



**FACULDADE DO MÉDIO PARNAÍBA – FAMEP**

**MARLOS AUGUSTO SILVA FREITAS**

**O JIU JITSU BRASILEIRO E SUA EFICIÊNCIA NO MMA**

**PANAÍBA – PI  
2018**

**MARLOS AUGUSTO SILVA FREITAS**

**O JIU JITSU BRASILEIRO E SUA EFICIÊNCIA NO MMA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física, da Faculdade do Médio Parnaíba – FAMEP, como requisito parcial para a obtenção do título de graduado.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Esp. Lucélia dos Santos Rodrigues

**PANAÍBA – PI  
2018**

**MARLOS AUGUSTO SILVA FREITAS**

**O JIU JITSU BRASILEIRO E SUA EFICIÊNCIA NO MMA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física, da Faculdade do Médio Parnaíba – FAMEP, como requisito parcial para a obtenção do título de graduado.

Aprovado em \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof.<sup>a</sup> Esp. Lucélia dos Santos Rodrigues  
Orientadora  
Faculdade do Médio Parnaíba – FAMEP

---

Prof.<sup>o</sup> M.e Alexon Fabiano Silva Alexandre  
1<sup>o</sup> Membro  
Faculdade do Médio Parnaíba - FAMEP

**PANAÍBA – PI  
2018**

## **AGRADECIMENTOS**

A todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado, a minhas duas mães, Auricélia Freitas e Maria da Paz Freitas, heroínas que deram apoio, incentivo nas horas difíceis, de desânimo e cansaço, como também minha vó Maria de Jesus, que ajudou a financiar o curso de Licenciatura em Educação Física e seu esposo Antônio Freitas, que mesmo não estando mais entre nós, continua me incentivando através dos seus exemplos de vida deixados em sua passagem por esse mundo.

Minha esposa Moema Freitas, que tanto me ajudou no decorrer do curso, meus filhos Murilo Gabriel e Ângelo Freitas, que sempre me inspiraram nas decisões que devo tomar, estando a todo tempo do meu lado. Amigos como Maurileno Fortes, que me cedeu seu computador sempre que precisei, para terminar essa pesquisa, e Abdon Rocha e sua esposa Matilde Maria, que também fizeram parte desse processo de formação que perdurou esses quatro anos.

Agradeço a todos os professores por me proporcionar o conhecimento não apenas racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo e formação profissional, por tanto que se dedicaram a mim, não somente por terem me ensinado, mas por terem me feito aprender.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	8
<b>CAPÍTULO I - PERCURSOS METODOLÓGICOS</b> .....	11
1.1 Abordagens Qualitativas.....	11
1.2 Pesquisas bibliográficas.....	12
1.3 Contextos Empíricos.....	12
1.4 Sujeitos Da Pesquisa.....	13
1.5 Instrumentos utilizados.....	14
1.5.1. Observação Participante.....	14
1.5.2. Análise Documental.....	15
<b>CAPÍTULO II</b> .....	16
2.1. História do Jiu Jitsu.....	16
2.1.1 O Jiu-Jitsu e o mundo moderno.....	17
2.1.2 Introdução do Jiu-Jitsu no Brasil.....	18
2.2 Popularização do vale tudo e exportação do Jiu-Jitsu brasileiro....	22
2.2.1 Jiu-Jitsu nos Estados Unidos.....	25
2.2.2 Extinção do termo vale-tudo e início do MMA.....	26
2.3 Mídia e a divulgação do MMA.....	28
2.4 Disseminação do Jiu-Jitsu através do MMA.....	31
2.4.1 Técnicas de Jiu-Jitsu mais utilizadas no MMA.....	35
2.4.2 Jiu-jitsu como base do Mixed Martial Arts moderno.....	39
<b>CAPÍTULO III - ANÁLISE DE DADOS</b> .....	42
3.1. Análise da entrevista aos professores.....	42
3.1.1 Análise do acompanhamento do treino de Jiu-Jitsu de um atleta de MMA.....	44
3.2 Considerações finais.....	46
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	48

## RESUMO

Essa pesquisa ressalva a relevância do Jiu-Jitsu brasileiro adaptado por Hélio e Carlos Gracie, como sendo à base de um esporte onde reúne todas as lutas, o MMA, esta temática atualmente é bastante difundida pelas mídias sociais. O trabalho objetiva-se em averiguar, os fundamentos da arte suave que mais são utilizados nos combates de Arte Marciais Mistas e como seriam eficientes. No decorrer da análise será apresentado o grande valor que possui difundir uma cultura que começou em território nacional antes de ganhar o mundo, bem como a importância que a família Gracie teve em toda essa história. Demonstrar como a luta em questão mostra-se bastante completa, com os mais variados fundamentos, servindo de referência para o esporte de combate que mais cresce no mundo. Para as fontes de pesquisa metodológica foram utilizados os autores: Chizzotti (1991), dentre outros, pois os mesmos deram embasamento para preparação da pesquisa, uma vez que confirmam uma base metodológica adequada para aquisição dos resultados abordados. Diante disso, realizamos uma pesquisa de campo qualitativa, onde foram empregadas as etapas de observação e entrevistas elaboradas para investigar. Para o suporte teórico e bibliográfico foram analisados teóricos como Telma Cristiane Sasso de Lima e Regina Célia Tamasso Mioto (2007), (André Luiz Lacé Lopes) dentre outros, para preparação da pesquisa dentro dos conhecimentos sobre o tema em destaque.

**Palavra chave:** Jiu-jitsu. Relevância. MMA. Adaptação.

## ABSTRACT

This research underscores the relevance of Brazilian Jiu-Jitsu adapted by Hélio and Carlos Gracie, as the basis of a sport where all the fights, the MMA, are currently popularized by social media. The work aims at ascertaining, the basics of the smooth art that are most used in mixed martial art combats, and how they would be efficient. The work aims at ascertaining, the basics of the smooth art that are most used in mixed martial art combats, and how they would be effective. In the course of the analysis will be presented the great value that has to spread a culture that began in national territory before winning the world, as well as the importance that the Gracie family had in all this history. Demonstrate how the fight in question shows itself to be quite complete, with the most varied foundations, serving as a reference for the world's fastest fighting sport. For the sources of methodological research, the authors were used: Chizzotti (1991), among others, since they provided background for the preparation of the research, since they confirm a suitable methodological basis for acquiring the results approached. Therefore, we performed a qualitative field research, where the stages of observation and interviews were used to investigate. For theoretical and bibliographic support, theorists such as Telma Cristiane Sasso de Lima and Regina Célia Tamasso Mito (2007), (André Luiz Lacé Lopes), among others, were analyzed to prepare the research within the knowledge on the topic in focus.

**Keyword:** Jiu-jitsu. Relevance. MMA. Adaptation.

## Introdução

A humanidade, assim como todos os seres vivos desse planeta, tem um método de defesa, pois o instinto é sobreviver. Plantas, insetos e outros, desde o início dos tempos, buscavam formas de se sobressair diante de seus inimigos, os predadores. Com o surgimento das artes marciais, mostrou-se que o homem estava tendo domínio sobre o corpo e, técnicas, tanto de defesa, quanto de ataque, estavam sendo desenvolvidas no decorrer dos séculos. Nesse trabalho vemos a importância de uma arte marcial, o Jiu-Jitsu (arte suave), que vem sendo aprimorada no Brasil e treinada no mundo todo. Neste trabalho enfatiza-se essa luta como base do Mixed Martial Arts (MMA). Este é caracterizado por ser uma mistura de artes marciais ou artes marciais mistas, visto que ele é um esporte que uni vários tipos de luta, fazendo com que seja quase uma obrigação que todos os lutadores treinem o Jiu-Jitsu brasileiro.

Essa pesquisa vem mostrar a relevância dessa luta que serve como base de um esporte onde há mistura de artes marciais em um só atleta e, por possuir várias formas de treino e diversas variações de técnicas o Jiu-Jitsu acaba por lembrar o MMA, possibilitando assim que a prática da arte suave seja considerada quase um treino prévio de Mixed Martial Arts, propagando então a cultura brasileira. Afirma-se que ele é uma modalidade esportiva onde seus atletas podem ser denominados como GLADIADORES DO SÉCULO XXI, pois eles são esportistas destemidos e determinados a mostrar quem é o melhor, sendo considerados mais técnicos; rápidos; fortes e resistente, ou seja, lutadores completos, demonstrando assim seu valor através das artes marciais, para sua família, treinadores e compatriotas.

De raiz indiana, o Jiu-Jitsu é uma modalidade que se assemelha ao MMA, por ser bem completo. Os chutes, socos, joelhadas, entorses e estrangulamentos (encontrados em ambas as modalidades) são técnicas utilizadas na base de uma das três vertentes do Jiu-Jitsu, a defesa pessoal e, as outras duas ramificações correspondem a lutas esportivas, sendo elas: com quimono (GI), sem quimono (NO GI) e possuem um tempo determinado, peso, idade e faixa como referência para casar as lutas, para que assim de certa forma, as lutas sejam mais justas, já na autodefesa (defesa pessoal) se treina para situações de risco real, remetendo, portanto, ao Mixed Martial Arts.



Foi através de Mitsuyo Maeda que Carlos e Hélio Gracie aprenderam as primeiras técnicas da arte suave, sendo que Carlos começou primeiro. No entanto, os dois seguiram a difundir essa ideia de provar qual arte marcial era a melhor e mais eficiente, fazendo combates formais e informais mostrando o melhor método de defesa. Com o reconhecimento que a arte suave estava tomando, Rorion Gracie, em 1993, nos Estados Unidos (EUA), deu início aquele que viria a se transformar no maior evento de Artes Marciais Mistas do mundo o Ultimate Fight Championship (UFC).

Acredita-se que o Jiu-Jitsu brasileiro mostra-se bastante eficiente contra lutadores de outras artes marciais, onde a especialidade era a troca de golpes, por exemplo: chutes e socos, pois o lutador da arte suave, na maioria das vezes, conseguia agarrar, derrubar e finalizar seu oponente com estrangulamentos ou entorses nas articulações, subjugando os lutadores acostumados apenas com a luta em pé e que não tinham noção de como se movimentar durante o combate, quando estes iam para o chão.

Pisadas nos joelhos, peito e quadril, ainda são utilizados por alguns lutadores de MMA. Estas mesmas técnicas foram muito utilizadas por Royce Gracie, por exemplo, campeão do UFC, maior evento de Artes Marciais Mistas do mundo. Ele ganhou utilizando apenas o Jiu-Jitsu como arma, até por que, no início da década de noventa, as lutas eram entre estilos e se tinha que provar a eficácia da sua arte marcial em um combate onde não havia categoria de peso, nem tempo limite determinado e, pelo fato da arte suave ter se expandido pelo mundo, acredita-se que foi por sua eficiência. E como Royce Gracie conseguiu obter êxito em diversas lutas se valendo apenas do Jiu-Jitsu, seria coerente dizer que essa luta poderia ser uma das que mais se adapta e assemelha ao MMA moderno, onde o melhor lutador é aquele que faz um pouco de tudo, o mais completo.

Afirma-se ainda que há, no Jiu-jitsu, os sistemas de alavancas que, utilizando o quadril, fazem parte de diversas técnicas, entre elas, a chave de braço tradicional, que utiliza-se da lombar como alavanca para forçar o cotovelo do adversário. Esta é bastante utilizada nas lutas e é oriunda da arte suave, assim como a chave de joelho e estrangulamentos, técnicas bastante utilizadas durante a luta no chão, onde se o lutador não souber defender corretamente, poderá perder o combate.

Diversos lutadores de Jiu-Jitsu obtiveram resultados positivos no Mixed Martial Arts, entre eles estão: Ronaldo Jacaré; Damiam Maia; Walid Ismail; Carlos

Barreto; Rickson Gracie; Renzo Gracie; Rodrigo Minotauro; Leo Santos; Murilo Bustamante, contudo, ressalta-se que estes são apenas alguns dos campeões e ex-campeões em eventos de MMA espalhados pelo mundo a fora, seria coincidência esses lutadores e vários, outros oriundos da arte suave, serem grandes campeões?

O trabalho a seguir tem como objetivos abordar e questionar não só a eficiência, mas também a importância do Jiu-Jitsu em um combate real ou competitivo, bem como analisar suas técnicas, funcionalidade e adaptação ao MMA moderno, o Jiu-Jitsu estudado nesta pesquisa é o que aparece após os ajustes feitos pelos Gracies, durante a inovação da arte suave em sua passagem no Brasil.

## CAPÍTULO I

### Percursos metodológicos

Este trabalho que aborda o Jiu-Jitsu brasileiro e os combates promovidos pela família Gracie como sendo a referência para a criação de um dos maiores esportes de luta da atualidade o MMA, buscando dar veracidade ao tema através de recursos bibliográficos encontrados na internet, livros, entrevistas, revistas e documentários, pois segundo Chizzotti (2003, p.44 *apud* RODRIGUES, p.15) “o investigador recorre à observação e à reflexão que faz sobre os problemas que enfrenta, e à experiência passada e atual dos homens na solução destes problemas”. A pesquisa se realizou tendo como base a temática escolhida.

#### 1.1 Abordagens qualitativas

A abordagem qualitativa foi escolhida por possuir um método que visa à influência mútua do pesquisador com o tema ou sujeito pesquisado, pois, pode-se observar os fenômenos socioculturais que permeiam as interações entre as pessoas, de forma a analisar e a explorar atributos do tema, cenários, indivíduos. Deste modo, segundo Ludke e André (1986, p. 27), “a pesquisa qualitativa supões o contato direto e prolongado do pesquisador com o ambiente e a situação que está sendo investigada”. De acordo com os autores, esse método de pesquisa abrange fatos que fundamentados em experiências através da investigação e vivência, colaboram para a coleta de diversos subsídios. Ainda acerca desta abordagem, Rodrigues (2000), diz que:

São descritivas, as informações obtidas não podem ser quantificáveis, os dados obtidos são analisados, a interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados são básicas no processo de pesquisa qualitativa (RODRIGUES, 2000, p.12).

E, por abranger os estudos de caso, as interação, conhecimentos pessoais, observação, biografia de vida e outros meios de obtenção de fonte de coleta de dados, pode-se afirmar que a escolha de tal abordagem é pertinente e a mesma possui capacidade de analisar a presente pesquisa.

## 1.2 Pesquisas bibliográficas

Em busca de fundamento teórico, para uma informação prévia do tema, a pesquisa bibliográfica fez-se um requisito, pois a mesma possibilitou o embasamento do trabalho, avaliando o suporte intelectual preciso para a fundamentação do texto. Segundo Lima e Miotto (2007), este tipo de pesquisa, a bibliográfica é em um conjunto ordenado de procedimentos com a finalidade de buscar por soluções, sempre atentando para o objeto de estudo e que, por isso, não pode ser aleatório.

Na intenção de responder as inquietações, foram feitas diversas pesquisas a autores distintos, que abordam a temática do Jiu-Jitsu brasileiro e sua relevância nas Artes Marciais Mistas. O intuito das pesquisas realizadas foi nortear teoricamente toda a investigação científica. De acordo com Medeiros (2009):

A pesquisa bibliográfica é caracterizada pela utilização de fontes secundárias, ou seja, pela identificação e análise dos dados escritos em livros, artigos de revistas, dentre outros. Sua finalidade é colocar o investigador em contato com o que já se produziu a respeito do seu tema de pesquisa (MEDEIROS, 2009, p. 40).

## 1.3 Contextos Empíricos

A pesquisa foi realizada na cidade de Parnaíba/PI, acompanhando um lutador de MMA durante oito treinos da modalidade. Foi feita uma entrevista com o faixa preto de Jiu-Jitsu brasileiro Maurileno Fortes e com o faixa coral (faixa que antecede a graduação máxima na arte suave, a vermelha) nessa mesma luta, o mestre Heleno Maia. Este último possui mais de 40 anos de prática nesta modalidade. A academia de Artes Marciais Mistas onde foi feita a pesquisa de campo é o Centro de Treinamento (CT) Heleno Maia Jiu-Jitsu, situado na Avenida Caramuru, no bairro São Francisco, com o CEP: 64215-400, localiza-se ainda próximo ao local de treino do Maurileno, a academia Dojô House, que fica na Rua Francisco Severiano, nº210, no bairro São Francisco, com o CEP 64215130.

Ambas as academias possuem os mais variados recursos materiais que são usados no treinamento, tanto da arte suave, quanto de MMA, entre eles: tatames; anilhas; barras de ferro; saco de pancada, entre outros. Foi possível observar que

se estruturaram com a finalidade de atender aos alunos com as mais distintas peculiaridades, pois o piso, teto e paredes, aparentemente estão em boas condições.

#### **1.4 Sujeitos Da Pesquisa**

Os sujeitos da pesquisa são o Lutador de Mixed Martial Arts David Nascimento; o educador físico (graduado) e competidor de Jiu-Jitsu Maurileno Fortes e o educador físico e mestre em Jiu-Jitsu Heleno Maia. Ressalta-se que ambos já competiram tanto em campeonatos de Jiu-Jitsu e no Vale Tudo. Quanto ao mestre Heleno Maia, viu-se importante ainda acrescentar que em 1999, no Rio de Janeiro, Heleno Maia foi campeão mundial e Maurileno, hoje faixa preta, possui 12 anos competindo e já somou diversos títulos, entre eles um brasileiro, um amazonense, etc...

Acerca dos participantes, pode-se enfatizar que David Nascimento treinava boxe, e por conta do interesse de lutar MMA, começou a praticar Jiu-Jitsu. Seu local de treino é no Centro de Treinamento Heleno Maia, onde foi acompanhada a rotina de treinos do mesmo com a finalidade de mostrar como a arte suave se tornou importante para este atleta, que era de outra modalidade, contudo possui o intuito de participar de competições de Artes Marciais Mistas.

Quanto a Maurileno, este é dono de uma academia de Jiu-Jitsu e defesa pessoal, Dojô House, além de Jiu-Jitsu e do Boxe, ele ainda tem mais de 30 anos de prática da capoeira e, estas práticas, de outras modalidades, por vezes são inseridas nos treinos de ambas as lutas em que o Dojô se propõe a ensinar. Este mesmo participante é parte fundamental para esta pesquisa. Sobre o mestre Heleno, ressalta-se que o mesmo possui mais de 40 anos de prática de Jiu-Jitsu e os seus relatos e experiências adquiridas depois de todo esse período são de grande valia para a construção deste trabalho.

O sujeito de pesquisa é o ente objeto da investigação. Trata-se da unidade funcional daquilo que será pesquisado. O sujeito (ou unidade observacional/experimental) pode ser uma pessoa, um animal, um metro quadrado de cana-de-açúcar, uma empresa, um tipo de peça utilizado na fabricação de automóveis etc (APOLINÁRIO *et al*, 2017).

O Vale Tudo teria surgido a partir dos desafios promovidos pelos Gracies para provar a eficiência de sua luta. Estas batalhas servirão também como foco de estudo, bem como a evolução desses combates promovidos por essa família, o MMA. Será ainda abordada a criação do UFC, segundo Apolinário *et al*, (2017) “os sujeitos, tendo sido classificados como admissíveis pelos critérios de inclusão, serão efetivamente selecionados para participar do nosso estudo”.

## **1.5 Instrumentos utilizados**

O instrumento utilizado para a realização da pesquisa foi a observação participante, pois esta permite um contato melhor com o tema ou indivíduo abordado, visualizando assim os métodos empregados nos treinamentos da arte suave do MM, bem como também se utilizou, com instrumento, a análise documental, para que assim se pudesse compreender melhor o assunto escolhido.

Buscou-se embasamento nos artigos, documentos e referências a respeito do tema investigado, logo após este processo, foi aplicada uma entrevista com professores do esporte estudado, objetivando apreciar o posicionamento dos mesmos sobre o tema escolhido para ser analisado neste trabalho.

### **1.5.1 Observação participante**

A averiguação é um instrumento válido e científico, faz-se imprescindível uma observação mais precisa e objetiva, controlada e organizada, com um planejamento cauteloso e um preparo rigoroso do observador. O mesmo necessita demarcar o objeto de estudo, uma vez escolhido, encontrar o foco da pesquisa e sua configuração espaço-temporal, de forma que fique evidente, mesmo que de forma transitória, os aspectos do problema e a melhor forma de captá-los, a respeito disto, foi basicamente feita uma observação no CT Heleno Maia, onde constatou-se como era realizado um treino de um lutador de MMA e a inclusão por parte de todos os sujeitos envolvidos no cotidiano dos treinos.

A observação aconteceu no período de 05 de outubro a 23 de novembro, de 2017, totalizando oito treinos. Nessa academia (CT Heleno Maia) o treino de defesa pessoal, sem quimono, era todas as quintas e nos demais dias da semana os

exercícios eram voltados para o Jiu Jitsu com quimono. Eram anotadas todas as atividades que o atleta executava como também a evolução do mesmo nos treinos.

### **1.5.2 Análise documental**

É um método valioso que pode ser utilizado na abordagem de elementos qualitativos, visto que os documentos são considerados escrituras, pode-se afirmar que as mesmas buscam identificar informações a partir de temas ou hipóteses que tenham certa relevância, compondo uma fonte influente de onde podem ser retiradas evidências.

Na captura de subsídios que fundamentem afirmações e declarações do pesquisador, a análise documental é um método exploratório e acaba por mostrar problemas que devem receber uma atenção maior ao serem explorados através dos mais variados métodos. Ele complementa as análises obtidas por outras técnicas de coleta de dados

A escolha dos documentos não pode se dá de uma forma aleatória, deverá haver algum propósito, conceitos ou suposições guiando para um tipo de seleção, uma vez selecionados os dados do pesquisador procederão para a análise, recorrendo para esse fim à metodologia de análise de conteúdo, como afirma Pimentel (2011):

Estudos baseados em documentos como material primordial sejam revisões bibliográficas, sejam pesquisas historiográficas, extraem deles toda a análise, organizando-os e interpretando-os segundo os objetivos da investigação proposta. (PIMENTEL, 2011, p.180).

## CAPÍTULO II

### 2.1 História do Jiu-Jitsu

O surgimento da arte suave foi oriundo da necessidade de se obter um modo de defesa e, sucessivamente de ataque. Segundo Hobbe (2007,p.65), esta modalidade foi “criada e desenvolvida pelos monges budistas que em suas peregrinações pelo país e fora dele, sofriam constantes ataques de saqueadores e ladrões de tribos mongóis”. Pode-se dizer que seu uso visava aplicar golpes nas articulações utilizando métodos de alavancas, torções, pressões, quedas e estrangulamentos, fazendo parte de um leque de opções das técnicas de luta, utilizadas tanto com cunho competitivo (empregando regras, limite de tempo e criando categorias com base no peso), como até mesmo, na parte que corresponde a defesa pessoal, por meio de simulação de situações de perigo real.

De raiz antiga, com origem Oriental, as outras denominações que antecederam o Jiu-Jitsu eram: Ju Jitsu/Ju Jutsu, onde ju significa suavidade em japonês e jutsu arte, aí a denominação, “arte suave”.

Sabe-se que a história mais difundida é de que essa arte marcial tão peculiar teria surgido conforme a necessidade de monges indianos de obterem artifícios para se defenderem e, visto que sua filosofia de vida não lhes permitia ceifar a vida de outro ser humano ou de, ao menos, machucar de maneira traumática, Hobbe (2006), trás de maneira histórica que:

As mudanças de reinado na Índia trouxeram consequências para o budismo e conseqüentemente para o Jiu-Jitsu. Os monges budistas foram expulsos do solo indiano, acarretando com isso, a pequena presença do Jiu-Jitsu hoje na Índia. (HOBBE, 2006, p.66).

Eles buscaram desenvolver um método eficiente de defesa onde imobilizavam seus inimigos utilizando entorses, buscavam somente neutralizar os ataques dos adversários sem a utilização de armas. Para Von (2016, p.36) “não há pesquisa definitiva das origens do Jiu-Jitsu. Alguns falam em dois mil anos e associam a criação da arte à sociedade dos monges budistas na Índia”. Tal pensamento corrobora para que se comprove a versão de que esta arte marcial é milenar.

Sabe-se que durante os séculos III e VIII foram verificados diversos outros estilos semelhantes em regiões da Índia e China, com isso observa-se a notável



influência da cultura de cada povo, onde tradições eram absorvidas, mas também constantemente aperfeiçoadas e, com esse remodelamento de técnicas a arte marcial iria atraindo os mais diversos adeptos, principalmente por conta das variações de golpes que surgiram sob a influência cultural sofrida no decorrer dos anos. Para Hobbe (2006):

Não apenas um, mas vários estilos de Jiu-Jitsu. Alguns eram especializados em estrangulamentos, outros em espadas, em arco e flecha, em bastão, em chutes e punhais, em torções e outros, em quedas e imobilizações. (HOBBE, 2006, p.67).

Toma-se como o exemplo o relato que, durante as batalhas, os samurais necessitavam de uma técnica de luta que não utilizasse armas, pois durante a guerra poderiam ficar sem suas espadas e que o uso de golpes como socos, chutes não fariam tanto efeito traumático, uma vez que todos usavam armaduras, então, em virtude disso, as quedas e entorses começaram a ganhar um espaço significativo. No Japão houve até um decreto imperial onde ficava proibido ensinar a arte suave fora do país ou para não japoneses.

### **2.1.1 O Jiu-Jitsu e o mundo moderno**

Após a passagem de vários séculos, quando já se tornara uma luta difundida, o Jiu-Jitsu ganhou ainda mais adeptos, no Japão, como exemplo de fundamental importância se tem o Mitsuyo Maeda, um filho de lutador de sumô nascido em 18 de novembro de 1878 em Funazawa, cidade de Hirosaki e falecido em 28 de novembro, de 1941, em Belém do Pará.

Aluno de Jigoro Kano, criador do Judô no ano de 1882, que através da sua influência política japonesa, visto que ele era funcionário do Ministério da Cultura, conseguiu modificar as regras dos campeonatos para que não fossem mais usadas técnicas no chão, resolveu ainda tirar os golpes traumáticos que compõe o Jiu-Jitsu tradicional, dando destaque somente as projeções, popularizando assim o esporte que criara. Já Funacoshi criador do Karatê, ao contrário de Kano, deu mais ênfase as técnicas traumáticas da arte suave. Pode-se afirmar que Maeda era defensor das técnicas de defesa pessoal do Jiu-Jitsu e que viajou o mundo difundindo ensinamentos da arte suave e vencendo vários desafios. Apesar disso:

O governo japonês escolheu o professor de Jiu-Jitsu Jigoro Kano, funcionário do Ministério da Cultura Japonesa, para criar uma modalidade de luta que se assemelhasse ao Jiu-Jitsu, mas que não deixasse transparecer as técnicas eficientes e secretas da Nobre Arte. (Pablo Delano Porfírio Arruda; Bertinho José de Souza, 2017).

Dentre alguns dos países visitados por Conde Koma estão à Bélgica, Inglaterra e Espanha, países Europeus onde, durante sua passagem, conseguiu difundir o Jiu-Jitsu japonês, isto aconteceu enquanto seu mestre dava ênfase aos métodos e estudo das projeções (quedas). Mitsuyo buscou aprofundar-se na área que corresponde a algo mais abrangente, tratando-se da metodologia de defesa pessoal, onde através das teorias e orientações técnicas, busca preparar o indivíduo para uma situação real de perigo, incluindo vários outros golpes, fazendo com que as projeções não ficassem em tanto destaque.

Conforme a expansão do budismo pelo oriente, passando pelos mais variados povos, as artes marciais, mais uma vez, demonstram uma capacidade de se adaptar e mudar com o passar do tempo, sempre evoluindo e agregando novas técnicas. Deste modo, utilizou-se a premissa de que o japonês desbravou parte do nosso globo terrestre em busca de provar a eficácia da arte suave, levando a acreditar que, deste modo, se inicia a saga dessa arte marcial por todo o planeta através do destemido Maeda. Durante sua viagem também passou pelos Estados Unidos e América Latina, apresentando-se em alguns países Sul americanos e, assim, até chegar à terra do pau brasil.

### **2.1.2 Introdução do Jiu-Jitsu no Brasil:**

Há registros de que a guarda do imperador D. Pedro II havia treinado a arte suave, Segundo Tatame (2008, p. 25), pro meio do “mestre de Jiu-Jitsu Manji Takewaza, que teria feito alguns treinamentos com a guarda imperial no ano de 1888”. Em julho de 1914, Mitsuyo desembarca no Brasil onde fincaria suas raízes e, após desbravar nosso território nacional protagonizando combates com mais variados lutadores, decidiu morar na capital paraense. Uma vez encarou um capoeirista de 1,90m e quase 100 kg, Maeda tinha 1,68m e 68 kg, disse para seu adversário que podia usar faca se quisesse, o japonês o desarmou, derrubou e

finalizou o brasileiro, mostrando uma das eficácias do Jiu-Jitsu, onde o menor e mais leve se obtiver técnica e bom treinamento, conseguirá subjugar seu rival.

Foi somente em 1920 que ele viria sofrer seu primeiro revés, ainda de acordo com Tatame (2008, p. 26) “em 1920 onde faz uma luta esportiva com o antigo amigo Sataki que ficara no Brasil dando aulas em Manaus, Koma conheceria sua primeira e única derrota como lutador”, encerrando assim sua carreira como lutador. Ressalta-se ainda que 5 anos antes do encerramento de sua carreira, em dia 11 de Março, de 1915, no Rio de Janeiro, no teatro Carlos Gomes, foi promovido um festival de lutas para popularizar o esporte que até então era novidade para os brasileiros. Festival possuiu 10 regras básicas:

1. Apresentar-se decentemente, com unhas dos pés e mãos cortadas;
2. Deverá usar quimono;
3. Não é permitido morder, arranhar;
4. Nunca utilizar a ponta do pé, fará com a curva;
5. A Luta não termina quando o oponente cai com as costas no chão;
6. Utilizar o recurso dos três “tapinhas”, no tatame ou no corpo do adversário;
7. Se o árbitro entender que deve interromper a luta mesmo sem os três tapas, poderá fazê-lo;
8. Rounds de 5 minutos por dois de descanso;
9. Se os atletas caírem fora do tatame, o árbitro reposicionará os mesmos em pé no centro do tapete;
10. Nem a imprensa, o lutador que vencer ou juízes, é responsável por qualquer mal que venha a ocorrer com o perdedor.

Amigo de Gastão Gracie, Maeda concordou em ensinar a arte suave para Carlos Gracie, filho de seu colega, que ficara maravilhado com a desenvoltura da aplicação dos golpes desferidos pelo japonês, acreditando na eficiência da arte marcial que acabara de lhe ser apresentado, interessou-se em aprender as técnicas, tanto em pé, como no chão e ainda como se aproximar do adversário, visto que os chutes e cotoveladas eram alguns dos artifícios que o oriental utilizava para levar a luta para o solo e, caso o adversário estivesse de quimono, Mitsuyo utilizaria o mesmo na aplicação de estrangulamentos e para dominar e prender o oponente. Von (2016, p.37) diz que “em 1917 Carlos Gracie teve contato pela primeira vez com

o japonês Mitsuyo Maeda”. E esta foi a forma como a arte suave foi apresentada aos Gracies.

A primeira luta de Vale Tudo divulgada e promovida no Brasil foi em 1º de maio de 1909. Os competidores foram Ciríaco, da capoeira, contra o japonês Sada Miyako, vindo a vencer o brasileiro (André Luiz Lacé Lopes, 03 de setembro). Anos depois, no Rio de Janeiro, houve outra luta e, desta vez, foi entre Carlos Gracie e Samuel, da capoeira. Este mesmo Carlos começou, em 1922, a dar aulas para amigos e irmãos (Tatame, 2008). A família então passou a desafiar todos os lutadores, das mais diversas artes marciais, espalhando cartazes na cidade, “se você quer ter um braço quebrado, procure a academia Gracie”, aos poucos o Jiu-Jitsu começou a ficar conhecido e ganhar seu espaço.

Até que apareceu Hélio Gracie, franzino e de grande valentia e inovou as técnicas da arte suave, adaptando-as para suas deficiências físicas, pois como não tinha grande porte físico, ele utilizava um sistema de alavancas onde conseguia utilizar a força do inimigo contra ele mesmo, surgia, neste momento, o Jiu-Jitsu brasileiro. Os Gracies fixaram suas raízes no Rio de Janeiro, onde continuaram a desafiar lutadores de diversas artes marciais e de pesos variados, ganhando a maioria das lutas e, segundo Gracie (2008, p. 63), “em 1925 inauguraram a primeira academia Gracie Jiu-Jitsu, localizada na Rua Marquês de Abrantes, na praia do Flamengo”. Por não ter tanta força física, Hélio buscava adaptar os golpes a seu favor, treinando exaustivamente a fim de desenvolver ângulos diferentes para desferir seus ataques.

Técnicas como as alavancas utilizando a lombar para estabilizar posições de vantagem durante a luta, bem como a aplicação de algumas quedas e finalizações (golpes), eram e ainda são, as principais armas dos Gracies e de todos os adeptos da arte suave. Os filhos, sobrinhos e netos dos Gracies, transformaram-se em um exército de guerreiros prontos para defenderem a “bandeira” do Jiu-Jitsu brasileiro, levando adiante os ensinamentos e as adaptações feitas pelo patriarca da família. De acordo com a revista Gracie (2008), lemos:

Certo dia Carlos Gracie se atrasa para ministrar uma aula para um alto funcionário do Banco do Brasil, Mario Brandt, quando algo inusitado aconteceu, Hélio Gracie, irmão mais novo dos cinco Gracies, levanta-se da cadeira e pergunta a Mario Brandt se ele poderia lhe passar o programa de treino. (Gracie Magazine, 2008, p. 70).

O destemido estudioso desta arte marcial seguiu os passos de seus mestres, o irmão Carlos e Mitsuyo Maeda, continuando a desafiar a todos em busca de provar toda a eficiência da arte suave. Seus adversários geralmente eram maiores e mais fortes, surgindo desta forma a fama do mestre Hélio, pois este conseguia subjugar seus oponentes e finalizá-los mesmo sendo menor e mais fraco. Ele acreditava que a arte suave era bem mais completa e imprevisível, pois como era uma luta que acabara de ser introduzida no Brasil, a maioria dos lutadores ainda não sabiam como se desvencilhar dos golpes da maneira correta e os Gracies se aproveitavam bem disso durante os combates. Como no relatado a seguir a revista Gracie (2005):

Quando nós começamos a fazer “vale tudo”, era simplesmente no intuito de promover o confronto entre estilos. Acreditávamos no Jiu-Jitsu e achávamos que o Jiu-Jitsu poderia se sair bem contra boxe, karatê, capoeira, judô ou qualquer outro estilo. (Gracie Magazine, 2005, p. 15).

Existiam vários alunos famosos: ministros; arquitetos; atores; doutores (Estênio Garcia/ Raul Gazola/ Dr. Mário Murici/ Ministro Luiz Fux), pois todos queriam entender como pessoas magras conseguiam vencer adversários mais fortes e pesados e almejavam um estilo de vida saudável em um ambiente onde há uma boa interação social entre os participantes, queriam somente os benefícios físicos que a arte promovia e ainda aprender autodefesa, sem intenção de competir, de acordo com o relato de Oscar Niemeyer (2009), ele “... gostava muito daquele ambiente de lá. O Jiu-Jitsu ajudava agente a fazer exercício. Eles eram tão engraçados”. Hélio já estava cansado e de “certa idade” para continuar lutando em alto nível, então, viu o nome da família continuar com Carlson Gracie, filho mais velho de Carlos Gracie, nascido no dia 13 de Agosto de 1933. Carlson acabou se tornando o representante principal da família no Vale tudo na década de 50, ganhou diversas lutas e depois se tornou um dos principais treinadores de luta da época, tendo alunos como Victor Belford e Carlos Barreto.

Até que em 1967 começaram os combates de Jiu-Jitsu com limite de tempo, as primeiras regras com pontuações e foi fundada a Federação de Jiu-jitsu da Guanabara, que teve como presidente Hélio Gracie e como presidente do Conselho, Carlos Gracie. Este também dirigia o departamento técnico. Estava indo tudo bem no Brasil e então, na metade da década de 90, Carlinhos Gracie fundou a Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu (CBJJ).

Depois que Carlson se aposentou das lutas, foi a vez de Rickson Gracie representar o Jiu-Jitsu brasileiro e a honra da família. Ele nasceu no dia 20 de novembro de 1958, no Rio de Janeiro e sua primeira luta foi contra o duríssimo lutador de Tarracá (luta indígena maranhense), Casemiro Nascimento Martins, o rei Zulu. Este vivia viajando o Brasil desafiando lutadores e assim conseguiu tirar o seu sustento, lutando literalmente para viver e, era este lutador que o Gracie tinha a missão de derrotar, para mostrar seu valor para a família, o público e a eficiência da arte marcial aprimorada por seu pai Hélio, segundo a revista Gracie Magazine (2004, p. 33), “Rickson nunca tinha lutado profissionalmente”. O combate ocorreu no Maracanãzinho, na cidade do Rio de Janeiro, em 1984. Um vereador carioca relata surpreso, relatou que “Eu confiava muito no Jiu-Jitsu, mas quando Zulu entrou, confesso que tomei um susto. O Rickson era uma formiga na frente de um elefante” (José Moraes, Julho de 2004).

Como o Gracie iria enfrentar um lutador tão experiente? Não tinha a mesma vivência em competições que seu adversário, mesmo assim, depois de um primeiro round parelho, o sucessor de Carlson fez valer a eficácia do Jiu-Jitsu em um combate. Ressalta-se que naquela época não se usava luvas, protetores bucais e genitais e valia chutar o adversário no chão, remetendo a um combate real. Então, com eficácia Rickson conseguiu manter a calma e provar, na prática, a eficiência das técnicas aprimoradas por Hélio.

Conseguiu, como um mata leão (estrangulamento feito pelas costas do adversário) finalizar a luta aos 2 minutos do segundo round (Gracie Magazine, 2004). Este Gracie teve o currículo profissional de onze lutas, finalizando todos seus oponentes e nunca veio a perder, isto sem contar com as lutas amadoras onde obteve o mesmo êxito. Ele conseguiu ainda impor a técnica que seu pai lhe ensinara.

## **2.2 Popularização do Vale Tudo e exportação do Jiu-Jitsu brasileiro**

Posteriormente a propagação do Jiu-Jitsu, eis que surgiram outros membros da família que obtiveram bastante êxito em suas carreiras como lutadores de MMA, tendo como a arte suave sua base principal de luta, entre eles estão: Renzo, Ryan, Roger e Royler Gracie. Em contrapartida Rorion filho de Hélio, que lutava mais de modo informal, muda-se para os Estados Unidos para difundir o “Brazilian Jiu-Jitsu”

(Jiu-Jitsu brasileiro), onde decidiu oficializar os combates e transmitir pela TV a cabo, de acordo com Vasques (2014, p.291), “nos Estados Unidos, 80 mil lares tinham assistido à luta por meio de seus canais pagos de TV” e, em 1993, surgiu o Ultimate Fighting Championship (UFC), acerca deste se abordará a diante.

Nota-se tamanha diferença, do UFC, quando se compara início em relação com os dias de hoje. Em vídeos na internet pode-se observar que a intenção de cada lutador era demonstrar e impor seu estilo de luta, evidenciar que a arte marcial que o mesmo praticara seria a mais eficaz. O termo Vale Tudo traz, de certo modo, uma interpretação errônea do esporte, visto que não se pode afirmar que o lutador poderia fazer o golpe que quisesse durante a luta, pois o mesmo tinha que utilizar exclusivamente as técnicas de qualquer arte marcial, independente da qual fosse empregada.

Buscava se introduzir regras ao combate que não beneficiasse nenhum dos lutadores, retirando golpes como: dedo no olho; chute nos órgãos genitais, tentando, deste modo, fazer uma luta mais justa. Entretanto, Millen Neto, Garcia e Votre (2004) ressaltam que:

O destaque que é dado ao Jiu-Jitsu ao se falar de Vale Tudo no Brasil, em especial no Rio de Janeiro, é em grande parte consequência da repercussão dos desafios lançados e vencidos pela família Gracie. Foi por meio dessas lutas que os Gracie conseguiram atrair o aparato midiático e, por conseguinte, ganharam apelo público. (MILLEN NETO; GARCIA; VOTRE, 2004, p.03).

Um juiz era selecionado na intenção de manter a ordem no tatame ou ringue durante a disputa, porém o que acontecia com bastante frequência eram os combates informais em praias, praças, ruas e academias, trazendo um sentido de violência ao esporte, no qual o único objetivo era subjugar o adversário, nocauteando ou fazendo com que o mesmo desista verbalmente, sinalizando com três tapas no tatame ou chão, provando sua superioridade e da luta que pratica. Millen Neto, Garcia e Votre (2004) afirmam que:

Desafios que se tornaram combates com diferentes regulamentações, ou mesmo sem regras, com quimonos ou sem quimonos, com luvas ou sem luvas, incluindo lutas nas quais eram permitidos os chamados golpes baixos. (MILLEN NETO; GARCIA; VOTRE, 2004, p.04).

Deste fato viu-se a importância de começar a oficializar os torneios, oferecendo um significado diferente a esses combates, mas mesmo, com os combates formais, ainda assim, existiam disputas entre academias de artes marciais diferentes, aonde cada qual almejava provar sua eficiência. Após Carlos e Hélio, outros também se aventuraram no mundo do Vale Tudo travando diversas batalhas, em sua constante busca da perfeição técnica e, ao mesmo tempo, de provar a eficácia da arte suave em um combate real ou competitivo, colocando a prova seus métodos de treino que, até então, estavam em desenvolvimento. Dessa forma buscando provar, conforme Bottenburg e Heilbron (2006):

Quem é o mais forte entre os fortes – ou melhor, quem tem mais força, resistência ou, então, uma forma combinada de ambas as capacidades, e para comprovar que uma determinada modalidade de luta se sobrepõe sobre outra. (BOTTENBURG; HEILBRON, 2006, p. 101).

No final dos anos oitenta e início da década de noventa, os combates entre estilos, já existiam em formato amador, apenas para provar quem batia em quem, falando de uma forma grosseira, para se popularizar e, para que se tornasse um esporte deveria haver, a partir de então: regras, limite de tempo e peso, isto fora toda uma estrutura física que comportasse com segurança o público, bem como uma área de luta que trouxesse certa garantia de que os atletas não se machucassem por motivos externos à luta, caindo do ringue, por exemplo.

Médicos também deveriam estar presentes no local para resguardar a integridade física do lutador, agindo de maneira profilática afim de não acarretar problemas maiores, tais como as sérias lesões decorrentes do confronto com o adversário. Haveria a necessidade da introdução de um árbitro central e três juízes que se responsabilizariam pela marcação dos pontos de acerto e as penalidades aplicadas pelo juiz que está arbitrando do combate. Vasques (2014):

Devido às pressões financeiras, política e social para que as lutas fossem mais civilizadas, passa-se a discutir sobre a necessidade de regras que preservem a integridade física do atleta de MMA – e, é claro, para serem socialmente aceitas. Entre as novas regras, foi proibido dar cabeçadas, quebrar dedos, puxar cabelo e pôr o dedo na boca ou narina do oponente. Introduziu-se a classificação por peso. (VASQUES, 2014, p. 291).



### 2.2.1 Jiu-Jitsu nos Estados Unidos

O filho mais velho de Hélio, Rorion, usou a tática que a família usara aqui no Brasil para promover o Jiu-Jitsu brasileiro nos EUA, país de sua residência desde o fim da década de 1970. Começou então a fazer desafios que valiam dinheiro, promovidos em jornais e tendo a realização das em sua academia ou em qualquer outro ambiente e possuía a intenção primordial de difundir essa arte marcial de raiz indiana e que fora aprimorada por seu pai. Embora fosse aplicado tamanho esforço para a popularização da arte, se observou que faltava algo mais.

Rórion propôs ainda uma associação juntamente com seu aluno, Art Davis, que através da sua especialidade em marketing propiciou ao Jiu-Jitsu mais visibilidade, mesmo se tratando da América do Norte, aonde tornou-se possível à promoção de um show de vale tudo para a TV.

Já estando fixada residência nos EUA, Rorion Gracie decidiu dar início aquele que viria a ser o maior evento de Artes Marciais Mistas do mundo: o UFC, sigla em inglês que significa Ultimate Fighting Championship e em português tem como tradução: Campeonato Final de Lutas. Este foi criado no dia 12 de novembro de 1993, com as lutas transmitidas pelo sistema pago de TV nos EUA. Royce, também filho de Hélio, foi o escolhido para representar o Gracie Jiu-Jitsu. Observou-se que assim como o pai, também era portador de um corpo franzino, no entanto mostrou a então supremacia das técnicas do seu Jiu-Jitsu brasileiro e venceu as primeiras edições do UFC.

Na época, a intenção principal do UFC era provar a eficiência do Jiu-Jitsu brasileiro colocando Royce Gracie para lutar com atletas maiores e mais fortes que ele. E, apesar das diferenças dele para outros competidores, o lutador da arte suave se sagrou campeão, finalizando todos os adversários. Entre seus oponentes estão um boxeador, Art Jimmerson; um wrestler (lutador de luta olímpica), Ken Shamrock; um kick boxer, Gerard Gordeau. Neste primeiro combate do UFC, o Gracie, ganhou 50 mil dólares por sua vitória (AWI, 2012).

Pode-se analisar que antes as lutas, segundo Millen Neto, Garcia e Votre (2004):

Assemelhavam a uma briga de rua, com pouquíssimas regras e sem tempo estipulado para acabar. Além disso, para ser campeão dessas primeiras edições, Royce precisou sobrepujar três lutadores maiores e mais fortes do que ele em cada evento. (MILLEN NETO; GARCIA; VOTRE, 2004, p.05).

Percebeu-se então que a necessidade da adoção de limite de tempo das lutas era indispensável para a viabilidade do evento e promoção do esporte, pois era compreendido que assim deixaria os combates menos monótonos e com um momento de descanso de um minuto entre cada round, sendo assim, esperava-se que os atletas rendessem mais e se machucassem menos. Para os Gracie, tal modificação não seria tão bem vinda, uma vez que a eficiência das técnicas de seu Jiu-Jitsu dependia da ausência de limite de tempo, cansar os seus adversários e surpreendê-los quando cansados com uma finalização, visto que esta era sua estratégia de luta mais importante. “A consequência desse impasse foi à venda das cotas pertencentes à Rórion para seus sócios e a interrupção da participação de Royce no evento” (MILLEN NETO; GARCIA; VOTRE, 2004, p.05). Depois, a evolução do esporte começara a acontecer por conta das mudanças.

## **2. 2.2 Extinção do termo vale-tudo e início do MMA**

Os anos se passaram após a saída de Royce do UFC e os mais diversos eventos de Vale Tudo se espalharam pelo mundo a fora e algumas regras começaram a ser universalizadas, tais quais: o uso de proteção genital e bucal; utilização das luvas; o impedimento das cabeçadas; golpes na parte posterior da cabeça; divisão de categorias por peso, como acontece no boxe e o controle do tempo.

Foi o visionário americano, Dana White, quem melhor usou o potencial dos eventos de Vale Tudo e, em 2001, ele se tornou o principal dirigente do UFC, cargo que lhe compete até hoje, obtendo êxito em seus planos para difundi-lo mundialmente e ultrapassar o sucesso do antigo modelo implantado por Rorion e de seu adversário direto naquele momento, o Pride FC, evento de Vale Tudo que acontecera no Japão e que naquela época que não vingou, pois não seguiu a mesma proposta do Ultimate de universalizar as regras, ficando preso no modelo antigo do esporte, vindo a ser comprado por Dana. Uma das alterações mais importantes vistas, segundo Millen Neto; Garcia; Garcia (2004) foi:

A mudança mais significativa em termos simbólicos aconteceria na denominação, pois o vale tudo tinha sua imagem associada à violência, era socialmente questionado e, por consequência, não tinha fácil acesso aos principais meios de comunicação... a mudança do nome, de vale tudo para

MMA, trouxe uma nova concepção sobre a modalidade. (MILLEN NETO; GARCIA; VOTRE, 2004, p.06).

Segundo Dana, para que um evento de Vale Tudo atingisse um mercado mais amplo e popular, as mudanças deveriam ser mais expressivas do que as que foram feitas até o momento, enquanto os atletas das mais variadas artes marciais se confrontavam para afirmar a eficácia das mesmas, no MMA os lutadores adotam outra qualidade: a mistura entre os estilos de luta em um só atleta. Mesmo ainda identificando sua ascendência em determinada modalidade, hoje só é considerado um lutador de Mixed Martial Arts, aquele que melhor mescla as variações das técnicas de defesa e ataque durante um combate: quedas, chutes, socos, estrangulamentos e entorses nas articulações, por exemplo. “Não se veem mais, sem qualquer exceção, lutadores profissionais de MMA dedicados ao treinamento de apenas uma modalidade de luta” (MILLEN NETO; GARCIA; GARCIA, 2004, p.06).

Uma das competições esportivas que mais crescem recentemente é o estilo de luta conhecido por Mixed Martial Arts, ou Artes Marciais Mistas (MMA), famoso no Brasil até o início dessa década como Vale Tudo. Apesar de que, na visão dos leigos, se pareça um esporte agressivo, a cada dia o MMA vem se tornando cada vez mais profissional, pois possui normas bem definidas. Os profissionais do mundo das artes marciais são verdadeiros ídolos de um público e isto cresce a cada novo evento.

Mas como surgiu o MMA? Há indícios de um esporte parecido com ele, que possui datação de Antes de Cristo (A.C), inventado pelos gregos, o Pankration. Este esporte grego mescla o boxe com a luta livre e veio a ser um dos esportes mais conhecidos dos jogos Olímpicos na Antiguidade. “Os primeiros registros datam do século VII A.C., quando os gregos criaram o Pankration, uma mistura de boxe com luta livre”, (Tatame Online, 2014). Tais fatos demonstrando que o estudo das lutas vem de milênios atrás.

Na atualidade, com a evolução natural dos regulamentos que regem uma luta, o MMA vem se mostrando não só um esporte, mas um entretenimento praticado em elevadíssimo nível, com regras severas que tem como intenção conservar a integridade física dos lutadores, vindo assim apresentar para o público um excelente evento de artes marciais. Acerca das regras, devem ser seguidas algumas ordens básicas, conforme mostrada na revista Tatame Online (2014):

- ✓ Os lutadores devem usar luvas de dedo aberto, que deverão ser fornecidas pelo evento;
- ✓ É obrigatório o uso de coquilha (acessório para proteção genital).
- ✓ É obrigatório o uso de protetor bucal;
- ✓ É permitido (mas não obrigatório) o uso de: sapatilhas, protetores para os joelhos, protetores para os cotovelos e bandagens para os tornozelos e punhos;
- ✓ Os lutadores não podem aplicar na pele produtos como óleo, vaselina etc.
- ✓ É proibido atingir região genital;
- ✓ É proibido morder;
- ✓ É proibido por dedos nos olhos do oponente;
- ✓ É proibido puxar cabelo;
- ✓ É proibido atingir a nuca;
- ✓ É proibido dar cotoveladas de cima para baixo;
- ✓ É proibido dar qualquer tipo de cotovelada, (Pride);
- ✓ É proibido dar cabeçadas;
- ✓ É proibido agarrar nas cordas do ringue;
- ✓ É proibido jogar o adversário para fora do ringue;
- ✓ É proibido chutar o oponente quando estiver no chão (UFC);
- ✓ É proibido pisar na cabeça;
- ✓ É proibido dar pedaladas quando o adversário estiver de joelhos.

Com a mudança das regras para popularizar o esporte, um dos primeiros pontos positivos foi o interesse dos veículos de comunicação em transmitir os eventos de MMA, os empresários donos do Ultimate viram a oportunidade de divulgar seu empreendimento, ampliando não só seus negócios, mais ajudando a divulgar o Mixed Martial Arts.

### **2.3 Mídia e a divulgação do MMA**

A luta é considerada uma das mais expressivas amostras socioculturais atualmente, adquiriu uma estreita afinidade com veículos de comunicação e esses, por sua vez, passaram a interferir e influenciar de forma direta na disseminação de

informações sobre o discurso esportivo, determinando o ponto de vista que a sociedade deveria ter a respeito de esporte e o que deve ser passado para o público. Diante disto, o esporte passou a ser considerado uma espécie de espetáculo, tornando-se um dos maiores produtos de consumo predominantemente viabilizado no mundo inteiro (MIRANDA FILHO; SANTOS, 2014), atraindo cada vez mais fãs.

Esse termo MMA teria surgido no início dos anos 2000 trocando o antigo termo Vale Tudo que era utilizado desde a década de vinte, em terras brasileiras, pela família Gracie. Por meio de difusões das lutas, mediante os canais de televisão, o referido esporte tornou-se mundialmente conhecido, adquirindo constante evidência na mídia. Segundo Alvarez e Marques (2014):

Mídia não somente refere-se aos meios de comunicação de massa (rádio, televisão, jornal, internet, etc.), como ao conjunto de empresas que produzem e mercadorizam informações, entretenimento e publicidade, de acordo os seus interesses na cultura do consumo. (ALVAREZ; MARQUES, 2004, p. 866).

O esporte é tido como uma classe de produto que ganha o tratamento necessário para ser vendido pelos meios de comunicação e isso vem sendo observado nas mais diversas formas para gerar audiência e rentabilidade e, assim, aumentar o interesse comercial da indústria capitalista pelo “fenômeno” esportivo. O surgimento desse novo acontecimento no mundo do esporte, de acordo com Alvarez e Marques (2014), está atrelado à trajetória dos Gracie na tentativa de difundir a prática do Jiu-Jitsu brasileiro. E foi neste contexto que surgiu um novo fenômeno: o Mixed Martial Arts (MMA) ressalta-se que esta modalidade passou a ser considerado um dos esportes que mais crescem em notoriedade no mundo (MIRANDA FILHO; SANTOS, 2014) o levando assim a ser popular mundo a fora.

No início da década passada, o MMA teve que aderir a uma série de modificações, onde o passo inicial foi à busca pela sua regulamentação, resultando na abolição do termo Vale Tudo, pois o mesmo remetia a ideia de ser uma atividade violenta e, para que imagem fosse anulada, o esporte passou a ter regras rigorosas e bem definidas, trazendo esportividade à modalidade. Por conta disto, o MMA passou a ter mais evidência o que fez com que ele se tornasse um fenômeno midiático, passando então a conquistar uma legião de fãs em todo o mundo

(ALVAREZ; MARQUES, 2014). Isto ocorreu pelo fato do alto investimento feito em marketing e produção televisiva.

Entretanto, a popularização das Artes Marciais Mistas no Brasil é algo recente, acredita-se que a sua veiculação ganhou mais abrangência a partir das transmissões ao vivo dos combates pela televisão a cabo, no canal Combate e pela TV aberta. Torezani (2014, p.03) mostra a fala de Galvão Bueno, em uma entrevista, onde afirmou que “um esporte novo, que ganha mais espaço a cada dia, com milhões de adeptos e fãs por todo o mundo”. A emissora brasileira Rede TV também reportava de forma resumida as principais lutas no programa UFC Sem Limites.

Todavia, foi a partir do UFC Rio, em uma transmissão feita pela Rede Globo no dia 12 de novembro de 2011, que o MMA ganhou maior notoriedade na mídia brasileira. Ressalta-se que nos Estados Unidos o esporte já tinha ganhado outras dimensões, pois em meados de 2005 o UFC criou o TUF, The Ultimate Fighter, (O Último Lutador) este era um show real onde os lutadores eram confinados em uma mansão e divididos em equipes, cada equipe tinha um treinador que enfrentaria o técnico do time oposto no final do programa. Este título, o de The Ultimate Fighter é atribuído ao vencedor e os dois treinadores se enfrentam em um evento do UFC, ao final de tudo.

As Lutas eram casadas por um dos irmãos Fertittas, executivos de Cassinos em Las Vegas e sócios de Dana White, prática realizada até hoje, visto que as lutas são marcadas para realização de combates organizados pelo UFC. Atualmente no TUF as lutas são sorteadas e divididas em chaves e vai avançando quem vai vencendo.

No decorrer dos episódios uma vez por semana, dois lutadores se enfrentavam, o vencedor passava para próxima fase até chegar à final que era transmitido ao vivo. “Neste show, os lutadores de MMA profissionais ou amadores que ainda não têm um grande nome competem entre si para ver quem será o The Ultimate Fighter, ganhando um contrato com o UFC” (GUGA NOBLAT POR KLEBER HISSAMURA, 2012). Os competidores esforçam-se diariamente o intuito de realizar seus objetivos.

O entretenimento serviu não somente para divulgar o esporte e as Artes Marciais Mistas, mas também pode mostrar a sociabilização e interação dos atletas dentro da casa onde ocorria o programa, deixando um pouco de lado aquele estigma de que o lutador é bruto, sem sentimento e grosseiro, que só sabe brigar. No

espetáculo mostra-se a preparação diária de cada competidor para os combates e as interações interpessoais que surgem ao longo dos dias. Pode-se perceber, ao longo do programa que os competidores são dotados de sentimentos, sonhos, amigos e família, constatou-se ainda que lutar é um modo que os mesmos encontraram para se sustentar e não é utilizado apenas para passar tempo, ganhando o apelo do público, reconhecimento e popularização com a exibição do programa.

Desde o Vale Tudo até a criação do MMA, os atletas da arte suave buscavam mostrar a efetividade das técnicas de Jiu-Jitsu, remodelando seus conhecimentos e adaptando-se as mais diversas situações de luta, de forma concreta, a respeito disto, pode surgir em alguns o questionamento de como essa arte milenar conseguiu tanta repercussão em meio ao mundo das Artes Marciais Mistas, acerca disto, Hélio Gracie (2013) afirma em um documentário canal combate o primeiro samurai brasileiro que:

Eu não inventei o Jiu-Jitsu, apenas o adaptei para mim, criando alavancas que me deram condição de fazer os movimentos necessários sem precisar usar muita força ou habilidade para superar lutadores maiores e mais fortes do que eu. (HÉLIO GRACIE, 2013, [s.p]).

## **2.4 Disseminação do Jiu-Jitsu através do MMA**

A disseminação do Jiu-Jitsu dentro do MMA se deu no momento em que o franzino Royce Gracie chocou o mundo finalizando adversários bem maiores e mais fortes do que ele, garantindo assim os triunfos nas edições 1, 2 e 4 do UFC, então, por conta disto houve uma revolução instantânea nas artes marciais e todos passaram a aprender a eficiente arte marcial aprimorada no Brasil. O seguinte relato, retirado de “UFC 20 anos: conheça os maiores personagens da história do evento” (2013) afirma que:

É unânime ouvir dos caras mais durões do MMA mundial que eles não fariam o que um lutador de 1,80m e 75kg fez em 1993: enfrentar adversários com o dobro do seu peso e tamanho, sem regras, sem limite de tempo e sem rounds. (SPORTV GLOBO, 2013, [s.p]).

A modalidade de luta em estudo também dá ferramentas que podem ser usadas no MMA, de acordo com um dos entrevistados desta pesquisa, o lutador

David Nascimento (2016), “o treino de defesa pessoal do Jiu-Jitsu me ajudou na preparação antes das lutas”, pois o mesmo se adaptada adequadamente, a vertente tradicional da arte suave que corresponde à defesa pessoal e que se assemelha se ao MMA, o que não dificulta tanto a adaptação dos lutadores dessa arte marcial. É importante salientar, de acordo com Engelhart (2014) em seu documentário:

O JIU-JITSU competitivo não prepara o sujeito para o Vale Tudo, pois a maioria dos professores não ensina a defesa pessoal, que é à base do Jiu-Jitsu Gracie... Se você tiver a base da defesa pessoal, a sua transição para o MMA vai ser muito mais fácil. (ENGELHART, 2014, [s.p]).

O TUF Brasil 2 Finale (final do tuf brasil2) que aconteceu no dia 08 de junho de 2013, foi caracterizado por muitas finalizações. Tido como umas das melhores edições desse evento esportivo, o triângulo invertido, que é a técnica que utiliza estrangulamento aplicado com as pernas para causar asfixia ao oponente, aplicado por Erick Silva sobre Jason High, na terceira luta dos principais combates do evento, tal feito rendeu ao capixaba o prêmio de finalização da noite e um bônus de U\$ 50 mil. O peso meio médio assegurou que ainda no vestiário treinou essa técnica algumas vezes, mas não imaginava que subjugaria o adversário no chão, já que a estratégia era buscar um nocaute.

Foi a partir de Royce, que nasceu no Rio de Janeiro no dia 12 de dezembro de 1966 e é filho do mestre Hélio Gracie, sobrinho de Carlos Gracie, que a arte suave começou a se popularizar mais. Através do UFC 1 o Jiu-Jitsu brasileiro começou a ganhar mais visibilidade, pois todos se indagavam como um lutador mais leve conseguia abater um adversário maior e mais forte. Caju Freitas (2017) afirma que “o brasileiro foi o grande responsável pela difusão dessa modalidade ao redor do Planeta, tendo em vista as vitórias épicas nos primórdios do UFC, antes disto o Jiu-Jitsu era desconhecido pelo grande público” e que seus triunfos foram de grande importância para propagação da arte marcial em estudo.

Os anos foram passando e os lutadores das mais diversas artes marciais compreenderam que se não entendessem e treinassem o Jiu-Jitsu, continuariam a ter dificuldades de defender-se das quedas e finalizações. O primeiro não brasileiro a vencer uma competição oficial da arte suave em um mundial, B.J Penn, travou batalhas históricas no UFC, encarando nomes como Matt Hughes, Georges St-Pierre, Frankie Edgar, Jon Fitch e muitos outros grandes nomes do UFC, vindo a sagrar-se campeão.



E vários outros atletas aderiram essa tendência de finalizar o oponente no chão, contudo o BJ Penn foi considerado um dos melhores lutadores peso por peso do mundo (SPORTV GLOBO, 2013) e as suas entradas percorrendo no octógono e sua celebração após a luta lambendo o sangue das luvas marcou época no Ultimate.

Com a constante evolução do esporte, as Artes Marciais Mistas (MMA) evoluem e a intenção é que mais e mais lutadores “completos” surjam por meio dos eventos de luta, ou seja, combatentes eficientes nas mais variadas modalidades do Mixed Martial Arts (trocar golpes, quedas, estrangulamentos, chaves de braço...) e, por conta disso, observou-se, de acordo com a revista Tatame online (2015, [s.p]), que “como consequência as velhas rixas de ‘arte marcial versos arte marcial’ parece ter os dias contados”.

Ainda assim, com os lutadores atualmente demonstrando as mais variadas habilidades e indo além daquelas técnicas que eram observadas no Vale Tudo de décadas que antecederam, certos estilos de luta continuam a ser bem relevante ao mais alto nível competitivo e o Jiu-Jitsu brasileiro apresenta ainda vários peritos no assunto, obtendo grandes resultados em seus combates através das organizações de MMA que existem espalhadas pelo mundo. Como exemplifica a Revista Tatame online (2015):

Um dos atletas de JIU-JITSU mais talentosos do UFC, que por coincidência é o rei da categoria mais prestigiante do evento, os pesos pesados. Werdum “carrega consigo o porta estandarte do ressurgimento do JIU-JITSU do no octógono, quando Fabrício Werdum era campeão do UFC”. (TATAME ONLINE, 2015, [s.p]).

O MMA é uma modalidade formada pela mistura de várias artes marciais, uma delas é o Jiu-Jitsu brasileiro, que possui vários atletas brasileiros e estrangeiros, dominantes dessa arte marcial japonesa que estão constantemente disseminando a arte suave por meio do MMA. Tendo como principais artifícios os estrangulamentos, as chaves de braço e pé e ainda uma gama imensa de variações destes golpes, fazendo com que o lutador de Jiu-Jitsu seja qualificado para finalizar o seu adversário em qualquer situação, quer esteja por cima ou por baixo.

Alguns desses lutadores, já se sagraram campeões mundiais de Jiu-Jítsu e atualmente colocam à prova suas habilidades de luta no UFC, evento que até hoje é o maior evento de Artes Marciais Mistas do mundo, procurando de alguma forma

levar a luta para o chão e finalizar o oponente, fazendo com que assim que o Jiu-Jitsu seja cada vez mais divulgada. A Revista Tatame online (2015) fala de um brasileiro que:

Em 2001, Demian ganhou a sua faixa preta de Jiu-Jítsu. Atualmente, está no quarto grau da faixa e coleciona vitórias nesse esporte, sendo 5 vezes campeão mundial. No Ultimate, ele já tem uma extensa carreira de 8 anos na organização. (TATAME ONLINE, 2015, [s.p]).

Ainda sobre estes brasileiros, Sergio Moraes, o Serginho, foi 4 vezes campeão mundial de Jiu-Jítsu e trilhou uma bela estrada nessa arte marcial. Uma de suas lutas mais inesquecíveis foi quando derrotou Kron Gracie, filho de Rickson Gracie, no Campeonato Mundial de 2008. Já nas Artes Marciais Mistas, o paulista passou por eventos nacionais e pelo Bellator (organização concorrente do UFC), até conseguir uma vaga no TUF e entrar no UFC em 2012.

Como visto acima, os resultados das lutas, no decorrer dos anos, fizeram com que cada vez mais atletas de vários lugares do planeta buscassem a prática do Jiu-Jitsu como complemento das técnicas utilizadas durante os combates. Matt Serra, Cris Weidman (alunos do brasileiro Renzo Gracie), são norte americanos, que tem como especialidade a luta agarrada e que já foram campeões do Ultimate. Há outros praticantes da arte suave que estão no topo do MMA ou fizeram história no esporte, entre eles: Ronaldo Jacaré; Michael Chiesa; Charles Oliveira; Wilson Reis; Dimitrius Jhonson; Ronda Rousey; Ricardo Arona; Rodrigo Nogueira; Murilo Bustamante; José Aldo.

Todos esses atletas e vários outros construíram suas reputações no esporte através de suas performances durante as lutas, demonstrando superioridade sobre seu oponente utilizando as técnicas da arte suave, trazendo cada vez mais visibilidade para a mesma por meio do MMA. Isso porque o lutador não usa a própria força para aplicar o golpe, mas sim a força de seu oponente e considera-se o Jiu-Jitsu como sendo uma arte mais eficiente no chão, completa Gregor Gracie, lutador de MMA e treinador de Jiu-Jitsu da academia Rolls Gracie, em Nova York. Gracie acredita que, para ser eficiente no MMA, o lutador precisa estudar essa arte marcial (ARAÚJO, 2017).

### 2.4.1 Técnicas de Jiu-Jitsu mais utilizadas no MMA

Parte dessa divulgação da arte suave através das Artes Marciais Mistas seria por conta de sua eficiência durante as lutas, eficácia comprovada por Royce Gracie no UFC 1, 2, 4, e seus sucessores defensores do Jiu-Jitsu, brasileiros e estrangeiros, o que torna essa modalidade importante na prática do MMA. Esta importância se mostra no treino de defesa pessoal, que se assemelha a uma luta de Mixed Martial Arts. Luiz Dias (2017), em sua matéria pra o site [www.muitomaisacaojiujitsu.com.br](http://www.muitomaisacaojiujitsu.com.br), afirma que é “sempre é bom assistir ao UFC e ver as lutas serem decididas no chão, vendo o nosso Jiu-Jitsu sempre entrando em ação, mostrando a eficiência da arte suave”, sendo que dessa forma a luta ganha mais espaço no dia a dia do brasileiro.

No MMA, os atletas praticam a luta de chão, nas academias de Artes Marciais Mistas sempre se vê treinos de No-Gi (Jiu-Jitsu sem quimono) e os professores estimulam ferrenhamente esse tipo de treinamento, visto que eles são tidos como muito importantes. Arte suave sem quimono é considerada, para alguns treinadores das mais variadas artes marciais como o Rafael Cordeiro (mestre em Muay Thai), declara que acredita ser excelente, eficiente, efetiva e propaga a ideia de que temos que acreditar e lutar com o Jiu-Jitsu brasileiro. Desta forma, Luiz Dias (2017), para matéria no site [www.muitomaisacaojiujitsu.com.br](http://www.muitomaisacaojiujitsu.com.br) afirma ainda que:

Não vejo necessidade de lutador de Jiu-Jitsu ter que vencer a luta por nocaute, ele tem é que ganhar a luta. Se for finalizando, melhor ainda, mais uma vitória do nosso Jiu-Jitsu. Finalizar o seu oponente, obrigar o seu oponente a reconhecer a sua incapacidade de sair daquela posição e ter que pedir para parar para não apagar é a essência da arte Suave. (LUIZ DIAS, 2017, [s.p]).

A montada é uma das posições básicas de domínios utilizados no Jiu-Jitsu e os lutadores que adquirem experiência nesse fundamento poderá render as mais variadas finalizações e pontos em um combate, David Nascimento (2016) declara que ele começou no Boxe, contudo teve que treinar Jiu-Jitsu para poder lutar MMA. Acerca da montada, esta é uma posição onde se fica sentado sobre tórax do oponente imobilizando-o, além disso, é empregada para desferir golpes no oponente, onde atletas não só do Boxe, mais também do Muay Thai, Karatê, Kickboxing, uma vez que são lutas que há troca de chutes e socos, podem utilizar a

técnica da arte suave citada acima para imobilizar seu adversário e lançar seus golpes.

Puxar o adversário para guarda no MMA (cair com oponente por cima de si no chão) dificilmente é o melhor negócio, muitas vezes o lutador acaba derrubando seu opositor e acaba caindo nessa posição e tem que saber o que fazer, existe alguns lutadores especialistas nesta posição mesmo dentro do octógono (área de luta cercada por uma grade de metal, com oito lados onde ocorrem os combates), Davis Nascimento (2016) acrescenta ainda que o Jiu-Jitsu o livrou de situações durante a luta onde ele achou que seria difícil de livrar.

Do fundamento do Jiu-Jitsu brasileiro citado acima é importante salientar que o lutador consegue se sobressair mesmo estando por baixo, invertendo a posição ou até mesmo atacando o oponente de um ângulo onde aparentemente está em desvantagem, com uma chave de braço por exemplo. Hélio Gracie lutava muito bem utilizando o fundamento citado acima, como mostra Engelhart (2014):

Como era franzino e às vezes não tinha força para derrubar os rivais, muito deles judocas e bem mais pesados, Hélio Gracie se tornou um mestre em jogar por baixo e pode ser considerado o inventor da guarda de jiu-jitsu, posição onde 'cozinhava' seus adversários, aproveitando a ausência de limite de tempo, antes de finalizá-los. (ENGELHART, 2014, [s.p]).

Como já apresentado, foi Royce, filho de Hélio, que deu continuidade aos ensinamentos de seu pai, buscando mostrar a eficácia da arte suave mesmo em casos onde parecesse estar em perigo, utilizando no momento certo suas técnicas, como o triângulo (asfixia aplicada com as pernas envolvendo o pescoço do adversário) feito em um lutador mais pesado, mesmo estando por baixo, no chão, como mostra Engelhart (2014) ao afirmar que foi deste modo, com a utilização de um triângulo como finalização, que o brasileiro venceu, em 1994, o torneio do UFC quatro, contra o gigante Dan Severn, após mais de quinze minutos de combate. Isto ocorreu com o Royce utilizando-se do, até então, desconhecido Jiu-Jitsu brasileiro.

A hora certa dos ataques só é perceptível ao lutador que se dedica e treina bastante, automatizando assim o movimento, buscando sempre está um passo à frente de seu adversário não ficando imóvel servindo de alvo fixo e sempre esperando o momento oportuno da aplicação das técnicas de Jiu-Jitsu no MMA. Quando se quer ganhar, basta o lutador saber se defender bem e atacar na hora

certa e então, quando surge a oportunidade de estar na guarda, precisa-se tomar a frente do combate, não podendo ficar parado (ENGELHART, 2014), frisa-se ainda a importância de repetir várias vezes às técnicas no intuito do aprimoramento.

As chaves de braço, perna, pé e estrangulamentos são algumas das técnicas da arte suave que mais são vistas nas lutas de MMA, fora alguns socos e pisões. O atleta deve estar preparado fisicamente, estrategicamente e tecnicamente para continuamente atacar o oponente, afim de que o mesmo fique em situação de desconforto e assim possa surpreendê-lo. Contando como vantagem, Fugazza e Alencar (2017) apresenta que:

O lutador de Jiu-Jitsu pode ser extremamente agressivo quando a luta está no solo. Estrangulamentos, chaves de braço, chaves de pé e uma gama infinita de variações desses golpes tornam o lutador de Jiu-Jitsu capaz de finalizar seu oponente em qualquer situação, estando por cima ou por baixo. (FUGAZZA; ALENCAR, 2017, [s.p]).

Pode se observar a importância do Jiu-Jitsu nas Artes Marciais Mistas, por conta dos mais variados ataques e alguns ângulos que os golpes e finalizações são empregados, Royce Gracie, empregou muito bem estes recursos para abater seus oponentes, em três, dos primeiros quatro torneios da história do UFC foi assim. Alexandre Matos (2017), declara que vencer por finalização traz em sua significação que foi preciso forçar o seu oponente a desistir do combate, que seja por meio de torções ou por hiperextensões de articulações, podendo ser ainda através de estrangulamentos.

Alguns estrangulamentos, como “mata leão” e a “guilhotina”, são técnicas de constrição muito utilizadas durante as lutas de MMA, que podem funcionar de forma a desempenhar uma pressão, a mesma exercida pelo braço quando colocado em volta do pescoço, e que dificulta a passagem de oxigênio para os pulmões (por conta da compressão da traqueia) ou a passagem de sangue oxigenado ao cérebro (devido ao aperto dado na artéria carótida, localizada no pescoço). Matos (2017) salienta ainda que:

Vale lembrar que um golpe como um estrangulamento só traria danos severos a uma pessoa caso fosse aplicado de forma longa e ininterrupta, o que não acontece nos esportes de combate com regras, como é o caso do MMA, por exemplo. (MATOS, 2017, [s.p]).

Atletas de alto rendimento são indivíduos altamente treinados e experientes, capazes de entender um desmaio iminente e parar a execução do estrangulamento, mesmo que a sinalização de desistência de seu adversário não seja feita de modo verbalmente ou batendo com três tapinhas no chão do tatame, ringue ou octógono. A garantia da integridade física dos esportistas em modalidades de combate, não depende somente da boa vontade do atleta, visto que o a equipe de arbitragem também pode intervir, garantindo assim a integridade física dos competidores.

As lutas realizadas em eventos oficiais possuem árbitros habilitados e treinados para intervir, na maior parte dos casos, estes são graduados em alguma arte marcial, ficando precavidos a qualquer movimento no decorrer do combate. Matos (2017, [s.p]) afirma que, “caso uma situação de desmaio seja iminente ou acabe ocorrendo, prontamente o árbitro deve interromper a luta para preservar a integridade do atleta que foi vítima do golpe”.

A arte suave ainda conta com as projeções como arma a serem utilizadas em uma luta, estas nada mais são do que o arremesso dos adversários ao solo, quedas que além de desmoralizar o oponente, dá certa vantagem na luta e possui ainda o risco de lesionar seu opositor durante seu lançamento ao chão, Turi (2012, [s.p]) coloca que a “projeção ou queda, é qualquer desequilíbrio do adversário que o faça ser projetado ao chão, tanto de costas como de lado”. Salienta-se que saber aplicá-las de forma correta e no momento oportuno é tido como de grande importância em um combate.

Entre as técnicas avançadas do Jiu-Jitsu brasileiro está a chave de perna ou (leg lock). Esta exige que nas primeiras vezes o lutador possua calma para conseguir executá-la. Ela é bastante utilizada por lutadores e se mostra bastante eficiente. Ela consiste em segurar a perna do adversário entre suas próprias de modo que o joelho do oponente aponte para o corpo do autor. Ao empurrar os quadris para frente, a perna do adversário é esticada e alavancada, estendendo ainda mais o joelho.

Requer bastante treino para dominar o método de execução do golpe, como foi o caso do norte americano Frank Mir que finalizou seu compatriota, Brock Lesnar, com o fundamento da arte suave citado, no UFC de edição 81. A respeito desde fato pode-se dizer que o Frank Mir não estava em condições de lutas tão boas, visto que Brock Lesnar não era um adversário fácil, contudo com a finalização de chave de

pernas ele conseguiu lograr êxito na no combate. Mir foi considerado uma das maiores feras do Jiu Jitsu no MMA, ele ainda é especialista na luta de solo.

O que pode ser observado é que a arte marcial abordada nesse estudo mostra-se de grande importância, não só no contexto histórico e cultural do MMA, mas servindo de base para o Mixed Martial Arts, visto que possui uma variação de golpes treinados, tornando-se, do ponto de vista tático e técnico, indispensável à prática da arte suave para um combate de Artes Marciais Mistas.

#### **2.4.2 Jiu-jitsu como base do Mixed Martial Arts moderno**

Os mais variados fundamentos dessa modalidade foram utilizados no início do Vale Tudo no Brasil, começo do século passado e resistiu até os dias de hoje, entre eles: as chaves de braço, perna, quedas, estrangulamentos, pisoes e mais uma gama de ataques e defesas que o Hélio Gracie adaptou do Jiu-Jitsu japonês, trazido por Maeda. Tais fundamentos servem como ferramentas utilizadas pelos mais variados lutadores de MMA. Portanto, Luiza e Ribeiro (2012) afirmam que:

Toda essa evolução é quase um golpe à origem do vale tudo. A família Gracie desafiava lutadores de várias modalidades para provar que o jiu-jitsu criado para a defesa por monges budistas – era mais eficiente do que qualquer outra arte marcial. (Luzia; Ribeiro, 2012, [s.p]).

A história do Jiu-Jitsu brasileiro, sua introdução no Brasil e disseminação pelo mundo, acaba por se misturam com a popularização do Vale Tudo e a transição do mesmo para o MMA, pois foi a partir dos desafios feitos pelos Gracies, maiores difusores da arte suave, que o as técnicas e adaptações feitas por essa família na arte marcial inicialmente trazida por Maeda do Japão, começaram a ganhar notoriedade e, por conta da maioria dos resultados serem a favor de sua modalidade, visto que não existiu nenhuma outra arte marcial, além do Jiu-Jitsu, que tivesse tantas variedades de opções a oferecer ao seu praticante (RORION GRACIE, 2015). Diante do exposto vê-se que nenhuma arte marcial iria ganhar tanta visibilidade sem mostrar eficiência. Acerca disto Murilo Bustamante (2014) falou que:

Toda bagagem que tive de competição, de JIU-JITSU, até a faixa preta, me ajudou muito na verdade, na minha transição para o MMA, na época vale tudo... a bagagem das competições de JIU-JITSU foi muito importante para me dar à calma necessária para eu conseguir colocar em prática o meu JIU-JITSU. (BUSTAMANTE, 2014).

A queda Baiana, que é o arremesso em que o lutador abraça as duas pernas do oponente e que, logo em seguida, o atleta deverá fazer com que o adversário perca a estabilização empurrando as pernas para a lateral, erguendo o corpo do seu opositor no combate e realizando uma combinação de todos estes vetores para que se efetue uma queda, é um movimento continuamente usado durante as batalhas de artes marciais mistas e é fundamento vindo da arte suave.

E é nessa premissa que se observa a interação entre Vale Tudo, MMA e a luta oriental remodelada no Brasil, pois sem os desafios entre estilos promovidos pelos Gracies, talvez não ocorresse o nascimento de um esporte que preze pelas misturas de artes marciais em um só atleta. Sobre isto, Hélio Gracie (2012) afirma que ele lutava com a finalidade de provar o valor de sua arte pra provar que o Jiu-Jitsu feito por ele era superior a todas as outras lutas. Antes, cada lutador defendia a eficácia de uma só luta. Com Hélio não seria diferente, como afirma Braga Neto (2013):

Meu objetivo sempre vai ser finalizar, mostrar que a arte suave é a arte mais eficiente do mundo, eu vou sempre procurar desenvolver o meu JIU-JITSU, mostrar que o JIU-JITSU é superior a tudo, eu tô preparado para qualquer situação da luta. (BRAGA NETO, 2013, [s.p]).

Através do Conde Koma, Carlos e Hélio e na intenção de difundir suas técnicas de combate como as melhores, eles estimularam atletas de outras modalidades de luta a entenderem como funciona o Jiu-Jitsu brasileiro, dando início à combinação de estilos em um só combatente, para que assim o mesmo tivesse mais subsídios durante a batalha, não sendo limitado tecnicamente e agindo na luta de forma unilateral (tendo somente um fundamento específico de luta como recurso de defesa e ataque). Sobre isto, Werdum (2012) diz que: “a minha vida mudou desde que eu conheci o Jiu-Jitsu e eu acho que foi tudo por causa do Royce e da família dele”. Vários atletas atribuem a popularização da luta em estudo, ao sucesso de Royce nas competições.

O MMA, como é conhecido hoje, aparenta ser a evolução dos combates realizados no início da década de vinte com os desafios promovidos pelos Gracies, nos primórdios eram em tatames (placas de borracha) as lutas, logo após vieram os ringues e os octógonos. Pode-se observar que, como o passar dos anos, aconteceu a popularização desta modalidade e os combates se tornaram esporte, ressaltando



que a base desta difusão só foi possível por meio da saga dessa família, de origem paraense, que insistiu em demonstrar que a sua arte marcial era e é a mais eficaz.

## CAPÍTULO III

### Análise de dados

A análise de dados se deu por meio da pesquisa bibliográfica, bem como pelo aparato coletado por meio das entrevistas realizadas com dois professores de Jiu-Jitsu e o acompanhamento de oito treinos de um lutador de MMA. Tais métodos foram executados para que se obtivessem maiores informações sobre o tema em estudo e acerca do posicionamento dos mesmos referentes às Artes Marciais Mistas e a arte suave.

As respostas obtidas foram apresentadas no decorrer das discussões e serviram para apresentar o olhar destes profissionais acerca do Jiu-Jitsu e a sua eficácia. Foi apresentado ainda as categorias e as respostas correspondente a cada uma delas. Ressalta-se ainda que o método utilizado foi a análise de conteúdo, de Bardin. Segundo a autora, a análise de conteúdo consiste em ser:

Um conjunto de técnicas de análise das comunicações, que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens. A intenção da análise de conteúdo é a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção, ou eventualmente, de recepção, inferência esta que recorre a indicadores, quantitativos ou não. (BARDIN, 2006, p. 38).

#### 3.1. Análise da entrevista aos professores

Após serem indagados a respeito da importância do Jiu-Jitsu como técnica de defesa pessoal e como seus métodos de treinos preparam lutadores para combates de MMA. Um dos entrevistados relatou acerca do seu ponto de vista a respeito de saber defender-se, bem como falou sobre a facilidade de adaptação do atleta da arte suave para as Artes Marciais Mistas:

“O ponto em que o Jiu-Jitsu se diferencia são nas finalizações no chão, quedas, ponta pés e socos, já remetendo ao Mixed Martial Arts. Na vertente que corresponde a defesa pessoal da arte suave, onde prepara o indivíduo para situações reais de perigo”. (Professor Faixa preta de Jiu-Jitsu brasileiro Maurileno Rodrigues Fortes).

“Na essência dele, na criação, foi criado para o combate real, guarda adaptada para essas situações, ao contrário do Jiu-Jitsu esportivo”. (Mestre Heleno de Sousa Maia).

Mestre Heleno de Sousa Maia, faixa coral (graduação que antecede ao grau máximo, faixa vermelha) na arte suave, argumenta da seguinte forma a respeito das circunstâncias em que um treino de Jiu-Jitsu assemelha-se ao MMA: “Quando se treina o Jiu-Jitsu sem quimono, valendo golpes, socos, joelhadas, é onde se assemelha como era no vale-tudo” (Mestre Heleno de Sousa Maia). Quando indagados se um atleta de Mixed Martial Arts pode ser considerado completo do ponto de vista técnico, sem saber nada de Jiu-Jitsu, ambos os professores questionados convergiram em suas respostas:

“Desenvolver um trabalho de Boxe, mas que treine o Jiu-Jitsu, utilizando a vertente da defesa pessoal, estudar movimentos dos adversários”. (Mestre Heleno de Sousa Maia).

“O Jiu-Jitsu é primordial para o MMA, não tem como ser completo sem saber a arte suave”. (Professor Faixa preta de Jiu-Jitsu brasileiro, Maurileno Rodrigues Fortes).

Quando abordados sobre em quais circunstâncias um treino de Jiu-Jitsu se assemelha ao Mixed Martial Arts, os dois professores relataram a variedade de golpes que compõe o Jiu-Jitsu e a defesa pessoal, explanando o que pensam da seguinte maneira:

“Quando se treina o Jiu-Jitsu sem quimono, valendo golpes, socos, joelhadas, onde se assemelham ao antigo vale tudo”. (Mestre Maia, Heleno de Sousa).

“Na vertente que corresponde a defesa pessoal, onde prepara o indivíduo para situações reais de perigo”. (Professor Faixa preta de Jiu-Jitsu brasileiro Fortes, Maurileno Rodrigues)

Com a popularização do esporte, alterações nos regulamentos foram importantes, a respeito disto, os dois professores responderam acerca da

importância, vista por eles, na mudança das regras e conseqüentemente do termo “Vale Tudo” para MMA? Os entrevistados disseram:

“Pura mídia, se ficar muito violento não vende”. (Professor Faixa preta de Jiu-Jitsu brasileiro, Maurileno Rodrigues Fortes)

“Buscou-se para que o combate fosse menos violento, na intenção de popularizar o esporte”. (Mestre, Heleno de Sousa Maia).

No modo de ver dos dois professores de Jiu-Jitsu, quando se fala da mudança dos lutadores para o MMA, diante da pergunta: A que você atribui vários lutadores da arte suave migrar para o MMA e conseguir obter sucesso? Puderam resumir as suas opiniões do seguinte modo:

“Treinando Jiu-Jitsu, onde ficam mais próximos da realidade, precisando somente ‘pincelar’ a parte de trocação (gíria da luta para troca de golpes), todo dia depois do treino tem combate, nos acostumamos com isso”. (Professor Faixa preta de Jiu-Jitsu brasileiro, Maurileno Rodrigues Fortes)

“Esse sucesso atribui àqueles que utilizavam o JIU-JITSU no vale tudo, tinham boas guarda adaptada para esse tipo de luta”. (Mestre, Heleno de Sousa Maia).

### **3.1.1 Análise do acompanhamento do treino de Jiu-Jitsu de um atleta de MMA**

No Centro de Treinamento Heleno Maia, foi observado David Nascimento, onde o mesmo começou no boxe e segundo ele, teve que treinar Jiu-Jitsu pra lutar Mixed Marcial Arts. Os treinos geralmente começavam com alongamento (pescoço; membros inferiores e superiores), aquecimento (corrida ao redor do tatame, simulação de quedas, flexões, abdominais).

Após o corpo estar preparado, começava o treino técnico com: chave de braço, quedas, chaves de perna, estrangulamentos, tudo feito sem quimono, adaptado para o MMA. Durante um dos treinos David falou espontaneamente:

“O treino de defesa pessoal me ajudou no preparo antes das lutas, é tão eficiente que lutadores como Damiam Maia, quase nem busca trocar golpes, busca sempre a luta de chão e impõe seu Jiu-Jitsu. Mas infelizmente se tem pouco incentivo financeiro no nosso país e tem que “ralar” muito pra chegar ao topo”. (David Nascimento, Centro de Treinamento Heleno Maia)

O exposto acima reforça a necessidade do lutador de saber umas das vertentes da arte suave, a defesa pessoal, e frisa a respeito das dificuldades financeiras que atletas enfrentam, por falta de estímulos financeiros como patrocínios.

### 3.2 Considerações finais

Perante o exposto, podemos afirmar que os objetivos propostos foram alcançados, de acordo com os resultados da averiguação dos fatos estudados, aspira-se ter promovido o devido esclarecimento acerca do tema escolhido para pesquisa. Sendo de suma importância as informações contidas nesse trabalho, servindo como fundamento para outros estudos a respeito da temática abordada.

Descrivendo de forma direta, o Jiu-Jitsu, de acordo com o que foi pesquisado, sem dúvida é a principal referência do Vale Tudo e do esporte de combate que mais cresce atualmente, o MMA. Essa arte marcial, de raiz indiana, provou ter uma das mais eficientes técnicas entre as modalidades de luta, pois através dos resultados a seu favor e contra adversários mais poderosos, começou a ganhar destaque.

Concluiu-se, portanto, que o Vale Tudo surgiu por conta da necessidade de Carlos Gracie, no início da década de vinte, de provar a eficácia da arte que aprendera com o japonês Maeda, ressalta-se ainda que foi Hélio, seu irmão, quem mais ajudou a popularizar o esporte, mediante os desafios que fazia contra indivíduos maiores e mais fortes. Sendo assim, essas lutas feitas por essa família estão ligadas diretamente com o início do Vale Tudo, onde valia usar técnicas de luta de qualquer arte marcial que fosse.

As chaves de braço, de perna, estrangulamentos, quedas e demais fundamentos da arte suave, que eram usadas pelos irmãos Gracie nas primeiras décadas do século passado, ainda são utilizadas até hoje por lutadores de MMA. Este, o MMA é considerado a evolução do Vale Tudo criado por essa família. Ressalta-se ainda que a finalidade deste trabalho, a de pesquisar a respeito da influência do Jiu-Jitsu e desses combates na criação das Artes Marciais Mistas que se conhece hoje foi satisfatória, mediante a amostra encontrada.

Como visto nesse trabalho os mais variados lutadores de MMA treinam a arte marcial em estudo, pois como serve de base para o Mixed Martial Arts, torna-se indispensável sua prática, visto que no Jiu-Jitsu se treina vários fundamentos preparatórios que buscam deixar o atleta mais confiante em uma luta no UFC. Coloca-se ainda que nesse tipo de organização de luta, o melhor lutador será aquele que mesclar bem as mais variadas técnicas de batalha, como se é treinado na arte suave.

E por conta disso, acredita-se no Jiu-Jitsu brasileiro como referência nas Artes Marciais Mistas, como visto e estudado, por causa da sua larga contribuição anterior e da vasta variação de golpes que uma das vertentes dessa luta proporciona ao praticante, a defesa pessoal. Acerca da defesa pessoal, esta pesquisa aponta-a como sendo um dos principais motivos dos lutadores da arte suave não terem tantas dificuldades de adaptarem ao MMA, fazendo com que assim essa arte marcial adaptada por um brasileiro ganhe reconhecimento através da execução e eficiência de suas técnicas durante as lutas.

## REFERÊNCIAS

A história de uma lenda, disponível em: <http://www.bjjforum.com.br/grandeCarlson-Gracie-a-historia-de-uma-lenda>. Acessado no dia 07 de julho de 2017.

A história do Jiu-Jitsu, disponível em: <http://www.graciemag.com/historia-do-jiu-jitsu>. Acesso no dia 03 de julho de 2017

A revolução do Jiu-Jitsu brasileiro. 2013. <http://graciebarra.com.br/2013/04/jiu-jitsu-ufc/>. Acessado no dia 14 de julho de 2017.

ALBUQUERQUE, Adriano; RAUPP, Ivan; PESSANHA, Klima; RUSSIO, Marcelo. **UFC 20 anos: conheça os maiores personagens da história do evento**. Rio de Janeiro, 2013, disponível em: [www.sportv.globo.com](http://www.sportv.globo.com), acesso no dia: 18 de novembro de 2017.

ALVAREZ, Fábio de Lima; MARQUES, José Carlos. **Mídia, mercadorização esportiva e o movimento de popularização do mma**. 2014. Disponível em: [www.revistas.ufg.br](http://www.revistas.ufg.br), acessado no dia: 12 de agosto de 2017.

APOLINÁRIO, Fábio; DIEHLL, Astor; TATIM, Denise; FIGUEIREDO, Nébica. **Manual de orientação para processo de pesquisa científica**. Disponível em: <http://ptscribd.com>, acessado em: 05 de julho 2017.

ARAÚJO, Ana Paula de. **Conheça as sete lutas que influenciam no mma**. Disponível em: <http://minhavidacom.br>, acessado em: 21 de outubro de 2017.

ARRUDA, Pablo Delano Porfírio; SOUZA, Bertinho José de. **Jiu-Jitsu uma abordagem metodológica relacionada a quebra de estereótipos**. Disponível em: [www.periódicos.uern.br/index](http://www.periódicos.uern.br/index), acessado no dia 19 de Agosto de 2017.

As cinco melhores leg locks do MMA, 04 de Fevereiro de 2016. Disponível em: <https://venum.com.br>. Acessado no dia 20 de dezembro de 2017.

AWI, Fellipe. **Filho teu não foge a luta: como os lutadores brasileiros transformam mma em um fenômeno mundial**. [s.l]: Editora Intrínseca, 2012.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. (L. de A. Rego & A. Pinheiro, Trads.). Lisboa: Edições 70, 2006.



BESSA, Ellen. **Qual lutador tem o melhor Jiu Jitsu no UFC.** 2015.

<http://www.mmaspace.net/qual-lutador-tem-o-melhor-jiu-jitsu-do-ufc-65162/>.

Acessado no dia 20 de julho de 2017.

BOTTENBURG; HEILBOM. **As artes marciais mistas: luta por afirmação e mercado de lutas.** 2006. Disponível em: [www.rbceonline.org.br](http://www.rbceonline.org.br), acessado em: 8 de outubro de 2017.

BUSTAMANTE, Murilo. **Entrevista ao BJJ Clube, líder da equipe Brazilian Top Team.** 2014. <http://youtube.com>. Acessado no dia 20 de julho de 2017.

Cartel de lutas de Rickson Gracie. Disponível em: <http://www.sherdog.com/fighter/Rickson-Gracie-292>. Acessado no dia 07 de julho de 2017.

LIMA, Cristiane Sasso de; MIOTO, Regina Célia Tamasso. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica, Rev. Katál Florianópolis p.39, v.10, 2007.

DIAS, Luiz. **Veja a Importância de Manter o Jiu-Jitsu como uma arma no MMA.** Disponível em: [www.muitomaisacaojiujitsu.com.br](http://www.muitomaisacaojiujitsu.com.br), acessado no dia: 05 de outubro de 2017.

ENGELHART, Erick. **Como fazer guarda no mma?** Lutadores apontam segredos para lutar com as costas no chão. 2014, disponível em: <http://agfight.band.uol.com.br>, acessado no dia 21 de julho de 2017.

FILHO, Vamberto Ferreira Miranda; DOS SANTOS, Igor Sampaio Pinho. **Mídia, mercadorização esportiva e o movimento de popularização do MMA**, v.17, n.03, 2014. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/28881/17116>  
Acessado no dia 13 de julho de 2017.

FUGAZZA, Bruno; ALENCAR, Hallan. . “O que faz o jiu-jitsu uma arte marcial tão eficiente?” disponível em: [www.muitomaisacaojiujitsu.com.br](http://www.muitomaisacaojiujitsu.com.br), acessado no dia: 05 de outubro de 2017.

GRACIE, Adriana. Disponível em: <http://jiujitsuportugal.com>. Acessado no dia 21 de julho de 2017.

GRACIE, Hélio. **Documentário canal combate o primeiro samurai brasileiro.** 2012. Disponível em: <http://youtube.com>. Acessado no dia 24 de dezembro de 2017.

GRACIE, Rickson. Tricampeão mundial entrevista Rickson. 106 ed. **Revista Gracie Magazine**, 2005.

GRACIE, Rorion. **Reportagem feita pelo correspondente da Rede TV, em Los Angeles, Fábio Borges.** 2015. Disponível em: <http://bjjforum.com.br>. Acessado no dia 20 de dezembro de 2017.

HORIZ, Paul Elliot Little. **Antropologia. Ecologia política como etnografia: um guia teórico e metodológico.** vol.12. nº25. Porto Alegre: 2006. Disponível em: [www.scielo.br](http://www.scielo.br). Acessado no dia 25 de setembro de 2017.

ARRUDA, Pablo Delano Porfírio; SOUZA, Bertulino de. **Jiu-jitsu: uma abordagem metodológica Relacionada à quebra de estereótipos**, 2014. Artigo disponível em: [www.periódicos.uern.br/index](http://www.periódicos.uern.br/index), acessado no dia 19 de Agosto de 2017

LUDKE, Menga; ANDRÉ, Marli E. D. A. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas.** 3 ed. Editora EPU: São Paulo, 1986.

Medeiros, Henrique. Metodologia da pesquisa, editora Litterarum, BA, p.40, 2009.

RODRIGUES, Lucélia dos Santos. **A Inclusão de uma criança autista em escola regular de ensino: Um Estudo de Caso. Monografia.**

MORAES, José. Rickson e rei Zulu. 90 ed. **Revista Gracie Magazine**, 2004.

MILLEN NETO, Álvaro Rego; GARCIA, Roberto Alves e VOTRE, Sebastião Josué. **Artes Marciais Mistas: luta por afirmação e mercado da luta.** Disponível em: <http://webcache.googleusercontent.com>. Acessado no dia 11 de julho de 2017.

NIEMEYER, Oscar. Oscar Niemeyer e o Jiu-Jitsu. Disponível em: <http://www.graciemag.com>, 06 de dezembro de 2012/. Acessado no dia 03 de julho de 2017.

PIMENTEL, Alessandra. **O método de análise documental: seu uso numa pesquisa historiográfica.** 2011. disponível em: [www.scielo.br](http://www.scielo.br), acesso em: 08 de julho de 2017.

RODRIGUES, William Costa. **Metodologia Científica.** FAETEC/IST: Paracambi, 2000.

TATAME ONLINE. **A história do mma: saiba tudo sobre o ufc e o pride.** 2014. Disponível em: [www.tatameonline.com](http://www.tatameonline.com), acesso no dia 8 de outubro de 2017.

TOREZANI, Julian Nascimento. **“Mídia, mercadorização esportiva e o movimento de popularização do mma”.** 2014. v.17, disponível em: [www.revistas.ufg.br](http://www.revistas.ufg.br), acessado no dia: 12 de agosto de 2017.

TURI, Dyego. **Golpes de jiu-jitsu, seus nomes e descrições.** 2012. Disponível em: [www.wstaekwondo.blogspot.com](http://www.wstaekwondo.blogspot.com), acessado em: 17 de setembro de 2017.

VASQUES, Daniel Giordani. **As artes marciais mistas como esporte moderno: entre a busca da excitação e a tolerância à violência.** 2014. v.9. Disponível em: [www.seer.ufrgs.br](http://www.seer.ufrgs.br), acessado em: 13 de outubro de 2017.

VON, Sohsten Willian. Filosofia do jiu-jitsu. **Revista Gracie Magazine.** Edição 234 2016.

## APÉNDICE

**FACULDADE DO MÉDIO PARNAÍBA – FAMEP**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ENTREVISTA APLICADA AO PROFESSOR MAURILENO RODRIGUES FORTES**

**1.** No seu ponto de vista, como o Jiu-Jitsu se adaptou tão bem ao MMA?

---

---

---

**2.** Em que circunstâncias um treino de Jiu-Jitsu se assemelha ao mixed martial arts?

---

---

---

**3.** A que você atribui vários lutadores da arte suave migrar para o MMA e conseguir obter sucesso?

---

---

---

**4.** Em sua opinião, um atleta de artes marciais mistas, pode ser considerado completo do ponto de vista técnico sem saber nada de Jiu-Jitsu?

---

---

---

**5.** Que importância você vê na mudança das regras e conseqüentemente do termo “vale tudo” para MMA?

---

---

---

**FACULDADE DO MÉDIO PARNAÍBA – FAMEP  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ENTREVISTA APLICADA AO MESTRE DE JIU-JITSU BRASILEIRO, HELENO DE SOUSA MAIA.**

1. No seu ponto de vista, como o Jiu-Jitsu se adaptou tão bem ao MMA?

---

---

---

2. Em que circunstâncias um treino de Jiu-Jitsu se assemelha ao mixed martial arts?

---

---

---

3. A que você atribui vários lutadores da arte suave migrar para o MMA e conseguir obter sucesso?

---

---

---

4. Em sua opinião, um atleta de artes marciais mistas, pode ser considerado completo do ponto de vista técnico sem saber nada de Jiu-Jitsu?

---

---

---

5. Que importância você vê na mudança das regras e conseqüentemente do termo “vale tudo” para MMA?

---

---

---