



Nível de humor em capoeiristas no decorrer de uma roda

Rosa, J.L.; Peixoto, N.

Universidade do Estado de Minas Gerais, Passos, Minas Gerais, Brasil

A capoeira é praticada como esporte, jogo, luta, dança e filosofia de vida (Cortez et al., 2008). Sua definição varia de acordo com o objetivo da roda, o ritmo do jogo, o local em que é praticada e o estilo que se é jogado. Ela envolve movimentos e expressões corporais, demonstrações de habilidades, destreza e a musicalidade, essencial e que dita o ritmo do jogo. Estudos indicam que a prática de atividade física influencia no humor do praticante (Lane e Lovejoy, 2001), com melhorias nas escalas de tensão, depressão, confusão e raiva (Berger e Motl, 2000). O objetivo do estudo foi verificar os níveis de humor nos praticantes de capoeira durante a roda. A amostra foi composta por 16 capoeiristas maiores de 16 anos, com faixa etária média de 34,22 anos ($\pm 14,22$), sendo 15 do sexo masculino e 1 do sexo feminino. A roda aconteceu ao ar livre, no período noturno, na cidade de Passos/MG, marcando o encerramento das atividades do ano de 2016. Durante a roda, os capoeiristas eram convidados a participar, individualmente, da pesquisa. Foi aplicado um questionário inicial com as variáveis: nome, faixa etária, tempo de prática e graduação. Logo em seguida, cada participante respondeu o instrumento Profile of Moods States – POMS (Viana, Almeida e Santos, 2001). Optou-se por reduzir o número de perguntas do instrumento, sem prejuízo para a pesquisa, devido a roda acontecer de forma dinâmica. O participante deveria responder como estava se sentindo no exato momento, através de escala Likert, variando de nada (0) até muitíssimo (4) para cada um dos humores descritos. Os humores a serem identificados eram: tenso, irritado, imprestável, esgotado, animado, confuso, triste, ativo, mal-humorado, enérgico, alegre e sem valor. Foi utilizada estatística descritiva através do software Microsoft Excel 2013 ®. Os humores que apresentaram as maiores médias foram: animado ($3,61 \pm 0,76$), ativo ($3,17 \pm 0,69$), alegre ($3,83 \pm 0,37$) e enérgico ($3,11 \pm 0,37$). Os humores: tenso ($0,39 \pm 0,83$), irritado ($0,11 \pm 0,31$), imprestável ($0,16 \pm 0,69$), esgotado ($0,28 \pm 0,45$), confuso ($0,11 \pm 0,46$) e mal-humorado ($0,05 \pm 0,23$) apresentaram resultados baixos. Para os humores: triste e sem valor, os resultados dos escores foram iguais a zero. Concluiu-se através do estudo que a roda de capoeira, quando realizada de forma recreativa, influencia os níveis de humor devido sua musicalidade e animação. No vocabulário dos praticantes isso é chamado de “axé da roda”. Mais estudos são necessários para entender melhor toda a mística envolvida na arte.

E-mail: jeanlucas.rosa@hotmail.com