen C, Escalona A. Creative movement therapy benefits children with autism. *Early Child Development and Care* 2001;166:1-5.