



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAIBA

CAMPUS I

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO

FÍSICA

LUCIELE SILVA GUEDES DE SOUZA

**A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DO MUAY THAI PARA MULHERES NO
CONTEXTO ESPORTIVO E NO SISTEMA DE DEFESA PESSOAL**

CAMPINA GRANDE - PB

NOVEMBRO DE 2020.

LUCIELE SILVA GUEDES
DE SOUZA

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DO MUAY THAI PARA MULHERES NO
CONTEXTO ESPORTIVO E NO SISTEMA DE DEFESA PESSOAL

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) para
aprovação no curso de Bacharelado em
Educação Física pela Universidade Estadual da
Paraíba (UEPB).

Orientador: Prof. Dr. Adjailson Fernandes Coutinho

CAMPINA GRANDE (PB),
NOVEMBRO DE 2020.

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S729i Souza, Luciele Silva Guedes de.
A importância da prática do Muaythay para mulheres no contexto esportivo e no sistema de defesa pessoal [manuscrito] / Luciele Silva Guedes de Souza. - 2020.
26 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2021.
"Orientação : Prof. Dr. Adjailson Fernandes Coutinho, Coordenação do Curso de Bacharelado em Educação Física - CCBEF."
1. Muay Thai. 2. Muay Thai feminino. 3. Defesa pessoal. I.
Título

21. ed. CDD 796.815

LUCIELE SILVA GUEDES DE SOUZA

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DO MUAY THAI PARA MULHERES NO
CONTEXTO ESPORTIVO E NO SISTEMA DE DEFESA PESSOAL


Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
para aprovação no curso de Bacharelado
em Educação Física pela Universidade
Estadual da Paraíba (UEPB).

Orientador: Prof. Dr. Adailson Fernandes
Coutinho

Aprovada em : 27.11.2020

BANCA EXAMINADORA


Prof. Dr. Adailson Fernandes Coutinho


Prof. Dr. Josevaldo Lopes Dias


Prof. Dra. Regimônia Maria De Carvalho Braga

AGRADECIMENTOS

A Deus, pela minha vida, e por me ajudar sempre a ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo do curso.

À Minha mãe, Maria Do Socorro Souza, da qual nunca esquecerei, meu amor (In Memoriam).

Em especial aos meus amigos, Daniella Oliveira Pinheiro por sempre me ajudar no que preciso e por compartilhar seu conhecimento. E ao meu amigo do coração, Ado Marcelo, que sempre esteve ao meu lado. A Daniel Moura pelo incentivo e pela compreensão.

Aos professores, Dr. Adjailson Fernandes e Josenaldo, pelas correções e ensinamentos que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional.

RESUMO

Considerada uma modalidade da “família” das artes marciais (ALVES NETO, 2013), o Muay Thai possui muitos adeptos que buscam a prática de esportes, assim como a qualidade de vida. É uma atividade física que promove excelente condicionamento físico e também estimula a mente, dadas as técnicas aplicadas, que requerem não apenas força corporal, mas autocontrole e autoconhecimento (GRAÇA, SILVA, 2014). Visando discorrer sobre o Muay thai e a participação feminina, a presente pesquisa buscou destacar a importância das práticas de Muay Thai para mulheres no contexto esportivo e no sistema de defesa pessoal, objetivando pesquisar na literatura científica estudos que destaquem a importância da prática do muay thai para mulheres no contexto esportivo e no sistema de defesa pessoal. Tratou-se, quanto aos procedimentos técnicos, de uma pesquisa bibliográfica de revisão narrativa; quanto ao modo de abordagem, de uma pesquisa qualitativa e quanto aos objetivos, tratou-se de uma pesquisa exploratória. Foram selecionados 08 (oito) artigos, considerados os critérios de inclusão indicados na metodologia do estudo. Os resultados alcançados conduzem à necessidade da realização de mais estudos voltados à prática do MT para mulheres no contexto esportivo, bem como no sistema de defesa pessoal, visto que a literatura científica consultada ainda não apresenta pesquisas mais aprofundadas no que se refere ao MT enquanto defesa pessoal, se considerado o público feminino.

Palavras-Chave: Muay-Thai. Muay-Thai feminino. Defesa Pessoal.

ABSTRACT

Considered a modality of the martial arts “family” (ALVES NETO, 2013), Muay Thai has many fans who seek the practice of sports, as well as the quality of life. It is a physical activity that promotes excellent physical conditioning and also stimulates the mind, given the applied techniques, that require not only bodily strength, but self-control and self-knowledge (GRAÇA, SILVA, 2014). Aiming to discuss Muay Thai and participation the present research sought to highlight the importance of Muay's practices Thai for women in the sports context and in the self defense system, aiming to search the scientific literature for studies that highlight the importance of practicing muay Thai for women in the sports context and in the defense system folks. In terms of technical procedures, this was a research narrative review bibliography; as to the approach, of a research qualitative and regarding the objectives, it was an exploratory research. Were 08 (eight) articles were selected, considering the inclusion criteria indicated in the study methodology. The results achieved lead to the need for conducting more studies focused on the practice of TM for women in the context sports, as well as in the personal defense system, since the scientific literature consulted still does not present more in-depth research regarding the MT as self-defense, if considered the female audience.

Keywords: Muay Thai. Muay Thai for women. Self-defense.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. OBJETIVOS	9
2.1 Objetivo geral	9
2.2 Objetivos específicos	8
3. REFERENCIAL TEÓRICO	10
3.1 Origens, relevância e benefícios do MT.....	10
3.2 MT e defesa pessoal	12
3.3 MT e o público feminino	13
4. METODOLOGIA	15
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	16
6. CONCLUSÃO.	22
REFERÊNCIAS	23

1. INTRODUÇÃO

O Muay Thai (MT), também conhecido como *Thai Boxing* em alguns países como Estados Unidos e Inglaterra, é muito conhecido no Brasil como “Boxe Tailandês” e é uma Arte Marcial de origem Tailandesa, datada de mais de 2.000 anos de idade. Seu surgimento confunde-se com a origem do povo Tailandês (CBMT, 2007).

Esta arte marcial é oriunda das táticas de guerra dos campos de batalhas siameses. Nesta modalidade de luta é permitida a utilização de socos, cotoveladas, joelhadas e chutes. O sucesso e a importância de praticá-la “encontra-se no fato do desenvolvimento da inteligência tática, devido à variedade de técnicas e habilidades que deve apresentar o lutador ou o praticante” (MORTATTI et al, 2003).

Considerada uma modalidade da “família” das artes marciais (ALVES NETO, 2013), o Muay Thai possui muitos adeptos que buscam a prática de esportes, assim como a qualidade de vida. É uma atividade física que promove excelente condicionamento físico e também estimula a mente, dadas as técnicas aplicadas, que requerem não apenas força corporal, mas autocontrole e autoconhecimento (GRAÇA, SILVA, 2014).

Ressalta-se que a prática da arte marcial em questão não está limitada tão somente ao condicionamento físico, pois também está diretamente vinculada à saúde, expressão corporal e como aliada a saúde mental, pois a atividade trabalha corpo e mente, tendo em vista suas técnicas e filosofia (RUFONI, BELTRÃO, 2004).

Além de ser considerada uma forma saudável de exercício físico, a prática de Muay Thai atualmente está em evidência devido aos resultados apresentados frente à perda de peso, pois se constitui como um caminho para uma mudança de qualidade de vida e pensamento, idealizando o corpo e mente em equilíbrio (GRAÇA, SILVA, 2014).

O Muay Thai também contribui de forma significativa no tocante à interação social, pois se trata de uma atividade em que mais pessoas estejam envolvidas para

o desenvolvimento das técnicas utilizadas, considerando que corpo e mente agem em ação e reação, em resposta à ação do oponente (GRAÇA, SILVA, 2014). “Os exercícios do corpo devem basear-se sobre as leis que regem o organismo humano e que agem não somente sobre o corpo, mas também sobre a alma” (MARINHO, 1980, p. 99).

Apesar das mulheres terem rompido diversas barreiras de gênero no cenário esportivo e tenham conquistado o direito de participarem de competições em quase todas as modalidades, tal condição não sinaliza que sua participação seja amplamente aceita no contexto esportiva. Entretanto, ultimamente, o Muay Thai tem crescido significativamente entre o público feminino (ADELMAN, 2006). Nos últimos anos, verificou-se que a prática da luta é uma atividade que traz grande benefício estético, além de ser uma ótima prática de defesa pessoal (DUARTE, 2019).

Visando discorrer sobre o Muay thai e a participação feminina, a presente pesquisa visou destacar a importância das práticas de Muay Thai para mulheres no contexto esportivo e no sistema de defesa pessoal.

Desta forma, viu-se na proposta deste estudo um espaço propício para a difusão de práticas salutares às mulheres participantes da prática do Muay Thai.

Assim, considerando a possibilidade da inserção cada vez maior do muay thay como prática desportiva no cotidiano de mulheres, destaca-se a relevância desse estudo, frente às considerações e perspectivas do contexto esportivo e do sistema de defesa pessoal.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral:

Pesquisar na literatura científica estudos que destaquem a importância da prática do muay thai para mulheres no contexto esportivo e no sistema de defesa pessoal.

2.2 Objetivos específicos:

- Compreender as implicações da prática do muay thai para mulheres;
- Descrever a participação feminina no referido esporte e suas implicações para o sistema de defesa pessoal da praticante.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Origens, relevância e benefícios do MT

O homem tem a necessidade de técnicas de defesa desde a sua origem, e o Muay thai se desenvolveu através destas necessidades (MOORE, 2004). As raízes tradicionais do Muay thai datam de milhares de anos, numa época onde os tailandeses utilizavam esta arte marcial para forjar um país livre e independente (SANTOS, DA VEIGA, 2012).

O Muay thai (MT) enquanto categoria desportiva é uma luta de ringue de contato pleno, originada de antigas artes marciais tailandesas. O termo “arte marcial” significa, em sua origem, arte da guerra e se refere a conjuntos de “técnicas ou sistemas de combate corporal (sem uso de armas de fogo) desenvolvidos visando à máxima eficiência em situações de confronto real, envolvendo inclusive risco de morte” (HÜBNER, 2018, p. 56).

É também conhecido como Boxe Tailandês, por ser um estilo de luta dinâmica que consiste na utilização de uma diversos de golpes para levar o oponente a nocaute. Também é conhecida como a arte marcial das oito armas, “em razão de serem utilizadas oito partes do corpo para golpear o adversário – dois punhos, dois cotovelos, dois joelhos e dois pés, e dentro destas oito partes principais é que se advém a grande gama de ataques possíveis” (SUHONGSA, 1999 apud MORTATTI et al., 2013).

Nessa modalidade, oficialmente, os combates são constituídos por fases dinâmicas de três minutos e um de descanso, durante as quais os lutadores tentam nocautear seu oponente, bem como se defender dos golpes desferidos por eles (MORTATTI, 2013; CAMPOS, PONTES, 2015). Durante as lutas, os atletas utilizam luvas de boxe e diversos equipamentos ofensivos e defensivos (SUHONGSA, 1999).

Essa arte marcial difundiu-se com grande rapidez na segunda metade do século XX, e atualmente está presente em mais de 110 países e cinco continentes. Estima-se que o número de praticantes no mundo já superou um milhão (MORTATTI et al, 2013).

Apesar de existirem muitas histórias acerca de sua origem, a teoria mais aceita é a de que o Muay Thai surgiu de uma adaptação de treinamento de autodefesa e táticas de guerra sem a utilização de armas (BARON, 2016).

Em suas primeiras versões, o Muay Thai permitia ataques com a palma das mãos e pontas dos dedos, além de imobilizações, ao longo do tempo sofreu modificações até chegar a versão atual, que dá origem ao nome de “arte marcial das oito armas”. O Muay Thai é um esporte originário da Tailândia e considerado o esporte do país, tendo ainda um dia nacional, 17 de março (CBMT, 2007).

O MT tem como propósito agregar aos seus adeptos um forte desempenho físico alinhado em esforços para o desenvolvimento das técnicas, dado que sua evolução passa a ser adquirida mediante o tempo de prática, visto que muitos são os movimentos utilizados. É igualmente importante ressaltar o quão benéfica é a prática da arte marcial para o equilíbrio da mente (GRAÇA, SILVA, 2014).

Ressalta-se que a prática da arte marcial em questão não está limitada tão somente ao condicionamento físico. A prática de Muay Thai está diretamente vinculada à saúde, expressão corporal e como aliada a saúde mental, pois a atividade trabalha corpo e mente, tendo em vista as técnicas e a filosofia desta arte marcial (RUFONI, 2004). Além disso, contribui positivamente para todos que desejam ter uma vida saudável, “obtem-se um bom condicionamento físico, adquire-se força e resistência, combate-se doenças e o sedentarismo” (GRAÇA, SILVA, 2014).

O Muay Thai contribui ainda nos aspectos mental e espiritual dos praticantes, tendo em vista as técnicas utilizadas implicam também em autoconhecimento e autocontrole, considerando que o corpo não age sem receber interferência da mente que, por sua vez, “coordena e acalma as pressões as quais o corpo é submetido quando se pratica esta arte marcial” (GRAÇA, SILVA, 2014).

A arte marcial contribui de forma favorável devido aos princípios de respeito, gratidão, disciplina e desenvolvimento físico, proporcionando qualidade de vida física e mental, contribui de forma significativa no controle das emoções, como sentimentos de raiva, tendo em vista as técnicas e as questões referentes à hierarquia que cada modalidade de arte marcial apresenta (IBID, 2014).

3.2 MT e defesa pessoal

A defesa pessoal é um conjunto de técnicas corporais simples que possuem como base as artes marciais. Seu propósito é proteger o indivíduo e neutralizar os ataques dos seus adversários, visto que as técnicas de defesa pessoal podem ser aplicadas tanto por amadores, quanto por profissionais da área de segurança (TERRONI, 2009).

Atualmente, o termo arte marcial é sinônimo de luta, defesa pessoal e até agressão, porém, no início dos tempos para as artes marciais, não se definia bem assim,

As artes marciais eram utilizadas pelos monges, primeiramente, para manter o corpo saudável e a mente sã, e a sua utilização para a defesa pessoal era usada somente quando não se tinha outra opção. No entanto, atualmente na mídia são retratados jovens lutadores praticando atos de violência, dado que estes deveriam ser exemplos de boa conduta (PACHECO, 2012).

O MT, por sua vez, se constitui como uma forma de reação que possui como fundamentos: autocontrole, controle do adversário, controle da situação, além do uso de armas não letais (CRUZ et al, 2013). Nessa égide, recebe forte apelo e conotação de defesa pessoal, por ser uma atividade física muito procurada para perder peso e diminuir o percentual de gordura, manter a forma e se exercitar (FREDERICO, 2014).

Os diferentes significados atribuídos às Artes Marciais e às lutas têm possibilitado sua circulação e apropriação por várias esferas da sociedade. Atualmente as lutas podem ser consideradas atividades de lazer, como também um tipo de exercício que “visa o aumento da aptidão física, defesa pessoal, prática esportiva, além de serem constantemente associadas a um estilo de vida saudável e orientadas por determinados valores culturais” (GONÇALVES et al, 2013).

Nas artes marciais, assim como nos exércitos, a disciplina se constitui como ponto chave para transformar o corpo, a pessoa e a performance no treinamento de combate,

cuja função é ampliar os efeitos, maximizar ações, homogeneizar e padronizar os movimentos, e aprimorar as táticas. A disciplina atesta a devoção do praticante ao treinamento marcial, bem como condiciona sua

graduação e seu rearranjo na hierarquia, conectando a performance física ao desenvolvimento pessoal (PIRES, 2018; p. 29).

Além de ter forte apelo de defesa pessoal, o MT é segundo Gonçalves (2013) apud Gbur e Kobut (2016) uma arte marcial que pode ser tida como atividade de lazer, uma prática física que proporciona aptidão física, como também é uma estratégia de defesa pessoal ou prática esportiva que, na maioria das vezes, está associada a valores que são trabalhados na modalidade. “Já a briga em si é uma disputa entre duas ou mais pessoas que não existem regras e que um oponente busca prejudicar o outro indiscriminadamente” (IBID, 2016).

3.3 MT e o público feminino

A omissão do papel do feminino, como pode ser observado na descrição de diversos funcionamentos sociais na atualidade, coloca o feminino em posição menos favorável se comparado ao homem. Dentro da história do Muay Thai não foi diferente, visto que foi rodeada por grandes mestres e guerreiros, sem menção ao sexo feminino tanto na luta, quanto na estrutura de poder vigente na época (PESSINA, 2017).

A categoria analítica gênero, nos dias atuais, vem se destacando nos debates acerca das relações sociais: o engajamento da mulher na sociedade, na vida social, no trabalho e principalmente no esporte (PESSINA, 2017).

Segundo Moliero e Telles (2010), no Brasil a mulher precursora do muay thai foi Antonieta Lopes Ribeiro, que começou a treinar no estado do Rio de Janeiro em 1983, ano em que o esporte passou a ser praticado também por outras mulheres, ainda que poucas, e Antonieta treinava também com homens. Esse recorte aponta que o esporte já obteve uma boa aceitação pelas mulheres desde sua origem, considerando que começou no Brasil em 1979 (ALVES, 2011).

Sem negar as diferenças anatômicas do sexo e do gênero, mas, considerando-as para além do corpo, a partir de um olhar plural, podemos entender que a construção das masculinidades e das feminilidades

é sempre uma relação de alteridade entre discursos e práticas, entre pertencimentos identitários e posições de sujeitos. Assim se dá com o esporte, entendido aqui como uma prática social sexuada, uma vez que homens e mulheres o praticam, e também generificada e generificadora, constituindo-se como um importante espaço para estudos sobre a construção e incorporação de masculinidades e feminilidades (GOELLNER, 2013).

Assim, a presença das mulheres em um campo representado como privilegiado para a construção de uma masculinidade normalizada, como as lutas, pode contribuir para a construção de novas identidades de gênero (FERNANDES, 2015).

As mulheres vêm se interessando não apenas por aulas nas academias, mas despertando o interesse também por competições na busca de destaque dentro de campeonatos. Atualmente, em Trindade – GO, por exemplo, existe uma equipe de Muay Thai de mulheres que participam de competições obtendo resultados expressivos dentro desta modalidade (DINIZ et al, 2014).

Atualmente, mulheres praticam a modalidade em diversas partes do Brasil, contribuindo para redefinição da visão que apontava tal esporte como sendo exclusivamente masculino (DINIZ et al, 2014). Sua característica com amplas possibilidades de lesões não se tornou um obstáculo intransponível para o sexo feminino. Durante os treinamentos procura-se a interação entre os sexos, pois se acredita na igualdade de capacidade de ambos desde que a atleta envolvida tenha isso como objetivo (BARBOSA, 1996).

4. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se: quanto aos procedimentos técnicos, de uma pesquisa bibliográfica de revisão narrativa. Quanto ao modo de abordagem, trata-se de uma pesquisa qualitativa. Quanto aos objetivos, trata-se de uma pesquisa exploratória.

Para tanto, foi realizada uma revisão de literatura, que conforme Cruz e Ribeiro (2004) é a maneira como se condensa e avalia o conhecimento produzido enfatizando conceitos, procedimentos, resultados, discussões e conclusões relevantes para o estudo.

As bases para busca dos artigos foram SCIELO, Redalyc e Google Acadêmico, em que cujos termos de busca / descritores foram: muay thai e defesa pessoal, dando-se preferência aos artigos que discorram sobre as perspectivas mencionadas, sob a prática do muay thai, situados no período de 2010 a 2020.

Como critérios de inclusão e exclusão, considerou-se: o ano da publicação; o idioma (Português) e o próprio tema do estudo: muay thai e sistema de defesa pessoal, considerando o público feminino.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados 08 (oito) artigos, considerados os critérios de inclusão indicados na metodologia desse estudo. Apesar do número reduzido de artigos voltados à temática aqui proposta, os estudos escolhidos abordaram, respectivamente, sobre:

Equipamentos de proteção para a realização dessa prática esportiva;

Frequência de lesões versus tempo de prática;

Motivos que mais levam as mulheres à prática do MT;

Perfil antropométrico, masculinização do referido esporte (além de conceitos avaliados como: agilidade, velocidade, flexibilidade, entre outros no treinamento);

Percepção de mulheres a respeito da prática do MT, bem como a principal escolha desse esporte como atividade física;

Motivos que fizeram as mulheres optarem por essa modalidade;

As diferentes representações de feminilidade trazidas pelas mulheres ao esporte;

Preconceito *versus* conquista de espaço nesse cenário.

Conforme já apontaram os autores mencionados nesse estudo, as lutas em geral são mais praticadas pelos homens, sendo o Muay Thai uma dessas lutas. No entanto, a participação das mulheres não é inexpressiva, como veremos a seguir (PESSINA, 2017).

O estudo realizado por Hübner (2018) traça o panorama histórico da luta, bem como realiza considerações acerca do treino adulto no Brasil (especificamente na região Sul), posto que, em geral, nessa categoria os atletas começam a competir a partir de 18 anos, “separados sempre por gênero e pelas categorias de peso - conforme número de lutas (critério de experiência), correspondendo às classes A, B, C e D”.

No decorrer do estudo, a autora menciona aspectos importantes da luta, bem como equipamentos de proteção do atleta, fazendo-se também aqui uma ressalva para o público feminino: “apesar de previsto em alguns regulamentos, na

observação de campo não se constatou a prática do uso de protetor de seios nos combates de muay thai feminino” (p. 57). Apesar disso, nesse estudo não foram feitas considerações acerca das implicações da prática do MT para mulheres, como também não foi mencionada a situação do panorama da participação feminina nesse contexto.

É possível afirmar que, no tempo histórico do Muay Thai, as mulheres não foram destacadas, sendo comumente alocadas em segundo plano. Nesse contexto, foram no máximo coadjuvantes ou, mais provável, invisíveis nesse cenário. Como afirma Molineiro (Vol.9, n.2, p. 157-158 2010):

Vemos, ainda nos dias de hoje em seu país de origem, diversos campos em que elas não podem treinar e outros aonde treinam em ringues separados dos homens. No Brasil esta proibição nunca encontrou eco entre as praticantes de Muay Thai, sendo permitido que elas aprendessem o esporte, bastando, para isso, entrar em uma academia aonde houvesse Muay Thai. (LIMA, 2008, p. 1).

Na Tailândia, o muay thai feminino ainda “engatinha” e conta com maior representatividade entre lutadoras estrangeiras em razão de tradições machistas bastante estereotipadas na cultura oriental, visto que consideram a mulher como inferior ao homem, e por isso sofrem restrições, como: a proibição de utilizar o mesmo ringue dos combates masculinos, por exemplo.

Apesar de ser um meio expressivamente masculino, situado em uma cultura que não se mostra propriamente igualitária, as três lutadoras entrevistadas no estudo realizado por Hübner (2018) afirmaram ter alcançado admiração na comunidade da luta. Dessa forma, soa pertinente que se mantenha determinado distanciamento das raízes originais do muay thai em razão de sua tradicionalidade no que diz respeito à presença feminina.

Diniz et al (2014) afirma que, envolvendo a mulher e os campos sociais, o Muay Thai, “também percebe essa nova tendência em que o esporte como um todo vem se adaptando e a própria história da modalidade mostra que as mulheres sempre foram excluídas” (p. 127). Contudo, Mulheres hoje praticam a modalidade em diversas partes do nosso país, redefinindo uma visão que apontava tal esporte como sendo exclusivamente masculino (BARBOSA, 1996).

Hübner (2018) investigou questões relacionadas à discriminação, destacando também que a recomendação do muay thai por celebridades da mídia contribui para

a maior adesão pelo público feminino. Esse pode funcionar como um meio de se adquirir saúde e colaborar para uma boa forma física. Tal fator foi considerado essencial para despertar significativo interesse na modalidade, principalmente no que diz respeito ao público feminino:

Durante a observação assistemática, presenciaram-se praticantes listando atrizes e cantoras famosas que praticavam muay thai para manter o corpo em forma, desopilar a mente e descarregar tensões e estresse cotidianos. Assim, conforme se constatou ao longo deste estudo, a maior parte do público que procura aulas de muay thai não tem intuito de participar de competições nem se tornar lutador profissional. Esta questão é muito característica da forma moderna de propagação das artes marciais enquanto estratégia consumista (BAUMAN, 2008b; p. 53).

Nesse sentido, é possível observar que a busca pelo corpo ideal tem sido vendida pela grande mídia, e esta, por sua vez, é detentora de poder de convencimento, persuasão e venda (PESSINA, 2017). Não é de se admirar que esse poder esteja repercutindo, também, na adesão do público ao MT como resultado da influência exercida sobre os hábitos das mulheres participantes que aderiram à modalidade sob tal influência.

Ângelo (2013) realizou um estudo sobre a prevalência da utilização de protetores bucais em praticantes da arte marcial muay thai, observando a presença de 11 mulheres praticantes (15,1 %). Nessa pesquisa, as mulheres (n=50) que nunca se lesionaram totalizaram 58,1 %; no entanto, outras participantes revelaram que, quando lesionadas, a frequência de lesões ocorreu na face e na boca no decorrer da prática desportiva.

O autor verificou que “quanto maior o tempo de prática de Muay Thai, maior a consciencialização dos atletas (homens e mulheres) quanto à necessidade do uso de protetores bucais e por conseguinte, maior a percentagem de praticantes que os usam” (ÂNGELO, 2013). Nesse estudo não foram feitas menções acerca da presença feminina no esporte quanto às implicações de sua prática, apesar de também não ter sido apontado como um dos objetivos da pesquisa.

Diniz et al (2014), por sua vez, verificaram os motivos pelos quais o público feminino tem aumentado nas aulas de Muay Thai ministradas nas academias de Trindade (GO) e credenciadas ao (CREF). Dentre eles, 30% das mulheres praticantes procuram nas aulas de Muay Thai a melhora do condicionamento físico,

seguido de definição muscular (22%) e com fins de reduzir o estresse (16%). Foi relatado por grande parte das praticantes que através do Muay Thai elas conseguiram atingir objetivos esperados como:

“Estética, defesa pessoal, definição muscular, condicionamento físico, redução do estresse, bem estar mental, desempenho, emagrecimento; fazendo com que aumente o tempo de prática e deixe de acompanhar as aulas simplesmente por modismo e sim por qualidade de vida pelo fato dessa modalidade abranger varias valências” (p. 136).

Nesse estudo, os autores identificaram também o crescimento de mulheres interessadas em campeonatos e competições, dado o significativo aumento da representatividade feminina no esporte, bem como o alcance de todos os fatores positivos mencionados.

Batista (2019), por sua vez, traçou o perfil antropométrico e das capacidades físicas de praticantes de Muay Thai do sexo feminino da cidade de Ouro Preto-MG. O estudo foi composto por 23 mulheres praticantes de MT de 5 (cinco) diferentes academias da cidade de Ouro Preto, divididas em quatro grupos de acordo com o tempo de prática. A esse respeito, corroborando com Moraes e Silva e Fontoura (2011), durante muito tempo as mulheres foram proibidas de praticar qualquer tipo de atividade esportiva por questões relacionadas à “masculinização do sexo feminino, fragilidade e “incapacidade biológica”. Hoje em dia a maior adesão de mulheres nas lutas se dá por motivos estéticos, fazendo com que a procura pela boa forma física seja mais importante do que a luta em si” (FERNANDES et al, 2015).

Dessa forma, o estudo citado (BATISTA, 2019) apesar de mencionar algumas implicações do MT para mulheres, denota ainda que somente o tempo de prática não foi suficiente para gerar adaptações e impacto significativo nos níveis de agilidade, velocidade de membros superiores e flexibilidade de membros inferiores em praticantes mulheres de MT, considerando que outros fatores devem ser considerados no que se refere à “adaptações ao treinamento, tais como a correta organização dos parâmetros de treinamento, entre eles: volume, intensidade, duração, frequência, densidade e complexidade”.

Em uma pesquisa recente, Duarte e Alvim (2019), analisaram a percepção das mulheres a respeito da prática feminina no Muay Thai. Os resultados demonstraram que a escolha do MT como principal atividade física pelas mulheres

participantes se deve, principalmente, pelo alto gasto calórico (visando finalidades estéticas), controle e diminuição de ansiedade e estresse, condicionamento físico, e dinamismo do esporte, sendo estas algumas das implicações da prática do MT identificadas nas participantes do estudo. Assim, por meio dessa pesquisa foi possível concluir que as mulheres buscam a prática por anseios que vão muito além da luta tradicional, e esse movimento de inserção tende a elevar-se cada vez mais com o passar dos anos.

Pesina (2017), por sua vez, aponta que existem diferentes incentivos para que as mulheres se interessem pela prática dessa modalidade, dentre eles: o emagrecimento como incentivo principal, o que justificaria a repercussão midiática e cultural atual do “culto ao corpo”; em outros planos estão a autoconfiança, a autodefesa, o interesse por campeonatos, atividade física e saúde.

Nesse estudo, a implicação mais marcante está relacionada ao emagrecimento:

“Essas constatações estão adequadas em análise da sociedade atual, onde questões como o empoderamento feminino, a discussão de gênero e a ascensão da busca por igualdade de posições sociais leva a mulher a se observar em um lugar antes não alcançado ou visibilizado” (PESSINA, 2017; p. 22).

Fernandes et al (2015) no estudo intitulado: “mulheres em combate: representações de feminilidades em lutadoras de boxe e MMA” apresentou que apesar de, nessa pesquisa, o muay thai não ser especificamente citado como objeto de estudo, mesmo sendo identificado como integrando práticas esportivas agressivas de exercício de uma dada masculinidade, as mulheres “adentraram nessas arenas há muito tempo e têm disputado modalidades como o judô, jiu-jitsu, muay thai, taekwondo, caratê, boxe e Artes Marciais Mistas (MMA), exibindo assim diversas representações de feminilidade”.

Os autores do estudo acima apontam ainda o MMA como uma prática esportiva moderna, que emprega técnicas derivadas de diversas artes marciais e de esportes de combate, tais como: “capoeira, jiu-jitsu, muay thai, kickboxing, taekwondo, caratê, judô, wrestling, boxe, luta livre e kung fu” (FERNANDES et al, 2015).

Aqui os discursos apontam quão plurais são as identidades e as conformações de gênero das lutadoras. Elas reafirmam serem femininas ao seu modo

e dentro de sua modalidade esportiva (FERNANDES et al, 2015). Isto posto, essa pesquisa revela mais uma implicação do Muay-Thai para mulheres, considerando que apesar de contar com técnicas derivadas de outras artes marciais consideradas violentas, o MT contribui para uma positiva identidade de gênero das participantes que integram esse cenário.

Em consonância, o estudo de Rosa et al (2019), por sua vez, objetivou verificar os preconceitos relacionados à percepção de gênero e homossexualidade em 30 mulheres praticantes de Muay Thai. Segundo os resultados, a presença de homossexuais na modalidade foi confirmada pelas interlocutoras, contudo, esse dado não foi o fator primordial para a existência de preconceitos às lutadoras, mas sim por serem mulheres.

Ainda considerando esse estudo, o próprio fato de lutar ser associado à coragem contribui para que o preconceito em relação às lutadoras de Muay Thai seja menor, se comparado a outros estudos de praticantes de outras modalidades esportivas (ROSA et al, 2019).

Assim, diante dos dados alcançados por meio dessa pesquisa, importa ressaltar que a mulher tem lutado em busca de reconhecimento e conquista de espaço, o que realça a necessidade de mais estudos sobre mulheres diretamente envolvidas no universo das Lutas, nelas contidas o MT.

Gerar discussões é um meio possível de fazer pensar a nossa sociedade e aqui, especificamente e também, as instituições por sua história de conservadorismo, de desigualdade e de contribuição às exclusões das diferenças nesse aspecto.

6. CONCLUSÃO

O MT é uma luta dinâmica, e nela diversas partes do corpo são utilizadas com velocidade. Devido aos estudos voltados a essa modalidade esportiva ainda serem incipientes, se considerados os construtos e objetivos mais específicos, importa que sejam realizadas pesquisas que fortaleçam essa vertente e incentivem, ainda mais, a adesão do público feminino à prática.

Os resultados alcançados conduzem à necessidade da realização de mais estudos voltados à prática do MT para mulheres no contexto esportivo, bem como no sistema de defesa pessoal, visto que a literatura científica consultada nesse cenário ainda não apresenta pesquisas mais aprofundadas no que se refere ao MT enquanto defesa pessoal, se considerado o público feminino.

Dentre os artigos consultados, podem ser destacadas limitações como: ausência de menções a quaisquer protocolos voltados à avaliação de agilidade, flexibilidade dos membros inferiores e velocidade de membros superiores, bem como que discorram sobre as implicações da prática do MT para mulheres.

REFERÊNCIAS

ADELMAN, M. (2006). Mulheres no esporte: corporalidades e subjetividades. *Movimento*, 12(1).

ALVES NETO, Luis (2003). Artes Marciais como expressão corporal e qualidade de vida. Disponível em: <http://www.uff.br/gef/anais-vii.doc.doc>. Acesso em 12 Mai. 2017.

ÂNGELO, Gonçalo Filipe Nunes Ribeira. Estudo da prevalência da utilização de protetores bucais em praticantes da arte marcial muay thai. Universidade Fernando Pessoa - Faculdade de Ciência da Saúde. Porto, 2013. Disponível em: https://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/4118/1/PPG_18388.pdf Acesso em: fevereiro de 2020.

BARBOSA, A. M. A. Envolvimento e estilo conversacional: quando o sexo faz a diferença. (Mestrado em Letras (língua Portuguesa), Rio de Janeiro, PUC, 1996).

BARON, Bárbara Costa. Perfil antropométrico de lutadores de muay thai de Florianópolis – SC. UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA (UFSC), Florianópolis. 2016. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/78552405.pdf>

BATISTA, Mateus Henrique. Perfil antropométrico e das capacidades físicas de praticantes de Muay Thai do sexo feminino da cidade de Ouro Preto-MG. Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP, 2019. Disponível em: https://monografias.ufop.br/bitstream/35400000/2202/1/MONOGRRAFIA_PerfilAntropom%c3%a9tricoCapacidades.pdf Acesso em: Fevereiro de 2020.

CBMT, Confederação Brasileira de Muay Thai. História do Muay Thai. Disponível em: <http://www.cbmuaythai.com.br/cf/extra.asp?id=1#.WYuUh1GGPIUA> Acesso em: 10 Jan. 2017.

CRUZ, Alexandre; ABRAHÃO, J. R. R.; CAVALCANTI, Pedro Carlos; NAKAYAMA, Ricardo. Defesa Pessoal Comentada – Para profissionais de segurança privada. Disponível em: <http://www.unclefesterbooks.com/articles/cqb.pdf>

CRUZ, Dablianny Alves da. Universo muay thai – um foco na vestimenta feminina. Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPA). Apucarana, 2017. Disponível em: http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/11521/1/AP_CODEM_2017_2_14.pdf

DINIZ, Carlos Henrique Alves; SILVA, Paulo Roberto Barbosa Mota da; SOUZA, Fernanda Jorge de. Fatores que levam o público feminino as aulas de muay thai nas academias de Trindade – GO. Faculdade União de Goytacazes, 2014. Disponível em: <http://fug.edu.br/repositorio/2014-1/EdiFisica/FATORES%20QUE%20LEVAM%20O%20P%C3%9ABLICO%20FEMINI%20NO%20AS%20AULAS%20DE%20MUAY%20THAI%20NAS%20ACADEMIAS%20D%20TRINDADE%20-%20GO.pdf> Acesso em: Fevereiro de 2020.

DUARTE, Emerson Rodrigues; ALVIM, Wilkson Dias. PERCEPÇÃO DAS MULHERES SOBRE A PRÁTICA DO MUAY THAI. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, 2019. 13o Congreso Argentino y 8o Latinoamericano de Educación Física y Ciencias. Disponível em: http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/13oca-y-8o-la-efyc/actas/Mesa15_Duarte_Percepcao.pdf/view?searchterm=None Acesso em: Fevereiro de 2020.

FERNANDES, Vera et al . Mulheres em combate: representações de feminilidades em lutadoras de boxe e MMA. **Rev. educ. fis. UEM**, Maringá , v. 26, n. 3, p. 367-376, Set. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-30832015000300367&lng=en&nrm=iso. Acesso em 02 Fev. 2020.

FREDERICO, Katyucia Flávia. Possibilidades do muay thai na educação física escola. Vitória, 2014. Disponível em: http://www.cefd.ufes.br/sites/cefd.ufes.br/files/field/anexo/katyucia_flavia_frederico_-_possibilidades_do_muay_thai_na_educacao_fisica_escolar.pdf

GBUR, André Luiz Schwanka; KOGUT, Maria Cristina. A defesa pessoal dentro do conteúdo de lutas na educação física escolar. VI Seminário Internacional sobre profissionalização docente. 2016. Disponível em: https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/25145_13924.pdf

GRAÇA, Romulo Luiz Da.; SILVA, Alisson Vidoto Da. MUAY THAI: benefícios comportamentais nas crianças praticantes na cidade de cocal do sul –SC. 2014. Disponível em: <Http://Repositorio.Unesc.Net/Bitstream/1/3095/1/Alisson%20Vidoto%20da%20Silva>. Pdf Acesso em: 18 Jan. 2020.

GOELLNER, Silvana Vilodre. 2013. Gênero e esporte na historiografia brasileira: balanços e potencialidades, *Revista Tempo*, Vol. 34, no 19, pp. 45-52

GONÇALVES, Arisson Vinícius Landgraf; SILVA, Méri Rosane Santos da. Artes Marciais e Lutas: uma análise da produção de saberes no campo discursivo da Educação Física brasileira. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Porto Alegre , v. 35, n. 3, p. 657-671, Sept. 2013 . Available from

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892013000300010&lng=en&nrm=iso>. access on 24 Feb. 2020.

HÜBNER, Marília Dutra. Muay thai: a profissão e a estratégia de viver a vida na luta pela luta. Trabalho de conclusão de curso; Porto Alegre, 2018. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/194924/001094070.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em: Fevereiro de 2020.

JAIME, Plinio das Graças; RODOVALHO, Adair Lopes. DEFESA PESSOAL NA SEGURANÇA PÚBLICA. 2019. Disponível: <https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/2220/1/DEFESA%20PESSOAL%20DEPOSITO%20FINAL.pdf>

LEMOS Pacheco, RENAN. A influência da prática das artes marciais na redução da agressividade em adolescentes, nas aulas de educação física. **POLÊMICA**, [S.l.], v. 11, n. 3, p. 414 a 424, ago. 2012. ISSN 1676-0727. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/polemica/article/view/3732/2614>>. Acesso em: 24 fev. 2020.

MARINHO, Inezil Penna. História Geral da Educação Física. São Paulo: Cia. Brasil Editora, 1980.

MORAES E SILVA, M; FONTOURA, M. P. (2011). Educação do corpo feminino: um estudo na Revista Brasileira de Educação Física (1944- 1950). *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25(2):263-275.

MOORE, K. T. **Muay-Thai**. Bangkok. New Holland Publishers Ltd, 2004.
MORTATTI, *Arnaldo Luis*; CARDOSO, *Anderson*; PUGGINA, *Enrico Fuini*; COSTA, *Rafael da Silva*. Efeitos da simulação de combates de muay thai na composição corporal e em indicadores gerais de manifestação de força. **Conexões Educação Física, Esporte e Saúde**. v. 11, n. 1 (2013). Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637639>. Acesso em: 23 Jun. 2017.

PESSINA, Julia Elias Gênero no Muay Thai: uma luta dentro das artes marciais. Rio Claro, 2017. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/156204> Acesso em: Fevereiro de 2020.

PIRES, Lucas Alexandre. Com as próprias mãos: etnografia das artes marciais e da defesa pessoal no treinamento policial militar. São Carlos, 2018. Disponível em:

https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/10117/PIRES_Lucas_2018.pdf?sequence=4&isAllowed=y

ROSA, Marcelo Victor da; BORGES, Andrey Monteiro; FERREIRA, Fátima Espíndola. DISPOSTAS E CORAJOSAS: MULHERES SUBVERSORAS DE NORMAS EM UM ESPAÇO DE APRENDIZAGEM DO MUAY THAI EM CAMAPUÃ/MS. **Revista Prâksis**, Novo Hamburgo, v. 2, p. 57-80, may 2019. ISSN 2448-1939. Disponível em: <<https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraksis/article/view/1766/2376>>. Acesso em: 02 feb. 2020.

RUFFONI, Ricardo; BELTRÃO, Fernanda. Análise metodológica na prática do judô. 2004. Disponível em <http://www.equiperuffoni.com.br/artigos/A050215.pdf> -Acesso em 10 Mai. 2017.

SANTOS, R. V. DA VEIGA. R. A. D. R. Avaliação postural de praticantes da Arte marcial muaythai no município de Erechim/RS. *Perspectiva*, Erechim. v.36, n.133, p.163-178, março/2012. Disponível em: http://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/133_261.pdf Acesso em: 11 Jan. 2020.
SUHONGSA, C. Muay Thai. Manchester: IAMTF, 1999.