



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro de Educação e Humanidades

Instituto de Educação Física e Desportos

Marcelo José Colonna de Miranda

Lesões em praticantes de Judô: uma revisão sistemática

Rio de Janeiro

2021

Marcelo José Colonna de Miranda

Lesões em praticantes de Judô: uma revisão sistemática



Tese apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Doutor ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Aspectos Biopsicossociais do Esporte.

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Casimiro Lopes

Rio de Janeiro

2021

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ/REDE SIRIUS/BIBLIOTECA CEH/B

M672 Miranda, Marcelo José Collona de.
Lesões em praticantes de judô : uma revisão sistemática / Marcelo José Collona de Miranda. – 2021.
106 f. : il.

Orientador: Gustavo Casimiro Lopes.
Tese (doutorado) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro,
Instituto de Educação Física e Desportos.

1. Judô - Brasil – Teses. 2. Lesões esportivas – Teses. 3. Adolescentes – Teses. 4. Lutadores marciais - Teses. 5. Epidemiologia - Teses. I. Lopes, Gustavo Casimiro. II. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Instituto de Educação Física e Desportos. III. Título.

CDU 796.853.23(81)

Bibliotecária: Mirna Lindenbaum. CRB7 4916

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta tese, desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

Marcelo José Colonna de Miranda

Lesões em praticantes de Judô: uma revisão sistemática

Tese apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Doutor ao Programa de Pós Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Aspectos Biopsicossociais do Esporte.

Aprovada em 25 de fevereiro de 2021.

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Gustavo Casimiro Lopes (Orientador)
Instituto de Educação Física e Desportos – UERJ

Prof. Dr. Rodolfo de Alkmim Moreira Nunes
Instituto de Educação Física e Desportos – UERJ

Prof. Dr. Rodrigo Gomes de Souza Vale
Instituto de Educação Física e Desportos – UERJ

Prof. Dr. Ricardo Ruffoni
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Claudio Melibeu Bentes
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Rio de Janeiro

2021

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a minha mãe, Luci Maria Colonna de Miranda (*in memoriam*), que de onde estiver, acredito estar muito orgulhosa deste objetivo que hoje estou realizando.
TE AMO MUITO!

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, pois sem sua misericórdia, amor e proteção, nada seria.

Ao meu pai, Marco Antonio, por ser muito mais que progenitor, pelo amor incondicional, pelo carinho, pelos conselhos, pelas broncas, pelo respeito, pelos ensinamentos passados, por ser meu chão, meu amigo.

A minha esposa Ana Paula, por ser meu porto seguro, minha maior incentivadora, meu GRANDE amor.

Ao meu irmão Gustavo, pois sem a sua amizade, seu carinho e nossas 'brigas', nada seria.

Aos meus avós (in memoriam), onde quer que estejam que continuem a olhar por mim.

Aos meus familiares, por perpetuarem o sentido de família, tão enraizado em mim.

Ao Professor Gustavo Casimiro Lopes, meu orientador, pela paciência, sinceridade e pelas palavras certas, nas horas certas. Muito obrigado pela sua amizade!

Ao Professor Ricardo Ruffoni, por ter sido meu professor de Judô desde a faixa Verde, pelos ensinamentos passados, pela amizade, pelo carinho e por ter feito parte deste momento como membro da banca.

Ao Professor Claudio Melibeu, pelas orientações objetivas e pelas palavras sinceras.

Ao Professor Rodrigo Vale, pelo acolhimento e pelas orientações sempre pontuais e de relevância, e pela sua amizade.

Ao Professor Rodolfo Alkmim, pelas conversas, pelo carinho, pelos conselhos, pela paciência, pelos debates e pela sua amizade.

Aos meus amigos Raman Reis e Verônica Rangel, pelas inúmeras conversas, apoio incondicional, almoços, risos, cumplicidade e pela sincera amizade.

Aos amigos do LAFE, pelas sugestões, brincadeiras, convívio, e estudos.

Ao Professor Vicente Lima, pelo carinho, apoio nos momentos difíceis, pelas palavras, conselhos e pela sua amizade.

Aos amigos Yuri Rolim e Giulio César, pela ajuda primordial na hora certa.

À Professora Juliana Brandão, por toda ajuda a mim dispensada e pela sua amizade.

A todos que de uma forma direta ou indireta me ajudaram nesta empreitada.

RESUMO

COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. *Lesões em praticantes de Judô: uma revisão sistemática*. 2021. 106 f. Tese (Doutorado em Ciências do Exercício e do Esporte) – Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2021.

Criado em 1882 pelo Sensei Jigoro Kano, o Judô é um dos esportes mais praticados ao redor do mundo. Segundo a Federação Internacional de Judô (FIJ) o mesmo é praticado por mais de 20 milhões de atletas, representando mais de 200 países. Com bastante popularidade, o Judô tornou-se a modalidade olímpica que mais trouxe medalhas para o Brasil (22 medalhas). Por ser tratar de um esporte de contato físico intenso, o Judô também está sujeito ao risco de lesões em seus atletas. Com o objetivo de analisar as lesões em atletas de Judô, o presente estudo realizou uma revisão sistemática, seguindo a metodologia PECO, a fim de saber quais são as lesões com maior incidência nessa modalidade. Foi realizada uma busca em 03 (três) bases de dados (PubMed/Medline, Science Direct, Virtual Health Library) onde foram encontrados 725 estudos que após as aplicações dos filtros pertinentes, ficaram reduzidos a 12 artigos, que foram incluídos na revisão sistemática, e que, posteriormente foram analisados. Dentre esses estudos, a maioria envolveu atletas de nível nacional e internacional com a maioria sendo de publicações no Brasil. Desses estudos, 50% foram publicados nos últimos 05 anos onde a situação de treino / competição foi o contexto mais citado. Em relação às causas e as origens das lesões, a localização das mesmas foi generalizada na maioria dos estudos, e que, as lesões mais frequentes foram: entorses, distensões, luxações e fraturas. Com relação à gravidade das mesmas, a lesão de cabeça / pescoço foi destacada em 08 dos 12 artigos (66% dos estudos). Foi verificada a qualidade metodológica desses estudos através da ferramenta CASP que mostrou uma qualidade de moderada a alta. Cabe destacar que 91,6% (11 de 12) dos estudos analisados apresentaram uma resposta negativa a questão relacionada ao rigor da análise dos dados. Assim, o presente estudo tem como objetivo identificar a prevalência e a incidência dos principais tipos de lesões ocorridas em praticantes de Judô.

Palavras-chave: Epidemiologia. Jovens. Artes Marciais. Traumas.

ABSTRACT

COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. *Injuries in Judo practitioners: a systematic review*. 2021. 106 f. Tese (Doutorado em Ciências do Exercício e do Esporte) – Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2021.

Created in 1882 by Sensei Jigoro Kano, Judo is one of the most practiced sports around the world. According to the International Judo Federation (FIJ) it is practiced by more than 20 million athletes, representing more than 200 countries. With great popularity, Judo became the Olympic sport that most brought medals to Brazil (22 medals). As it is a sport of intense physical contact, Judo is also subject to the risk of injury to its athletes. In order to analyze injuries in Judo athletes, the present study carried out a systematic review, following the PECO methodology, in order to find out which injuries have the highest incidence in this modality. A search was carried out in 03 (three) databases (PubMed / Medline, Science Direct, Virtual Health Library) where 725 studies were found, which after the application of the relevant filters, were reduced to 12 articles, which were included in the systematic review, and which were subsequently analyzed. Among these studies, the majority involved athletes from national and international level with the majority being from publications in Brazil. Of these studies, 50% were published in the last 05 years where the training / competition situation was the most cited context. Regarding the causes and origins of injuries, the location of the injuries was widespread in most studies, and the most frequent injuries were: sprains, strains, dislocations and fractures. Regarding their severity, the head / neck injury was highlighted in 08 of the 12 articles (66% of the studies). The methodological quality of these studies was verified using the CASP tool, which showed a moderate to high quality. It should be noted that 91.6% (11 of 12) of the analyzed studies had a negative answer to the question related to the rigor of the data analysis. Thus, the present study aims to identify the prevalence and incidence of the main types of injuries that have occurred in Judo practitioners.

Keywords: Epidemiology. Young. Martial Arts. Trauma.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 -	Países filiados por continentes.....	55
Figura 2 -	Distribuição das medalhas olímpicas por modalidade.....	56
Figura 3 -	Medalhas brasileiras em Jogos Olímpicos.....	59
Figura 4 -	Medalhas brasileiras em competições de referência.....	60
Tabela 1 -	Resultado de acidente com morte entre 1998 e 2011.....	76
Figura 5 -	Mecanismo de lesão por aceleração rotacional.....	77
Figura 6 -	Comparação entre causa morte.....	79

SUMÁRIO

	INTRODUÇÃO	32
1	OBJETIVOS	81
1.1	Objetivo Geral	81
1.1.1	<u>Objetivos Específicos</u>	81
2	ARTIGO 1 – ANÁLISE DE LESÕES EM ATLETAS DE JUDÔ: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	82
3	ARTIGO 2 – AVALIAÇÃO DOS MECANISMOS DE LESÃO EM ATLETAS DE JUDÔ: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	97
	CONSIDERAÇÕES FINAIS	98
	REFERÊNCIAS	99
	ANEXO	106

MEMORIAL

Este memorial visa apresentar o candidato ao doutoramento, professor Marcelo Colonna, partindo da sua experiência como atleta, técnico e árbitro de judô, passando pela vivência como docente universitário.

MEMORIAL

Neste memorial descritivo apresento a minha trajetória acadêmica e profissional em ordem cronológica, até a presente data. Em tal relato procuro destacar os elementos correlacionados à construção de minha vida acadêmica, profissional e à minha área de atuação.

Ao elaborar o presente memorial levo em consideração às condições, situações e contingências que envolveram o desenvolvimento e resultados dos meus trabalhos aqui expostos. Assim apresento este memorial organizado nas seguintes seções: a) formação acadêmica; b) experiência profissional; c) considerações finais.

FORMAÇÃO ACADÊMICA

Estudei do Jardim de Infância até o terceiro ano do segundo grau no Instituto Padre Leonardo Carrescia, um conhecido colégio do Rio de Janeiro, por sua qualidade de ensino e por ser um colégio dirigido por freiras – Franciscanas Alcantarinas. Desde criança sempre dizia que seria professor, pois sonhava em lecionar em sala de aula. Porém, ao terminar o segundo grau (1989) e apesar de praticar esportes desde que nasci (Judô, Voleibol, Basquete, Handebol, Futsal e Natação), e sonhar em ser professor, meu raciocínio rápido e a facilidade que sempre tive com números e a matemática especificamente, e por não ter o reconhecimento da Educação Física à época, me levaram a prestar vestibular para o curso de Engenharia, influenciado, parcialmente, por meu pai. Em 1990, então com 18 anos, incorporei às fileiras do Exército Brasileiro, no 1º Batalhão de Guardas – Batalhão do Imperador - (BG), ficando impossibilitado de realizar a segunda fase do vestibular para Engenharia na Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ. Em 1992, me matriculei na turma especial do Curso Impacto, na Tijuca. Esta turma tinha como característica primordial, preparar os candidatos a prestarem concurso para o IME (Instituto Militar de Engenharia), ITA (Instituto Tecnológico da Aeronáutica) e Escola Naval (escola esta, responsável pela formação dos futuros oficiais de Marinha). Na primeira avaliação dessa turma (em abril), fiquei na 163ª posição (de um total de 167 alunos). Assim que cheguei à casa com essa classificação, meu pai me disse que eu não tinha o perfil de aluno para esta turma. Acho que essas palavras mexeram comigo! Confesso que fiquei muito triste! Muito mesmo. Em contra partida, sabia que não era tão ruim assim. Comecei a me dedicar ainda mais. Estudei muito! Na sexta classificação (em setembro) já era o 17º. Infelizmente, ao final, não logrei êxito nos concursos. No fim deste ano letivo,

prestei vestibular em algumas universidades particulares. Fui aprovado na Universidade Veiga de Almeida para o curso de Engenharia Eletrônica.

Em 1995, cismeiei de cursar uma instituição pública: prestei prova de transferência para o Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca – CEFET/RJ, onde continuei o meu curso. Cursei por cinco anos Engenharia Eletrônica, e posteriormente, por motivos profissionais, Engenharia de Telecomunicações. Paralelamente, ministrava aulas de Judô em um clube português na Tijuca – Casa de Vila da Feira e Terras de Santa Maria, compartilhando os horários com outro professor. A partir da promulgação da lei N° 9696, de 1° de setembro de 1998, que dispunha sobre a regulamentação do Profissional de Educação Física, minha paixão pelos esportes começava a falar mais alto e a vontade de fazer Educação Física (que sempre existiu) começava a me incomodar. Nesta época, já Faixa Preta e árbitro Nacional, a pressão pela necessidade de ser Professor de Educação Física para poder dar aula de Judô era enorme: todos os colegas que já eram formados realizavam uma forte influência para que eu fizesse o curso de Educação Física. Na opinião deles, o dom de dar aula, o carisma com os alunos, e principalmente, o prazer ao ministrar aulas, eram os motivos certos. Assim, ao final de 2001, tranquei o curso de Engenharia de Telecomunicações no CEFET/RJ e prestei vestibular para Educação Física. Não preciso mencionar o enorme problema que proporcionei em casa. Meu pai se transformou! Acho que só não me bateu porque ... Até hoje não sei! Acho que merecia. Trancar um curso de Engenharia no 8° período em uma instituição pública federal e ir cursar Educação Física em uma instituição particular era demais para ele. Meu pai não quis pagar a instituição particular. Graças a minha avó (in memoriam) e minha mãe consegui realizar a matrícula. Mas estava certo do que eu queria, mesmo que de forma um pouco tardia. Começou, neste momento, minha trajetória como Profissional em Educação Física, como aluno de graduação na Universidade Estácio de Sá, em março de 2002.

No início de 2004, um GRANDE AMIGO, o hoje Prof. Claudio Luís Rodrigues, me comunicou que havia me inscrito no processo de transferência externa da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ - para o curso de Educação Física. Fiquei um pouco chateado e decepcionado, pois falei que não iria conseguir estudar o suficiente para passar (em função de minhas obrigações profissionais) e que não lograria êxito. Depois de calorosas e ríspidas discussões ele me convenceu a realizar o citado processo. E após as etapas da prova escrita e entrevista, recebi a notícia que minha transferência havia sido aceita. A partir desse momento, minha trajetória na Educação Física da UERJ começou! Ao ingressar nesta instituição, e ao realizar as equivalências das disciplinas cursadas e a cursar, percebi que voltei praticamente ao primeiro período, uma vez que a diferença entre a carga horária de uma

instituição para outra, era muito diferente. Comecei como qualquer aluno: comprei o uniforme padrão do curso de Educação Física, cursei disciplinas “diferentes” para quem veio originário de um ramo peculiar como as Lutas. Dentre essas disciplinas, algumas ficaram marcadas como, por exemplo, Folclore, onde em dois períodos pude vivenciar o Maculelê, a Ciranda, o Bumba meu Boi, a Festa Junina e até o Carnaval, com a criação de uma Escola de Samba. A interação entre os alunos e a professora foi de vital importância para o meu acolhimento na instituição.

Outra disciplina que me marcou muito foi Rítmica (Dança), onde pude em um primeiro momento, organizar uma Mostra de Dança, e, posteriormente, participar dessa Mostra, efetuando três coreografias (diga-se de passagem, de uma forma muito engraçada). Convivi com muitos professores excelentes e muitos deles marcaram minha trajetória, seja pelos ensinamentos ou pela amizade! Em especial, posso citar os professores Gustavo Casimiro, Wallace Monteiro, Evaldo Bechara e Jeferson Retondar, os quais tenho o prazer de tê-los como AMIGOS! Os períodos foram passando, as amizades dos colegas se solidificando, até que em 2007 concluí o curso de Educação Física – habilitação Plena, com a apresentação de minha monografia intitulada “*As representações do Judô na perspectiva dos alunos e de seus responsáveis*”.

A partir de minha colação, as oportunidades foram acontecendo! Em 2008, ingressei na Pós Graduação *Lato Sensu* em Administração, Gestão e Marketing Esportivo, pela extinta Universidade Gama Filho. Minha intenção era aprender como gerir um processo complexo (como eram as áreas das academias) em sua plenitude, desde a parte técnica como também na parte administrativa. Foram 18 (dezoito) meses de muito aprendizado! As experiências adquiridas neste processo (os debates em sala de aula, os trabalhos com os colegas (que se tornaram amigos ao final do curso) e a apresentação do Trabalho de Conclusão de Curso) foram de vital importância para minha caminhada profissional.

Em paralelo ao meu curso de especialização *Lato Sensu*, quase ao final do mês de Julho de 2009, o professor Wallace David Monteiro, em conversa informal durante um dos intervalos entre as aulas, percebeu meu interesse em continuar meus estudos, onde demonstrei a vontade de ingressar em um curso de especialização *Stricto Sensu*. O referido professor, em um “lapso de lucidez” me perguntou se eu gostaria de ser seu aluno (orientado) no curso de Mestrado da Universidade Salgado de Oliveira – UNIVERSO. Após o primeiro impacto com a notícia, ao me restabelecer, informei que gostaria muito e perguntei o que precisaria fazer! A partir deste momento, comecei meu processo de ingresso no Curso de Pós Graduação *Stricto Sensu* em Ciências da Atividade Física da referida universidade.

Ao fim do processo seletivo, e com a aprovação em primeiro lugar (segundo o programa, em função da prova de Inglês, onde obtive uma nota maior que os outros dois concorrentes), por uma questão de logística interna do programa, o Prof. Wallace Monteiro me perguntou se eu gostaria de ser orientado pelo Prof. Paulo de Tarso Veras Farinatti, sendo ele meu co-orientador. Fiquei congelado! Ser aluno de um dos professores mais expoentes da pesquisa brasileira, confesso, me deu um pouco de pânico. Aceitei!

A partir desse momento, muitas aulas, muitos artigos científicos, muitas conversas, muitas amizades e vários puxões de orelhas! Um detalhe importante desse processo foi à união dos alunos desse programa: todos empenhados em ajudar, principalmente, os três que entraram no mesmo processo seletivo: eu, Sandro de Souza e Edneide Xavier. Uma experiência única, onde pude constatar o ENORME abismo que existe entre a graduação e os cursos *Stricto Sensu*. Durante todo o curso de Mestrado, um momento ficou gravado para mim: minha qualificação! Em minha opinião a pior qualificação de um processo acadêmico jamais vista. Foi “paulada para tudo quanto foi lado”! As perguntas da banca pareciam lâminas afiadas! Cada uma machucava mais que a outra. rrsrrsrrsrrs. Mas foi, a partir desse momento, que eu acordei para o curso. Vários dias lendo os artigos, escrevendo a dissertação, enviando aos professores, corrigindo, alterando, retirando, acrescentando, Uma batalha épica! (pelo menos parecia à época). Um detalhe não posso deixar de mencionar: ao ingressar no curso de Mestrado, relatei aos professores meu desejo de trabalhar com o Judô (minha área de atuação). Achei que seria um processo natural. Ledo engano! Com a maior sinceridade possível (característica ímpar dos dois professores) a frase “você irá trabalhar com as variáveis cardiorrespiratórias na transição caminhada x corrida” me soou catastrófica! Mais um desafio a ser conquistado!

Ao final, depois de várias noites sem dormir, de um início de um processo depressivo, de alguns remédios e muito conhecimento adquirido, enfim defendi minha dissertação com o título: *“Estudo das relações entre os percentuais de frequência cardíaca de reserva e o consumo de oxigênio máximo de reserva e suas aplicações na velocidade de transição caminhada – corrida”*. Ufa!

Achei que tivesse terminado! Errei de novo!

Ao final de junho de 2016, da mesma maneira como no Mestrado, o Prof. Gustavo Casimiro Lopes, que após uma formatura de Colação de Grau, me chamou a atenção para a minha vocação à docência, me indagou sobre a possibilidade de ele ser meu orientador no curso de Doutorado. Novamente pego de surpresa, fiquei um tanto quando estático! Ao me

reestabelecer do susto, aceitei! Em menos de duas semanas preparei meu projeto. Semanas essas corridas, tensas, nervosas! Leituras de artigos, montagem de um projeto piloto, descrição de uma metodologia, montagem da apresentação para a prova de aula, e ainda, estudando para todo o processo seletivo. Foi tudo muito rápido! Estava quase achando que não iria conseguir. Mas ao final, tudo deu certo! Após as etapas da prova de língua estrangeira, prova específica e apresentação do projeto; conquistei meu objetivo: passei no processo seletivo ao curso de Doutorado no Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ. Para minha surpresa, ao verificar o resultado final do processo, verifiquei ter sido aprovado em primeiro lugar, o que, me deixou MUITO FELIZ, me incentivando cada vez mais a continuar e ratificando minha escolha no passado em trocar a Engenharia pela Educação Física. Agora é “só” terminar!!!

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Comecei minha trajetória como JUDOCA aos 10 anos de idade, quando um amigo de minha mãe que trabalhava com ela na Assessoria de Educação Física, órgão este, vinculado à Secretaria de Educação, perguntou se ela não gostaria de colocar os filhos no Judô, pois estaria iniciando uma turma nova no Clube de Regatas Vasco da Gama (CRVG). Ao chegar a casa, fui perguntado sobre tal fato, o qual aceitei, sem pestanejar! Começou, neste momento, minha vida judoísta! As aulas eram aos domingos pela manhã, no período de 08:00h às 12:00h, no clube acima citado, em São Cristóvão.

Logo no primeiro dia de aula, recebi das mãos do diretor de esportes terrestres do CRVG, minha carteira de Sócio Atleta do clube, bem como minha anuidade da Federação de Judô do Estado do Rio de Janeiro (FJERJ) paga e ainda meu Judogui (quimono utilizado pelos praticantes da arte do Caminho Suave).

Confesso que não era fácil acordar todos os domingos cedo (muito cedo) para treinar. Contava sempre com meu pai que me levava, me esperava e me trazia de volta. Por ter sido atleta bem cedo, a preocupação de dormir cedo, de não ficar até muito tarde nas festinhas, de estar bem preparado para treinar me acompanhavam sempre. Saber a importância do “ser atleta” me fez enxergar o esporte de outra maneira. Nunca tive dos meus pais a cobrança por resultados. Tinha em fazer o meu melhor, deitar a cabeça no travesseiro e dormir certo que me esforcei ao máximo.

Essa rotina de treino aos domingos durou quase quatro anos, da faixa Branca a faixa Laranja. A época de meu exame a faixa Verde, o CRVG encerrou os treinos aos domingos,

passando os mesmos para três vezes na semana (segundas, quartas e sextas) no período da noite (19:00 h às 21:00 h). Começava neste momento minha saga! Não tinha mais meu pai para me levar, pois ele estava em horário de trabalho. Assim, para que eu pudesse chegar às 19:00 h no CRVG, em São Cristóvão, era obrigado a sair de casa às 16:00 h para poder pegar um ônibus (linha 634 – Seans Peña x Freguesia), e conseguir chegar no horário. Pode parecer brincadeira, mas é impressionante como essa linha dá voltas!

O principal problema não era nem a ida ao clube! Mas sim à volta: sair do CRVG às 21:00 h, descer a rua General Américo de Moura, entrar na Rua Emancipação e descer a rua São Luiz Gonzaga até a cancela, NÃO era mole! Indo em uma velocidade constante dava bem uns 20 minutos. Depois dessa aventura ainda tinha mais uma: esperar o ônibus da mesma linha (634) voltando para a Tijuca. Demorava muito! Resumindo a história, chegava a casa por volta de 23:30 h / 00:00 h. Não preciso nem dizer que os meu pais não gostavam nada disso.

Mas não desisti! Ainda continuei nesse ritmo por mais dois anos. Mas ficou puxado! No segundo semestre de 1986, consegui me transferir para um clube mais perto: o Tijuca Tênis Clube (TTC). Como já era sócio deste clube, fiquei sabendo que eles iriam iniciar a modalidade Judô no clube e não pensei duas vezes. Busquei informações, conversei e me apresentei ao diretor de esportes do clube e ao professor que estava chegando, Prof. Fábio Gurgel. Como eu já era faixa Verde tornei-me o aluno mais graduado da turma, o que de certa forma, foi muito bom para o meu aprendizado, pois o professor me cobrava muito. Não demorou muito para me tornar atleta do TTC também! Uma coisa me decepcionou um pouco! Um pouco não: MUITO!

Como o clube havia começado a modalidade naquele semestre, o professor não realizou exame de faixa ao final daquele ano, o que, de certa forma, me prejudicou, pois acabei ficando mais um ano na faixa Verde. Hoje vejo que o conhecimento adquirido naquele um ano a mais, me fez crescer como judoca. Paralelamente a esse “lastro” temporal, minha experiência como docente começou (mesmo que de forma informal) por volta de meus 14 anos de idade, onde eu já ministrava aulas particulares de Matemática, Física, Química e Inglês.

Voltando ao Judô, simultaneamente a essas aulas, comecei a ajudar meus professores em suas aulas de Judô. Ainda como Faixa Verde já atuava no auxílio dessas aulas para os alunos iniciantes e/ou de uma faixa etária menor que a minha. Digo professores, pois durante

minha passagem pelo TTC, encontrei o Professor Ricardo Ruffoni, que substituiu o antigo professor.

Aprendi muito com o Professor Ruffoni (como ele é conhecido). Suas aulas me despertaram para o gosto em ministrar aulas; principalmente, de Judô! E acredito que consegui chamar a atenção dele, pois o mesmo começou a me convidar para substituí-lo em alguns lugares onde lecionava, como por exemplo: Clube Israelita Brasileiro (CIB), em Copacabana; Colégio Bari Lan, também em Copacabana, e no próprio TTC. Nesse período fui me graduando nas faixas no decorrer dos anos! Em 1990, fui obrigado a me afastar do Judô por um alguns anos, pois incorporei as fileiras do Exército Brasileiro.

Retornei aos tatames (peça, originalmente confeccionada em palha de arroz, onde se pratica o Judô) ao final de 1994. Como me identifiquei muito com o meu último professor (professor Ruffoni) e não havia perdido o contato com o mesmo, o procurei em seu novo local de trabalho: Casa de Vila da Feira e Terras de Santa Maria, um clube português bem conhecido na Tijuca. A partir desse momento não “abandonei” mais o Judô.

Voltei a treinar e a competir (infelizmente nunca logrei o lugar mais alto do pódio) e sempre perdendo na disputa final, ou nas fases classificatórias para o mesmo oponente: André Azeredo (alcunha de “mexicano”). Encontrei ele há pouco tempo e relembrei esse fato fatídico. Ele acredito que por humildade, me disse que não se lembrava. Mas para quem perde ... Histórias boas que me remetem aos meus bons tempos de competidor!

Continuei treinando e me dedicando a nobre arte do Caminho Suave! Em 1996, com o mesmo professor prestei exame para Faixa Preta. O exame para Faixa Preta é realizado durante o ano todo, em 05 (cinco) encontros denominados Módulos, que ocorrem em fins de semana estipulados pela Federação de Judô do Estado do Rio de Janeiro (FJERJ), onde cada candidato é avaliado dentro desses módulos nos diversos segmentos alusivos a prática do Judô, como por exemplo: maneira de andar sobre o Dojô (área onde se pratica o Judô), tipos de saudações, grupos de técnicas, divisão dessas técnicas, conhecimento da grafia japonesa, e, principalmente, o estudo dos Katas (conjunto de técnicas fundamentais que representa uma sequência de movimentos de ataque e defesa). Obtive sucesso: conquistei minha faixa Preta em dezembro deste ano, sendo a última avaliação no Morro da Viúva.

No início de 1997, por incentivo do professor Ruffoni (em conversa posterior, o mesmo me confidenciou que já observava em mim o gosto em arbitrar lutas) me inscrevi no Curso de Formação de Árbitros da FJERJ. O referido curso teve duração de três fins de semana, onde foram abordadas a parte teórica e prática, as regras, situações específicas

envolvendo arbitragem, como por exemplo, a triangulação (maneira de se deslocar e deslocar dentro do *Shiai*), dentre outras atividades inerentes a função do árbitro. Ao final do curso, foi aplicada uma prova de conhecimentos e, caso aprovado, o candidato passaria a prova prática, uma espécie de estágio, durante uma das competições do calendário da FJERJ.

Fui aprovado na prova de qualificação e passei para a prova “prática”! A competição para a qual fui designado foi o Campeonato Estadual, no ginásio da antiga Universidade Gama Filho, em Piedade. Não preciso dizer como estava nervoso! O ginásio lotado; as arquibancadas “ferendo”; minhas calças balançando (Sim! As calças balançavam de nervoso). Ao final desse inesquecível dia, fui alçado ao Quadro de Árbitros da FJERJ, sob a graduação de Árbitro Estadual. Começou nesse momento, minha trajetória como ÁRBITRO de Judô!

Um fato marcante em 1997 aconteceu em Setembro, quando fui convidado pelo então diretor de arbitragem da FJERJ, Professor José Pereira Silva, a arbitrar o Campeonato Brasileiro Juvenil de Judô, em Balneário Camboriú – SC. Antes que eu falasse o “aceito”, o referido professor me informou as condições: deveria arcar com as minhas despesas de transporte, hospedagem e alimentação. Gelei! O convite, até então, aceito, ficou pendente, pois dependia do maior incentivador de minha “carreira”: meu “PAI...TROCÍNIO”.

Cheguei a casa e comuniquei o convite aos meus pais, que prontamente deram o aceite. Fiquei muito feliz e retornei ao professor Pereira que estava tudo acertado para a viagem. Os dias que antecederam esse Campeonato foram muito tensos: minha primeira viagem como árbitro de Judô, representando o estado do Rio de Janeiro, e ainda viajando com o diretor de arbitragem da Federação; caramba! Muitas coisas se passaram na minha cabeça.

Até então, achava que já estava tudo tranquilo. Enganei-me! Na reunião técnica (reunião esta onde são feitas as inscrições de atletas e técnicos, sorteio das chaves e são traçadas as diretrizes da competição), quando chegada a vez da confirmação do árbitro do estado do Rio de Janeiro, o nome proferido foi o do professor Pereira (eu não sabia que ele havia sido escalado pela FJERJ para o evento), que em alto e bom som solicitou que fosse alterado para o nome Do árbitro representante do referido Estado para MARCELO JOSÉ COLONNA DE MIRANDA, o meu!

O professor responsável pela condução da reunião (Professor “Cocada” – não me recordo o nome dele) acatou prontamente a solicitação do professor Pereira com um sorriso maroto de canto de boca e emendou com a seguinte pergunta: qual a graduação dele? Neste momento, o professor Pereira se dirigiu a minha pessoa e verbalizou: por favor, diga para eles! Sem entender o que estava acontecendo respondi com a “boca cheia”: Estadual! Um

silêncio mórbido tomou conta da sala de reunião. Todos, quase que simultaneamente, olharam para trás, em minha direção. O professor “Cocada”, após uma breve respiração mais profunda, olhou para o professor Pereira que de imediato falou: “podem ficar tranquilos! Eu assino embaixo!”. A reunião acabou ali!

No carro, a caminho do hotel, perguntei ao professor Pereira o porquê do constrangimento geral na reunião, e o mesmo, com sua sinceridade ímpar (sua característica mais marcante) me respondeu: ué! Você não sabe o por quê? Nos Campeonatos Brasileiros, a graduação mínima exigida aos árbitros é Nacional “C”! E sorriu!

Os anos foram passando, e eu fui me graduando: como faixa Preta fui promovido a 2º DAN em 1999 e a 3º DAN em 2001. Como árbitro fui promovido a Árbitro Nacional “C” em 1998; a Nacional “B” em 1999; a Nacional “A” em 2000; à Aspirante a Internacional em 2001 e a Árbitro Sul-americano em 2003.

Em paralelo, além de cursar a faculdade de Engenharia, comecei a ministrar aulas (remuneradas) de Judô em clubes, academias e escolas, como por exemplo, a Escola Cisne Branco, na Tijuca; o clube Casa de Vila da Feira e Terras de Santa Maria, também na Tijuca, Clube Israelita Brasileiro, em Copacabana, dentre outros.

Como citado acima anteriormente, em 2002, desisti do curso de Engenharia e passei a cursar Educação Física. Comecei, então, a procurar um lugar onde eu pudesse estagiar na área!

Em 2003, em conversa informal com um amigo da faculdade, o mesmo informou saber de um lugar que estava precisando de um professor de Judô. Prontamente, solicitei o contato e liguei para a referida academia para me candidatar à vaga. A academia em referência chamava-se *Barraball* e era localizada no condomínio Mundo Novo, Barra da Tijuca. No primeiro contato fui entrevistado pela Prof.^a Sylvia Ferreira, gerente técnica da referida academia. Passei por esta entrevista, sendo designado para uma entrevista com o dono da academia, Prof. Russo, professor da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.

A entrevista foi muito produtiva e consegui a vaga como professor de Judô. Passado alguns meses (acho que uns 04 (quatro) meses), ao final do Exame de Faixa de meus alunos, fui convidado para ser o gerente administrativo, função esta, responsável por toda a parte operacional da referida academia, que consistia em: verificar toda a documentação para possíveis fiscalizações; acompanhar, verificar e contabilizar o estoque da cantina e da loja de acessórios; verificar a limpeza dos salões, dos aparelhos e dos sanitários; acompanhar e solicitar a manutenção dos equipamentos e da piscina, dentre outras atribuições.

Nesse período, estudava no período noturno no bairro do Rio Comprido, e em função do horário, comecei a ficar prejudicado nos meus estudos: pegava o ônibus por volta de 06:30 h em direção a Barra da Tijuca e retornava às 17:00 h. Entretanto, em função do trânsito, muitas vezes caótico, não conseguia chegar a tempo na aula, que tinha seu início às 19:00 h.

Comecei a pesar na balança se realmente valia a pena sacrificar meus estudos! E por alguns motivos de empatia e relacionamento, solicitei minha dispensa da academia.

Em 2004, também como explicado anteriormente, consegui transferir minha matrícula para o curso de Educação Física na Universidade do Estado do Rio de Janeiro, onde, em função da carga horária, permanecia em tempo integral.

Contudo, em 2005, consegui um estágio na academia By Fit, na Tijuca, no setor de Musculação. Minha carga horária era pequena (apenas 04 (quatro) horas por dia, dois dias na semana). Exercia as funções inerentes a um estagiário de musculação: verificava a frequência cardíaca dos alunos, acompanhava os professores na prescrição e confecção de séries, auxiliava os alunos no Alongamento, tentava deixar a sala em condições de uso, e, por fim, fechava a academia às 23:00 h. Cabe salientar, que esse estágio não era remunerado! Permaneci por, aproximadamente, 09 (nove) meses, adquirindo muito conhecimento, conhecendo novas intervenções, e fazendo novas amizades.

O ano seguinte foi de grande mudança em minha vida profissional, pois em 2006 fui promovido ao 4º DAN, como faixa Preta e ingressei, como professor de Judô, em uma das maiores redes de academias do Brasil: *Cia. Atlética!* Atuava em um dos condomínios que mantinham contrato com a academia, para a cessão de profissionais de Educação Física. Atuava como professor de Judô para diversas faixas etárias, desde 03 anos até 14 anos. Foi um período de muito aprendizado profissional, onde participei de diversos seminários, palestras, cursos, todos eles voltados para o crescimento dos profissionais da Rede. Permaneci nesta empresa por 06 anos, onde criei poucas (mas muito sólidas) amizades, que se perpetuam até os dias atuais.

Neste ano ainda, em meados do mês de junho, fui convidado a realizar exame de graduação na arbitragem. A prova aconteceu na cidade de Cartagena de Índias – Colômbia, e do mesmo modo que os exames anteriores, os valores dos gastos com o referido processo de graduação foram custeados, em parte, pelo meu “PAI...TROCÍNIO”. Digo em parte, pois o mesmo adiantou o valor das passagens, hospedagem, alimentação e taxa de exame (para todo exame é cobrada uma taxa, que a época estava em U\$ 100,00 (cem dólares americanos)). Depois, fui ressarcindo os custos em parcelas mensais. Realizei o exame, sendo aprovado a graduação de Árbitro Continental – FIJ “B”.

Com essa graduação, fui convocado, em outubro de 2007, para arbitrar os IV Jogos Mundiais Militares, na cidade de Hyderabad – Índia, sendo o único árbitro brasileiro na modalidade Judô. A Índia com todas as suas particularidades (divisão das classes sociais em Castas, modelo altamente machista, mulheres com os rostos cobertos pelas “burcas”) mostrou-se um país riquíssimo, sendo considerado hoje, o país da tecnologia! Apesar dos contrastes, pude aprender muito! Bem verdade que num primeiro momento, o impacto foi absurdo. Não podia falar com as pessoas que não estavam diretamente ligadas aos Jogos; não podia interferir na cultura das pessoas (vivenciei cenas de trabalho “escravo”, onde as mulheres eram submetidas a trabalhos pesados, como exemplo), não podia sair do “pseudo hotel” onde estava sem a devida escolta por parte dos militares responsáveis pela segurança do evento; etc. Quase um “cárcere privado”! Apesar dos contratemplos enfrentados durante a viagem, depois de quase 15 dias, regressei ao Brasil com a sensação de dever cumprido. Uma experiência única!

Simultaneamente as atividades como árbitro, minha prática profissional caminhava muito bem. Tão bem que no segundo semestre de 2008 fui convidado a ministrar aula como professor contratado na mesma universidade pela qual me formei: UERJ! O Professor Wallace Monteiro, ao lembrar-se de minha formação em Lutas (especificamente Judô), fez o convite para que eu ministrasse as disciplinas inerentes a essa modalidade específica. Recebi o convite com alegria e apreensão: será que eu estaria apto a exercer tamanha responsabilidade? Claro que aceitei!

Os dias foram passando e eu, a cada dia que se passava, cada vez mais, descobrindo, REALMENTE, a minha vocação! A interação com os alunos, a convivência com os outros professores (que foram, no ano anterior, meus professores), a amizade formada com alguns servidores e principalmente, o reconhecimento por parte dos discentes, me deixava, cada vez mais, ciente do meu caminho (destino). Permaneci ministrando as disciplinas Judô, Metodologia do Ensino do Judô, Aprofundamento em Judô I e Aprofundamento em Judô II por quatro períodos (tempo este limitado pelo meu contrato de trabalho). Em todos esses períodos, tive a honra e o privilégio de ser um dos professores homenageados pelos alunos em suas Formaturas de Colação de Grau. Uma experiência muito emocionante e gratificante!

Em 2010, ainda trabalhando na *Cia. Atlhética* recebi um convite para trabalhar em uma escola do Rio de Janeiro, situada no bairro do Itanhangá. A escola, o Centro Educacional MOPI, era uma escola bem tradicional no Estado e reconhecida pelo seu modelo pedagógico um pouco fora dos padrões que eram utilizados pelas outras escolas particulares. O modelo onde os alunos eram os protagonistas, ainda era pouco defendido por algumas correntes de

ensino (ou melhor: não era aceito!). Nesse estabelecimento de ensino, eu exercia a função de professor de Judô, tanto em atividade curricular (dentro do horário de aula), como também em atividade extracurricular. Permaneci nesta instituição por 05 (cinco) anos, onde solicitei meu desligamento.

Ainda em 2010, fui convocado para arbitrar o Open Isla Margarita de Judô, na Venezuela. Um lugar lindo, onde fiquei hospedado em um resort all inclusive. Um lugar paradisíaco! A competição não foi muito forte, pois era época de Copa do Mundo, e apenas poucos países participaram. O Brasil foi com uma equipe de jovens promessas e saiu-se muito bem, chegando ao pódio em todas as categorias disputadas. Minha participação foi considerada muito boa pelos Coordenadores, realizando 05 (cinco) disputas de medalhas, entre elas, 02 (duas) finais. Permaneci na cidade por 07 (sete) dias, acompanhando, após a competição, o Treinamento de Campo, que foi realizado pela equipe brasileira.

Na volta, já no aeroporto em Caracas, uma situação me chamou atenção (e me deixou bastante apreensivo): a Venezuela já passava por um período conturbado politicamente, e um grupo de militares venezuelanos, por uma questão de segurança, fazia um trabalho ostensivo de “fiscalização”, retirando alguns passageiros da fila de embarque da companhia aérea. Mas, ao final, tudo deu certo e embarquei de volta ao Brasil com mais uma incrível experiência internacional!

Acham que parei no tempo como JUDOCA? Que nada! O ano de 2012 foi bem puxado para mim, pois foi nesse ano que prestei exame para o 5º DAN. O exame, assim como os outros ocorreu durante o ano todo, durante os Módulos! Como já não sou mais tão garoto, as execuções das técnicas durante esses módulos me deixaram com dores, muitas dores! Era “batata”: no fim de semana dos módulos eram de 05 (cinco) a 06 (seis) remédios para dor. E não parava por aí: como percebi que os módulos estavam sendo poucos para treinarmos para o exame ao fim do ano, combinei com mais três amigos e fizemos um grupo de estudo, o qual se reunia todas as sextas-feiras, de 14:00h às 18:00h, religiosamente. Tivemos o apoio incondicional do professor José de Almeida Souza, membro da Comissão Estadual de Graus (comissão esta responsável pelo aprendizado, qualificação e avaliação dos candidatos a prestar exame de faixa, desde exame ao 1º Dan (pelos faixas Marrons) até o exame ao 5º DAN, pelos faixas Pretas já graduados anteriormente) que se prontificou a nos treinar. Sua ajuda foi inestimável, pois a muito tempo nenhum dos quatro praticava todas as técnicas do Judô, e, principalmente, os Katas que deveríamos apresentar (ao todo eram 05 (cinco) os Katas – um para cada DAN adquirido). Depois de muitas técnicas e repetidas caídas, consegui ser aprovado ao 5º DAN! E vamos que vamos!

Com o passar do tempo, e simultaneamente a arbitragem, acho que exerci bem o papel de professor universitário, pois, em 2013, após o primeiro período de contrato (2008 a 2010), fui chamado novamente para ser o professor da disciplina Judô (e suas ramificações) na UERJ, em substituição a professora que entrara de licença maternidade. A mesma função exercida anos antes! Entretanto, nesse segundo momento, o ingresso como professor contratado foi por meio de concurso público (no primeiro processo seletivo havia sido análise de currículo e entrevista). Ao receber essa notícia fiquei bastante apreensivo, pois nunca havia participado de um processo seletivo com tamanha importância. Esse processo seletivo constava de uma prova de aula e uma entrevista. Esse nervosismo permaneceu até o sorteio do tema! Quando o tema “Técnicas do Judô” saiu da mão do professor encarregado (mais tarde saberia que este “professor encarregado” nada mais é do que o presidente da banca) fiquei bem mais tranquilo, pois era um dos temas que eu mais sabia, devido a minha área de atuação.

Fui aprovado no concurso e retornei a UERJ como professor contratado, desta vez após um concurso público, e permaneci por todo o ano de 2013, onde também fui homenageado pelas turmas da graduação! Nesta passagem, se a memória não me falha, na última homenagem recebida, fui homenageado e agraciado como Paraninfo da turma (até então, haviam sido, “somente”, como professor homenageado). Além de ter sido uma homenagem com uma relevância incrível, um fato ocorrido me marcou definitivamente: ao terminar meus agradecimentos de meu discurso como Paraninfo, me posicionei em direção aos alunos e eis que, para minha surpresa, TODOS os alunos se posicionaram de pé, e ao comando de um deles, realizaram a saudação Ritsurei, a saudação característica do Judô! Não consigo, até o presente momento, descrever a sensação de ter um reconhecimento tão especial realizado pelos alunos. Nesse momento, tive a certeza que estava no caminho certo, na profissão certa e que a mudança da Engenharia para a Educação Física apesar de doída (não se esqueçam de meu pai) foi a decisão mais acertada que tive!

Esse feito, apesar de parecer normal para os leigos, teve uma conotação ainda mais relevante, se analisarmos o fato de que: um professor CONTRATADO ter recebido uma homenagem totalmente verdadeira e espontânea de seus alunos, na presença do diretor do curso de Educação Física da UERJ. Realmente, uma homenagem que jamais esquecerei!

Os anos foram passando e em julho de 2015, fui indicado (por ter o mestrado e por ser professor de Judô) para concorrer a uma vaga no Centro Universitário Augusto Motta – UNISUAM, como professor universitário. Como o segundo semestre já estava começando, comecei a ministrar aulas nas disciplinas: Lutas, Ginástica e Jogos! Em tempo: realizei todo o processo seletivo já ministrando as aulas. Ficou uma dúvida: e se eu fosse reprovado no

processo seletivo? Graças a Deus, passei no processo seletivo e assinei meu primeiro contrato de trabalho como professor universitário em agosto de 2015, nessa instituição. Comecei como todo professor iniciante: apreensivo, cuidadoso, tentando entender como a instituição funcionava, conhecendo o perfil dos alunos. Acho que estou indo bem! Já lecionei as disciplinas: Lutas, Jogo, Ginástica, Esporte de Invasão, Esporte de Rede e Rebatida, Práticas Pedagógicas II, Práticas pedagógicas IV, Estágio Supervisionado II, Trabalho de Conclusão de Curso, e agora, estou com o novo sistema implantado pela instituição que são os Módulos, onde não há a oferta de disciplinas específicas, e sim, um conjunto de competências as quais os alunos devem absorver durante o semestre.

A atuação nesse Módulo foi de extrema superação, pois éramos dois professores dividindo todas as competências, em sequência. Como exemplo, posso destacar as competências que foram adquiridas pelos alunos nesse semestre: Jogo e Ginástica. Dentro desses dois pilares da Educação Física, os alunos tiveram aulas de História da Educação Física, O que é Educação Física, História da Ginástica, Tipos de Ginásticas, História do Jogo, Classificação dos Jogos, Introdução a Anatomia, Introdução a Anatomia Sistêmica, Introdução a Fisiologia, enfim; todos esses conteúdos abordados de uma forma integradora, onde cada um deles interage com o outro, dando ao aluno uma visão mais ampla de todo o processo. Permaneço até hoje na Instituição!

Seguindo minha ordem cronológica, o ano de 2016 reservou uma das MAIORES experiências como profissional de Judô pela qual já passei: fui convocado pelo Comitê Organizador dos Jogos Olímpicos - Rio 2016, via COB – Comitê Olímpico Brasileiro, a ingressar no grupo de *National Technical Officials* - Oficiais Técnicos Nacionais (NTOs) – grupo este, responsável por toda a logística, preparação e operacionalidade da modalidade Judô, nos referidos Jogos. Como o próprio nome faz referência, esse evento foi realizado na cidade do Rio de Janeiro, no mês de agosto. A convocação saiu em janeiro de 2016, pois além dos Jogos, fui convocado, também, para o evento teste, que foi realizado em março do mesmo ano.

O grupo de NTOs possuía vários professores de Judô do Brasil todo: Natal, Bahia, Goiás, Distrito Federal, Espírito Santo, Rio de Janeiro, São Paulo, etc... . Ficamos em torno de 15 dias em um hotel do Recreio dos Bandeirantes, próximo ao Parque Olímpico (local onde a maioria das competições esportivas aconteceram) trabalhando de forma intensa, desde bem cedo (em torno de 07:00h já estávamos saindo para a Arena) até quase às 20:00h, quando retornávamos ao hotel. O esquema de segurança para entrada na arena (bem como a segurança

realizada em toda a cidade) era muito forte, necessitando até da retirada dos cintos existentes em nosso uniforme de trabalho. Mas tudo deu certo!

A integração entre equipe de trabalho, bem como a equipe de gerentes, e o grupo de ITOs (*International Technical Officials*) - grupo este representado pelos profissionais representando a FIJ – Federação Internacional de Judô - entidade máxima do Judô a nível Mundial foi essencial para o excelente nível apresentado pela modalidade junto ao Comitê Organizador. Segundo alguns relatos posteriores, o Judô foi considerado a modalidade exemplo!

Pode não parecer, mas o convívio com atletas, árbitros e dirigentes de outros países foi de extrema importância para meu crescimento como árbitro, e principalmente, como praticante da NOBRE ARTE!

Da mesma forma que nos Jogos Olímpicos - Rio 2016, também fui convocado para os Jogos Paralímpicos - Rio 2016, desta vez realizado no mês de setembro. Desta vez (como o período de competição foi mais curto) ficamos por volta de 10 (dez) dias hospedados dentro da Vila Olímpica (local reservado para todos os atletas, árbitros, dirigentes e *partners*, integrantes dos jogos). Neste local, havia toda a infraestrutura para as delegações dos diversos países, desde restaurantes até salões de jogos e áreas de convivências.

Não sei como descrever essas experiências (dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos) em minha vida. Momentos inesquecíveis! Acredito que, para qualquer pessoa que atue com esportes, seja um sonho participar de uns Jogos Olímpicos, ainda mais esses Jogos acontecendo em sua cidade. Espero que não seja o último!

O tempo continua passando e em 2018 fui convidado a fazer parte da Comissão Estadual de Graduação – CEG (aquela que durante muito tempo me avaliou) pelo professor Marco Aurélio da Gama e Silva – presidente da referida Comissão. Como sempre fui pego de surpresa! Perguntei para o citado professor o porquê de minha escolha, e ele, com sorriso amigável, respondeu que já era tempo!

Essa Comissão de Graus possui muitos professores que fizeram (e fazem) parte da história do Judô no estado do Rio de Janeiro. Professores como o *Sensei* (professor em japonês) Geraldo Bernardes, professor de dois medalhistas olímpicos: Flavio Canto (medalista de bronze nas Olimpíadas de Atenas – 2004) e de Rafaela Silva (Campeã Olímpica nas Olimpíadas Rio – 2016); como o *Sensei* Oswaldo Cupertino Simões (Campeão Mundial Universitário, em 1978); e o *Sensei* Raimundo Faustino Sobrinho, Presidente de

Honra da referida Comissão e o primeiro professor a possuir o 9º DAN no Estado do Rio de Janeiro (atualmente, o estado do Rio de Janeiro possui 05 (cinco) professores com esta graduação: *Sensei Enir Vaccari (in memoriam)*, *Sensei Geraldo Bernardes*, *Sensei Jair Hilário* e *Sensei Durval Simas*).

Comecei então a fazer parte dessa Comissão, sendo designado ao Grupo III (os candidatos à faixa Preta são distribuídos em grupos para uma melhor qualificação e logística do processo avaliativo. Os candidatos às graduações de faixa Pretas (DAN) são considerados um grupo único, destacados dos demais candidatos). Depois, fiquei responsável com as partes administrativa e logística dos módulos, sendo funções: distribuir os materiais pertinentes aos grupos, providenciar as pautas de presenças, realizar em um primeiro momento a estimativa, e, em sequência, o quantitativo de professores e alunos para a confecção das refeições; realizar a contagem e as distribuições dos *tickets* de almoço; realizar um relatório diário das atividades realizadas, e ao final, realizar e mensurar a pesquisa realizada com cada um dos candidatos.

Nesse processo, meu crescimento como JUDOCA foi desafiador, pois, estar ao lado desses renomados professores, me fez estudar, aprender e praticar o Judô de uma maneira bem mais efusiva. O conhecimento adquirido ao longo desse processo me fez crescer muito como professor universitário, e, ao que tudo indica vislumbrado pelos meus alunos.

Ainda em 2018, fui convocado para arbitrar o 38th CISM WORLD MILITARY JUDÔ CHAMPIONSHIP (38º Campeonato Mundial Militar de Judô), que foi realizado aqui, na cidade do Rio de Janeiro. A competição aconteceu no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes – CEFAN - instalação essa, pertencente à Marinha do Brasil. Um evento muito forte, que contou com a participação de 311 atletas de 19 países. Um detalhe importante a se destacar, na maioria dos países europeus e asiáticos, os atletas de alto rendimento (sem entrar no mérito do que seria alto rendimento) são militares, o que reforça o entendimento de uma competição muito forte e bastante requisitada por parte de todos, pois serve de um excelente evento de preparação no ciclo olímpico.

Neste evento, por ter sido organizado em conjunto com a FJERJ, pude levar, para cada dia do evento, em torno de 20 (vinte) alunos meus, estudantes do curso de Educação Física, para compor o *Staff* técnico da competição. Esses alunos ficaram responsáveis em acompanhar os atletas à área de competição, os direcionando e tomando conta de seus pertences (cestinhas). A repercussão foi a melhor possível! Os alunos adoraram a experiência

de estar em contato com atletas, técnicos e dirigentes de outros países, trocar experiências, e até mesmo, para alguns, “treinar” outro idioma.

Enfim, me senti muito feliz em poder oferecer essa vivência tão enriquecedora aos meus alunos, que foram extremamente profissionais, e ao final do evento, reconhecidos pelas suas atuações pelo Comandante do CEFAN e Presidente da Comissão de Desportos da Marinha, Contra-Almirante Fuzileiro Naval Pedro Luiz Gueiros Taulois.

O ano de 2019 mal começou e eu já estava realizando um processo seletivo! Por intermédio de um amigo, Professor Jacques Araújo Neto, tomei conhecimento sobre outro processo seletivo para docente em outra instituição de ensino superior: a Universidade Estácio de Sá. Fiquei sabendo do referido processo no penúltimo dia. Apesar da correria consegui me inscrever a tempo. Depois de alguns dias, meu nome havia sido selecionado para as etapas subsequentes!

Conseguindo aprovação nas etapas anteriores, cheguei à última com certa apreensão, em saber qual tema seria sorteado! Depois de certa expectativa o tema foi liberado, e para mim caiu o tema “Miniatletismo”. Apesar de não possuir nenhuma vivência nessa modalidade, aproveitei o tempo para montar minha apresentação. Comecei a pesquisar, recolher material, buscar referências e, de uma forma bem informal, buscar com colegas ideias para comporem minha aula de apresentação.

Como de costume, durante um processo seletivo, fiquei o dia que antecedeu a apresentação, voltado para a confecção de minha aula! Acabei a montagem da apresentação e consegui “descansar” os olhos por algumas breves horas. Fui à última etapa do referido processo bem cansado, mas também, bem confiante, pois preparei uma apresentação bem objetiva e dentro das propostas do tema escolhido. Cheguei ao local da prova e me identifiquei. Aguardando ser chamado, fiquei repassando a aula em minha cabeça. Entrei! A banca era composta por três professores, os quais só conhecia por nome o Coordenador do curso de Educação Física.

Dias depois, o resultado de aprovado apareceu no sistema e eu comecei os trâmites para contratação. Estou como PROFESSOR na Universidade Estácio de Sá desde fevereiro de 2019. Fui alocado no *Campus* Sulacap, situado no bairro de mesmo nome, dentro do Supermercado Carrefour, e comecei ministrando aulas das disciplinas Atletismo e Recreação e Lazer. Para minha surpresa, fui convidado também a ministrar aulas no *Campus* Nova Iguaçu, por intermédio do Coordenador do curso, que por sinal, havia sido meu colega quando

comecei na mesma instituição em 2002. Fui convidado a ministrar as aulas das disciplinas de Lutas, Recreação e Lazer e Tópicos Especiais.

Uma preocupação de minha parte era com relação a ajustar os horários das duas instituições, sem que houvesse prejuízo para nenhuma delas. E consegui! As aulas da Estácio ficaram as sextas-feiras à noite e aos sábados pela manhã, sem nenhum conflito nos horários.

O ano de 2019 foi de adaptação, conhecimento, ajustes, integração e convívio na nova instituição. Logo no segundo semestre, já estava ministrando aulas das disciplinas: Didática, Medidas e Avaliação para Crianças e Adolescentes e Metodologia dos Esportes Coletivos. Comecei também, por indicação, a ministrar aulas em outro *Campis* da universidade, desta vez no Recreio. Por um problema de saúde com um dos professores, acabei “herdando” as turmas as quais ele era o professor. Uma substituição! Por sorte, eram duas disciplinas que eu já estava ministrando, não precisando de uma nova adequação na montagem das disciplinas.

Acredito que tenha me saído bem! Mesmo substituindo um professor e assumindo a turma na semana anterior a primeira avaliação, tentei levar meu estilo e minha metodologia as turmas. Confesso que fiquei bastante preocupado com a receptividade que teria! Mas ao final do processo, tudo transcorreu da melhor maneira possível, e o mais importante: sem prejuízo para os alunos! No último semestre, ministrei as disciplinas: Metodologia do Ensino do Handebol, Metodologia do Ensino do Futsal e Prática Profissional I (disciplina esta equivalente à disciplina Estágio).

Outro fato muito marcante em minha trajetória como árbitro, aconteceu também neste ano de 2019. Ao passar por uma avaliação pela CBJ, fiquei como primeiro colocado no ranqueamento para prestar prova de graduação como árbitro. Mais conhecida como FIJ “A”, essa nova graduação almejada, era o último degrau como árbitro a ser alcançado. Como preparação para esse exame, fui convocado a arbitrar a Copa Panamericana de Cadetes e Juniors de Judô, realizada na cidade de Lima – Peru, no mês de junho. Essa competição foi realizada no mesmo local onde em setembro, aconteceram os Jogos Panamericanos e Para-Panamericanos de Lima. O local, Palácio de Videna, havia sido totalmente construído para esses Jogos, e contava com Parque Aquático, 03 (três) Arenas, restaurante, Centro de Imprensa e todas as Confederações de Esportes do Peru, além do Comitê Esportivo responsável pelos Jogos.

Na prática foi um grande evento teste, como costumamos chamar as competições que antecedem um grande evento esportivo. Graças a Deus tudo correu muito bem! Foram 05

(cinco) dias de muito conhecimento, e principalmente, de muito treinamento, já que meu objetivo era o exame de graduação.

E chegou o GRANDE dia! O tão esperado exame de graduação (esperei por 13 anos) aconteceu em setembro de 2019 na cidade de Santo Domingo, capital da República Dominicana. O evento, o Santo Domingo Panamerican Open de Judô, aconteceu durante os dias 06, 07 e 08 de setembro, e contou com a presença de 13 (treze) países.

Alguns fatos aconteceram neste processo, que, definitivamente, não serão esquecidos! O primeiro deles aconteceu ainda no Brasil: a Federação Internacional de Judô não autorizou o quantitativo de duas vagas por país para esse exame, o que me tornou o único representante do Brasil no referido processo avaliativo. Na prática, quando você está com outro companheiro árbitro, você pelo menos, tem com quem trocar suas tensões e suas preocupações. Enfim!

Depois de todos os preparativos para a viagem, como a compra das passagens, a reserva da hospedagem, o pagamento da taxa do exame (lembra-se da taxa?) no valor de US\$ 250,00 (duzentos e cinquenta dólares) e na compra na reserva financeira, embarquei!

Saí do Brasil no dia 04 (quatro) e cheguei a Santo Domingo no dia 05 (cinco) por volta de 11:00 h da manhã. Após me identificar ao receptivo no aeroporto e esperar pelos demais árbitros vindo de outros países, pegamos o transporte até o hotel oficial do evento. Começou o segundo fato inesquecível: ao chegarmos ao hotel (já por volta de 13:15h no horário local), tive que esperar a liberação de meu quarto, o que só iria acontecer um pouco mais tarde. Enquanto esperava, me dirigi à sala onde estava a organização do Campeonato para me identificar e saber sobre as informações pertinentes as próximas atividades. Foi aí que fiquei sabendo que o transporte para a clínica de arbitragem sairia do hotel às 14:00 h. Fiquei paralisado: sem quarto, com mais de 17 (dezessete) horas de viagem, sem almoço, sem banho e tendo que estar pronto, devidamente paramentado (terno e gravata), em pouco mais de 15 (quinze) minutos! Literalmente gelei!

Por sorte, encontrei alguns árbitros que estiveram comigo em Lima, e ao verem meu desespero, ofereceram seus quartos para que eu pudesse, ao menos, mudar de roupa. E assim foi feito! Corri para um dos quartos, abri minha mala, peguei meu terno, minha camisa social, minha gravata, e, consegui, em tempo recorde, ficar pronto a tempo de embarcar no transporte. Por favor, não me perguntem sobre o banho!

E assim começou meu processo avaliativo a nova graduação. Realizei a clínica de arbitragem, tomei conhecimento das diretrizes do exame, fiz meu credenciamento (paguei a taxa de U\$ 250,00), recebi minha credencial, retornei ao hotel, consegui me hospedar (meu quarto já se encontrava pronto), e aí sim, consegui tirar a “inhaca” da viagem e desci para jantar.

O processo avaliativo do exame aconteceu por três dias, sendo estes de extremo desgaste emocional, em virtude da pressão exercida pelos avaliadores (só para esclarecer, um dos avaliadores era nada menos que o Diretor de Arbitragem das FIJ, senhor Juan Carlos Barcos), que a todo o momento, questionava, interpelava, e às vezes, elogiava os candidatos. Éramos em um total de 17 (dezesete) árbitros, tendo dentro deste quantitativo uma japonesa, um coreano, uma alemã, um egípcio, um israelense, um canadense, e os demais, árbitros de países do continente americano.

Ao final do terceiro dia, recebi a tão esperada (e porque não dizer, sonhada) notícia: fui APROVADO à graduação de árbitro internacional FIJ “A”!

Chegamos em 2020 e finalizando minha cronologia, no início do mês de abril, recebi um telefonema do Presidente da FJERJ, Professor Jucinei Gonçalves da Costa, o qual me informou que o meu pedido a graduação ao 6º DAN, havia sido deferido pela Comissão Nacional de Graus, comissão esta vinculada a CBJ, e que a partir daquele momento, a FJERJ contava com mais um KODANSHA em seus registros!

Fiquei MUITO FELIZ! Ser promovido à Kodansha aos 48 (quarenta e oito) anos, depois de mais de 40 (quarenta) anos dedicados aos princípios do Shihan Jigoro Kano (Mestre que criou o JUDÔ), e de ter sido reconhecido para tão alta honraria, me deixou muito orgulhoso, e ao mesmo tempo, mais consciente sobre meu papel junto ao Judô carioca e ao Judô brasileiro, ainda mais, depois que descobri o significado do que é ser um KODANSHA:

"Kodansha é um título de alta graduação específico do Judô criado pela Kodokan. Deve ser outorgado àqueles que se empenharam no aprendizado, na prática contínua, na demonstração da sua eficiência técnica em competição e na devida dedicação, no ensino, no estudo e na pesquisa. Portanto, seu portador é depositário e responsável pela difusão dos princípios filosóficos e educacionais do Judô preconizados pelo Prof. Jigoro Kano."

Para complementar, deixo aqui meus sinceros agradecimentos a todos que de maneira direta ou indireta, me auxiliaram nesta jornada, tanto de Judoca, como de Árbitro, de Profissional de Educação Física e de Professor Universitário.

Como detalhado nesse memorial, tentei descrever de maneira cronológica minha formação e minha vida profissional dentro de uma sequência de ocorrência dos fatos. Tentei passar todas as minhas vivências, experiências, angústias e anseios durante essa trajetória. Algumas mais marcantes! Outras mais tensas! Mas todas elas de vital importância para meu crescimento como Judoca, Árbitro, Professor, e SER HUMANO. Sei que errei! Na maioria das vezes acertei! Mas tudo que foi relatado neste memorial foi realizado de coração, e com a certeza de que fiz sem ter prejudicado ninguém. Cresci muito como professor universitário, tentando passar um pouco de conhecimento e muito de inspiração aos meus alunos. Espero que eles tenham entendido!

INTRODUÇÃO

- *Contexto Histórico*

O Ser Humano luta desde que é Ser Humano. A luta foi que formou a Humanidade. Os homens lutavam por necessidade de comida, por disputa e defesa de territórios e pela própria sobrevivência. Existem relatos que descreveram lutas primitivas, sem fins esportivos e sem o uso de armas. No Japão, entre 1185 e 1868, vivia-se um regime feudal, onde na verdade, um governo militar comandava: o *Shogunato* (sistema de governo caracterizado pela autoridade do *Shogun*, este, líder militar supremo). O país estava dividido em distritos militares pertencentes aos vassalos do *Shogun*: os *Daymios*, que segundo Robert (1964) eram guerreiros terríveis. Segundo Gama (1986), os *Daymios* comandavam os feudos e confiavam a uma elite guerreira, que eram os Samurais (guerreiros japoneses), a defesa de seus territórios e outros interesses. Com o tempo, os Samurais passaram a ser regidos por um código de ética denominado *Bushido* (Caminho do Guerreiro – código de honra subentendido, não escrito e que de certa forma ditava o modo de vida dos Samurais do Japão feudal). (MESQUITA, 2014)

O núcleo desses preceitos era a fidelidade da própria existência. Era o código de honra, de costumes, de regras de duelo, de nobre forma de combate, do uso das armas e da atitude moral. Os combates corpo a corpo e as artes marciais encontraram um terreno fértil para se desenvolverem. Cada classe de guerreiros possuía a sua técnica e suas armas de combate. Conforme a região ou o nível social eram adotados várias maneiras de se combater. A par dessas variedades de lutas, floresceram as caracterizadas por técnicas de projeções, socos, pontapés, estrangulamentos e luxações, advindo uma infinidade de estilos. Essas práticas corpo a corpo receberam a denominação de *Ju Jutsu* (GAMA, 1986).

Nesse aspecto, a influência da cultura chinesa nos combates de mãos foi de grande importância. A China aplicava métodos aperfeiçoados de luta; a sua filosofia, a sua medicina e a sua ciência em geral, haviam originado um terrível método de combate. O estudo dos

pontos vitais permitiu descobrir centros de reflexos de reanimação ou, pelo contrário, da perda da consciência e mesmo da morte. Certos guerreiros dirigiam seus golpes aos pontos que assinalavam esses centros. Por outro lado, o *Ju Jutsu* também se apoiava no princípio da não resistência, o que dava ao seu praticante, oportunidade de beneficiar-se da força de seu opositor. (LASSERE, 1969)

Existem hoje catalogadas três teorias sobre a origem do *Ju Jutsu*: a japonesa, a indiana e a chinesa. Essas três teorias mesclam lendas com dados históricos e cada uma delas possui fundamentos tais, que as fazem merecedoras de citação. Um dos autores que defende a teoria japonesa, Takeshita (s/d) cita que a origem do *Ju Jutsu* remonta a época mitológica do lendário Japão. Assim os deuses Kashima e Katori se utilizavam desta arte com o fim de castigarem a desobediência aos regimes da província oriental. O *Ju Jutsu*, posteriormente, teria se desenvolvido, porque os Samurais, a quem era permitido, com exclusividades, conduzir sempre duas espadas (uma comprida e outra curta), às vezes abusavam dos seus direitos. De modo que as outras castas desenvolveram a arte como arma de defesa. Séculos depois, a divisão de classes foi abolida, e o uso da espada foi vedado aos samurais, passando a ser exclusivo do Exército, Marinha e Aeronáutica. A grande modificação social tornou o *Ju Jutsu* mais útil que a esgrima.

A teoria indiana do *Ju Jutsu* encontra um defensor em Gama (1986) para quem a semente provém do budismo indiano, que seria uma religião enriquecida de uma série de ideias grandiosas de filosofia, psicologia, ritual, moralidade e cultura. Segundo este autor a história relata que o enigmático monge budista chamado Bodhidarma ou Daruma Taishi, componente da casta dos guerreiros indianos Xatrias, emigrou à China (520-535 d.C) e foi residir em um dos maiores templos budistas, chamado Shaou-lin ou Shorinji (como era conhecido pelos japoneses).

Bodhidarma, tradicionalmente considerado o primeiro patriarca do Zen, recorria aos exercícios de campanha destinados a estimular o bem estar físico e melhorar a saúde de seus

discípulos, ao mesmo tempo em que os tornavam mais aptos para as exigências da meditação. Estas formas iriam dar origem à sistematização das artes a mãos livres. O mestre indiano servia-se de severo adestramento físico e mental e de quando em vez, submetia seus discípulos a rigorosas provas. Isto talvez explique porque os professores eram, às vezes, figuras rudes e excêntricas, que exigiam irrestrita obediência de seus discípulos. (WANDERLEY, 1995)

Durante a dinastia Ming de origem camponesa (chineses do sul, 1368-1398), a China foi dominada por um povo nômade, os *Manchus*. Todas as formas religiosas foram reprimidas, e os budistas e taoistas, se refugiaram nos mosteiros e tornaram-se mestres das formas de ginásticas ali praticadas, dando-lhes nova dimensão, de tônica guerreira, empenhadas que estavam na restauração da citada dinastia. Aconteceu à invasão dos mosteiros; os residentes que conseguiram escapar espalharam-se por várias partes e começaram a difundir os exercícios monacais, despertando cada vez mais o interesse por onde passavam. Quanto à teoria chinesa, um de seus maiores defensores é Bruce Tegner (1967), para quem o Ju Jutsu foi criado pelos monges chineses, que precisavam se defender dos assaltantes e bandidos que invadiam seus mosteiros. Robert (1964) faz relato de histórias que defendem com, mais profundidade, a teoria chinesa. Uma delas ficou conhecida com o nome de “As Cerejeiras e o Salgueiro”. Ela descreve o episódio em que se viu envolvido um filósofo médico chamado Shirobei Akyama, que vivia perto de Nagasaki.

Akyama estava convencido de que a origem dos males humanos resultava da má utilização do corpo e do espírito. Este precursor da medicina psicossomática partiu para a China onde, diziam, as técnicas terapêuticas faziam milagres. Estudou alguns princípios do Taoísmo e da Acupuntura, utilizando esse método para o restabelecimento rápido dos convalescentes. Incluímos esta história na teoria chinesa, por causa da viagem do médico feita à China, onde colheu subsídios preciosos. Esta história do Doutor Akyama também é contada por Gama (1986), Calleja (1982), Takeshita (s/d), além de citado por Robert (1964). Em uma

coisa todos estão de acordo: quaisquer que tenha sido a origem do Ju Jutsu, quem realmente desenvolveu esta arte foram os japoneses.

Com base nas teorias acima mencionadas, constatamos que antes da criação do Judô, o que existia eram métodos de lutas guerreiras, que tinham por finalidade aniquilar o adversário. Dentre esses métodos destacou-se o Ju Jutsu. No século XVI, mercadores portugueses desembarcaram a sudeste do arquipélago e introduziram as armas de fogo. As grandes famílias feudais envolvidas em combates acolheram-na gratamente. A proliferação dessas armas diminui o interesse pelo Ju Jutsu, pois as habilidades individuais já não determinavam o vencedor dos combates. A desigualdade nesses embates com armas de fogo reduziu o orgulho da vitória no corpo a corpo. (WANDERLEY, 1995)

Não obstante as modernas armas tivessem revolucionado a arte de guerrear, elas jamais foram aceitas pela elite guerreira, que as consideravam armas pérfidas e seu emprego uma forma de ignorância, e, portanto, completamente contrária aos princípios do *Bushido*, que compelia o samurai a lutar, viver e morrer com honra. Os combates japoneses eram individuais e a espada a arma mais honrosa.

A restauração da ordem foi iniciada pelo general Hideyoshi Toyotomi, por volta de 1570 e consolidada pelo general Tokugawa Ieyasu, fundador do *Shogunato* de Tokugawa (1603 a 1868) em Edo, atual cidade de Tóquio. Em 1639, os portos japoneses foram novamente fechados ao mundo exterior. Este foi o meio que o general Ieyasu encontrou para preservar a integridade das instituições políticas e sociais japonesas (Wanderley, 1995). Assim, os Samurais voltaram a ser valorizados. Na cavalaria foram reintroduzidos os valores tradicionais do *Bushido*: a simplicidade e a fidelidade incondicional aos deveres voltam a ser consideradas virtudes sublimes dos Samurais. (GAMA, 1986)

Após um período de mais de 200 anos de paz interna, sob a vigência do *Shogunato*, outro grande acontecimento abalou novamente o Japão: desta vez, potências estrangeiras atravessaram o mar e bateram as suas portas, perturbando a harmonia até então reinante. Os

navios negreiros americanos entraram na baía de Tóquio, em 1854 (Gama, 1986) e o Comodoro Matthew Perry praticamente obriga o *Shogun* a assinar um tratado comercial com seu país – o Tratado de Comércio, Paz e Amizade; e, da conseqüente declaração de abertura dos portos assinada em Kioto, em 1865, surgiu no panorama histórico, à transformação político-social denominada Restauração do Meiji – a Renascença Japonesa, em 1867. (WANDERLEY, 1995)

O Imperador que, como já relatado, apenas exercia poderes espirituais como Sumo Pontífice do Shintoísmo, assumiu, de fato, o comando da nação. O poder foi entregue nas mãos do jovem Imperador Mutsuhito - o Meiji (Keizi, 1993). O governo procurou corrigir os exageros que impregnavam os costumes feudais. O legislativo, o judiciário e o executivo foram estabelecidos. Os feudos foram abolidos, instalando-se as províncias. As discriminações de classes sociais foram acabadas. Escolas surgiram em todos os pontos do país. O curso primário se tornou obrigatório, e o serviço militar dever de todo cidadão e não privilégio de uma só classe. (WANDERLEY, 1995)

No período feudal, as mulheres casadas tingiam seus dentes. Este costume foi proibido. Qualquer um podia andar a cavalo, o que até então era permitido, apenas, a certa casta. O povo podia ter um sobrenome, até aquela data isto só era permitido aos samurais. O uso da espada foi proibido, e foi liberado a casamento entre as classes sociais, inclusive com estrangeiros. Os servos se tornaram livres, o calendário europeu foi adotado, baseado na era cristã. Todavia, a contagem dos anos através do advento ao trono do imperador foi mantida. A era Meiji foi de 1867 a 1912. O período Taisho vai de 1912 a 1926. A era Showa de 1926 a 1989, quando começou a era Heisei, com a posse do imperador Akihito. (KEIZI, 1993)

De país medieval, em 1889, estava atualizado e atingia o nível das mais adiantadas potências ocidentais, em um progresso ciclópico. Em ritmo acelerado, sem muito tempo para discernir por vezes o inconveniente do conveniente, o Japão foi importando, imitando, reproduzindo da maneira que podia os produtos da cultura ocidental. Essa transição rápida era

uma necessidade política para ficar no mesmo pé de igualdade e acompanhar o desenvolvimento das ciências técnicas dos europeus. (RUAS, s/d)

Compreendendo que a grandeza de uma pátria repousa na capacidade, cultura e honorabilidade de seus filhos, o Meiji dedicou a máxima atenção ao problema da educação. Novos processos de ensino e novas técnicas ocidentais foram adotados. Foi natural que a ginástica e os desportos estrangeiros fossem de pronto, recomendados e tivessem rápida aceitação nos estabelecimentos de ensino e de cultura física popular. Até então, só os Samurais praticavam exercícios físicos planejados. Na era Meiji a cultura acidental foi realmente cortejada pelos nipônicos e tudo aquilo que era considerado tradicional passou a ser relegado, particularmente, as chamadas “Artes Marciais”. As forças armadas atualizaram-se a moda ocidental. O *Ju Jutsu* foi considerado uma relíquia do passado. Esse aspecto é interessante ressaltar porque explica a grande leva de imigrantes que se lançaram pelos diversos países que o acolheram, a difundir o *Ju Jutsu* de modo perigoso e aventureiro, formando, por vezes, grupos teatrais ou atuando isolados, em palcos ou picadeiros, em lutas simuladas; fixando-se, depois, como professores nos centros de promissoras perspectivas econômicas. (WANDERLEY, 1995)

Autodidatas, apenas meros executantes, improvisaram-se em mestres, mitos contribuindo para que o público e os demais educandos formassem uma falsa apreciação de valores, com ideias errôneas sobre o assunto. Todavia, como não era difícil de prever, a “febre ocidental” um dia amainou e o *Ju Jutsu* foi recolocado na sua antiga posição de arte marcial, tendo o seu valor reconhecido, principalmente pela polícia e pela marinha. Apesar de sua indiscutível eficiência para a defesa pessoal, o antigo *Ju Jutsu* não poderia ser considerado um esporte, muito menos praticado como tal. Faltava-lhe o embasamento pedagógico; e o objetivo educacional sequer era cogitado. (WANDERLEY, 1995)

A finalidade das academias, além de auferir lucros, era de formar pessoas sem nenhum critério educativo, apenas com o objetivo de brigar. Os professores, erroneamente, queriam

conservar o espírito *Shin-Ken-Shobu* (lutar até a morte), que pertencia ao passado e não se davam conta de que a sociedade japonesa era outra, e outra deveria ser a diretriz. Não havendo uma filosofia definida, o que se ensinava às crianças nada mais era do que a violência. Não se fazia distinção entre golpes esportivos e os mortais, perigosos ou traumatizantes. Sendo assim, quase sempre, os alunos menos experientes machucavam-se seriamente. Valendo-se da sua superioridade física, os maiores chegavam a espancar os menores e mais fracos. (CALLEJA, 1989)

Tudo isso fez com que o Ju Jutsu alcançasse certa impopularidade, logicamente entre as pessoas esclarecidas e possuidoras de um pouco de bom senso. O Ju Jutsu acabou por conhecer outra fase de decadência, uma vez que não resgatava os ideais de cavalheirismo, respeito e justiça tão admirados e cultuados pelo povo japonês.

Durante o período da Renascença Japonesa, em 1882, surgiu um jovem professor de Letras e Ciências Estéticas e Morais, formado pela Universidade de Tóquio, que iria modificar o tradicional *Ju Jutsu*, unificando diferentes sistemas, transformando-o em um poderoso veículo de Educação Física; seu nome: Jigoro Kano. (ROBERT, 1964; GAMA, 1986; WANDERLEY, 1995; MESQUITA, 2014)

- ***Histórico do Judô: O papel de Jigoro Kano***

Jigoro Kano nasceu no dia 18 de Outubro de 1863, em Mikage, no distrito de Hyogo. Era o terceiro filho de Jirosaku Mareshiba Kano, intendente naval do *Shogunato* Tokugawa. (Robert, 1964). De saúde delicada, o jovem Kano media apenas 1,50 m, e pesava uns escassos 48 quilos. Ainda segundo Robert (1964), com o objetivo de fortificar o corpo, Jigoro Kano resolveu praticar esportes e os escolhidos inicialmente teriam sido: a ginástica, o remo e o beisebol. Mas a sua frágil constituição era um verdadeiro entrave; além disso, nas brigas entre estudantes, Kano era sistematicamente, vencido. Ferido na qualidade de filho de um samurai decidiu estudar Ju Jutsu.

A idade com que Kano teria se iniciado no *Ju Jutsu* é indefinida, visto que os autores apresentam divergências a respeito: alguns defendem que seria aos 14 anos (GAMA, 1986, CALLEJA, 1989 e TSU TOO, s/d). Já Robert (1968) alega que a idade era 16 anos e finalmente para Keizi (1993) era 18 anos.

Kano começou a praticar o Ju Jutsu na segunda fase da decadência desta arte marcial. Ele inicialmente teria sido aluno do septuagenário professor Totsuka (Saudi, 1968). Kano verificou que a civilização ocidental que o Japão adotou não cabia às práticas arcaicas de lutas utilizadas pelos samurais; aproveitando as técnicas espirituais humanizando substancialmente a prática desportiva, com base na aprendizagem que fez nas diversas escolas de *Ju Jutsu*, das quais recolheu importantes arquivos herdados de seus mestres. (WANDERLEY, 1995)

Jigoro Kano, posteriormente, estudou o estilo de duas escolas de *Ju Jutsu*: o *Tenshin-Shinyo-Ryu* com os mestres Hachinosuke Fukuda e Masatono Iso; e o “Kito-Ryu” com o mestre Tsunetoshi Iukugo. Pesquisador profundo, ao longo de seu treinamento, foi encontrando os pontos frágeis nos estilos praticados, ao mesmo tempo em que catalogava os pontos que no seu conjunto eram indispensáveis. Era necessário criar uma arte marcial que aperfeiçoasse tanto o corpo como o espírito. Ele começou a meditar numa concepção de luta que elevasse o moral de quem a praticasse, que incentivasse a coragem e não a valentia, que infundisse o respeito e não a brutalidade. Jigoro Kano aperfeiçoou a luta no chão da escola *Tenshin-Shinyo-Ryu*, e da escola *Kito-Ryu* aproveitou a base para as técnicas de projeção. Ele não foi somente um esportista; foi, acima de tudo, um educador; um investigador da história da educação e dos costumes do seu povo, vivendo no período de transição política e social do Japão, ele conseguiu harmonizar seus impulsos enquanto eram trocados os costumes nativos pela cultura européia. Com sua larga visão, ele compreende que a educação é a razão de sua vida. Sendo assim, percebeu que era necessário criar uma modalidade que se adaptasse a sociedade da época, e que trouxesse benefício real para o praticante. (CALLEJA, 1989; KEIZI, 1993).

Após sérios estudos e investigações, formulou o princípio básico de seu método, a que denominou Princípio de Eficácia Máxima, assim por ele expresso: “Qualquer que seja o objetivo, será mais bem atingido pelo mais alto ou mais eficiente uso da energia física e espiritual, dirigida para a realização de certo e definido fim ou propósito”. (KANO, 2008. p. 24)

O propósito de Jigoro Kano era elaborar um sistema de educação física que proporcionasse a formação de caráter, baseado no Ju Jutsu. Mas este possuía, a par de grandes qualidades, enormes defeitos. Fazia-se necessário burilar e organizar, simultaneamente, um método de treino similar ao de certos desportos ocidentais, incorporar métodos de ensino à luz de processos pedagógicos e, transformar assim, o que era até então, mero sistema prático de cultura física e moral; baseado na luta corporal, porém, no qual as ações são justificadas, bem definidas, bem expostas e acessíveis a todas as pessoas. Assim, em fevereiro de 1882, Jigoro Kano instalou-se no segundo andar de um velho mosteiro budista de Eishosi, da seita Jôdo, no bairro de Shintaya, Kita-Inaricho, Tóquio (ROBERT, 1964; GAMA, 1986) e cria um meio elevado de educação física e de aperfeiçoamento espiritual que merecia ser conhecido em todo o mundo.

A esse novo método o professor Kano deu o nome de **JUDÔ**. A palavra Judô decompõe-se em JU – suave, ceder, flexível, e DÔ – modo, doutrina, caminho, princípio, método. Assim sendo, Judô é traduzido como “*Caminho Suave*”.

Vivendo nas dependências do templo com alguns alunos e uma criada, dedicou-se pacientemente a elaborar o novo método. Eliminou as práticas perigosas e incompatíveis com o fim elevado que visava. Aperfeiçoou a maneira de cair e inventou o princípio das “quedas de amortecimentos” e os rolamentos. Criou uma vestimenta especial de treino – o Judogi (que se pronuncia judogui). (WANDERLEY, 1995)

O primeiro aluno de Jigoro Kano matriculou-se em junho de 1882 e se chamava Tsunejiro Tomita (Calleja, 1989). A seguir vieram os seguintes alunos: Higushi, Nagajima,

Arima Junshin, Matsuoka, Amano Kai, Noriassu, Yamashita e o famoso Shiro Saigo. Este último tornar-se-ia um grande lutador de judô, e viria a derrotar vários adeptos do antigo Ju Jutsu. Não há como precisar as idades destes primeiros alunos, pois oscilavam entre 15 e 18 anos. (ROBERT, 1964)

Segundo Gama (1986), Tomita e Saigo foram os primeiros alunos a receberem o título de “Shodan” (faixa preta primeiro grau). Os alunos do Instituto Kodokan (nome dado ao templo onde Jigoro Kano fundou o Judô) obtiveram a fama de grandes lutadores e por este motivo, foram insistentemente desafiados por professores de Ju Jutsu das mais diversas escolas. Quem conseguisse ganhar de um dos alunos do Kodokan, certamente ficaria famoso.

Vários desafios, e conseqüentemente, vários confrontos aconteceram. Um desses confrontos, que é por demais conhecido na literatura referente ao Judô, foi o chamado “Episódio Tanabe”, que serve para evidenciar o espírito aberto de Jigoro Kano, no sentido de procurar sempre aperfeiçoar a sua arte. Tanabe era um perito no Ju Jutsu e certa vez resolveu visitar o Instituto Kodokan. Em confronto com os alunos de Kano, Tanabe ao ser projetado, logo dava seqüência à luta no solo e rapidamente conseguia estrangular os judocas. (WANDERLEY, 1995)

Jigoro Kano tirou uma lição dessas derrotas: precisava aperfeiçoar o Judô no solo e todo judoca deveria conhecer a luta tanto na posição em pé como na posição deitada. O mestre reformulou seu sistema de treinamento, orientando seus discípulos a se especializarem também na luta no solo, pois o Judô tem como base a formação de um bom caráter, não podendo uma parte separar-se da outra. Somente em 1897, o Kodokan muda-se para uma edificação localizada em “Shimoto Mizaka”, ocupando uma área de 185 metros quadrados e o dojô (sala própria para o ensino do Judô) possuía 207 tatames. (ROBERT, 1964; CALLEJA, 1989)

Em 1909 o governo japonês torna o Kodokan uma instituição pública. Concomitante, no início do século XX, Jigoro Kano com a ajuda dos mestres Yoko Yama, Yamashita,

Litsuka e Nagoaka, organiza uma pedagogia no Judô, separando, criteriosamente, as técnicas que compõem o *GoKyo* (grupo de 5 princípios de ensino criado por Jigoro Kano, classificados segundo critérios pedagógicos).

O Conselho da Indústria e do Turismo, órgão do governo japonês, editava, em 1937, a tradução em inglês, do primeiro livro escrito por Jigoro Kano, denominado “Judô”. (CALLEJA, 1989). Nesta obra, o Judô é abordado sob vários aspectos, inclusive com inúmeras considerações sobre o “ATE-WAZA” (técnicas de ataque aos pontos vitais).

No dia 04 de maio de 1938 morre Jigoro Kano, a bordo de um navio que o transportava ao Cairo, onde se realizava a Assembleia Geral do Comitê Internacional dos Jogos Olímpicos. Jigoro Kano foi o primeiro japonês a fazer parte do Comitê Olímpico Internacional e um dos poucos a receber, a título póstumo, o segundo grau imperial.

Uma definição do Judô feita por Kano e que consta no livro “Judô Kodokan”, onde o mestre coloca de forma clara e direta o objetivo de toda a sua obra. As palavras de Kano são as seguintes: (KANO, 2008; p.38)

“O Judô é o caminho para o uso ideal da força espiritual e física. Esse treino, através da prática da defesa e do ataque aperfeiçoa não só ao corpo e o espírito, mas também a moral. Assim pelo aperfeiçoamento próprio tornar-se útil à humanidade é o objetivo capital do Judô”.

Jigoro Kano ao refletir sobre o legado da sua obra, diz o seguinte: *O Judô de Kodokan não desaparecerá com a minha morte. Basta pesquisar e estudar com base naqueles preceitos.* (Kano apud GAMA, 1986, p. 115)

Sensei Kano deixou um filho, chamado Risei Kano, que veio a ser presidente do Instituto Kodokan (Instituto para o Ensino do Caminho – escola de Judô criada por Jigoro Kano) e da Federação Internacional de Judô (FIJ), quando de sua fundação, em 1951.

- ***O Judô no Brasil***

A fase de transição desencadeada pela Renascença Japonesa – Era Meiji (1867-1912), fez com que o Japão conhecesse em um período relativamente curto, mudanças estruturais de grande impacto.

A industrialização se mostrava insuficiente para absorver os trabalhadores saídos do meio rural. Por outro lado, também, no meio urbano, os pequenos produtores que dependiam de mão-de-obra, viam a revolução industrial levar-lhe o empregado e eram esmagados pela superprodução. (WANDERLEY, 1995)

Por outro lado, no novo mundo, os empresários agrícolas, após a abolição da escravatura, possuíam enormes extensões de terras já desbravadas e tinham a todo custo, que chamar trabalhadores assalariados do exterior, sob pena de tornar-se impossível prosseguir com a produção. Nesta época os produtos do novo mundo como o açúcar, o algodão e o café tiveram enorme aceitação no velho mundo. Para planejar o bem-estar de sua população, o Japão precisava enviar emigrantes para o exterior. O novo mundo procurava expandir os seus negócios através do recebimento dos imigrantes. (WANDERLEY, 1995)

No Japão houve farta propaganda com cartazes alusivos, espalhados por toda parte, incentivando a emigração para a América do Sul. Ajuda para a viagem e assistência às empresas de emigração, também foram práticas comuns neste período. Havia no Japão, que acabara de sair de uma guerra com a Rússia, à preocupação de arranjar emprego para os soldados que regressavam do campo de batalha. (CALLEJA, 1989)

Handa (1987) nos conta que Ryo Mizuno, Presidente da Companhia Imperial de Emigração, elaborou proposta às autoridades civis, que foi devidamente acolhida, no sentido

de que os soldados fossem aproveitados como vanguardeiros, na introdução da emigração japonesa para a América do Sul.

Vários fatores contribuíram para que ocorresse o grande fluxo de japoneses para o Brasil. O Japão havia ficado isolado do mundo por mais de 250 anos; era essencialmente agrícola e produzia apenas o necessário para consumo, sem formação de estoques, ficando à mercê das condições desfavoráveis que pudessem causar fome generalizada e / ou quebra da safra. (SILVA, 2017)

Embora tivesse havido relatos de presença de japoneses anterior a este período no Brasil, o primeiro grande grupo de imigrantes chegou a bordo do navio “Kasato Maru” (navio este pertencente à Cia. de Navegação a Vapor Oriental), trazendo 781 imigrantes japoneses, dos quais 186 eram mulheres, com aproximadamente 165 famílias a bordo (SILVA, 2017). Segundo Silva (2017), depois de mais de 50 dias navegando e de terem navegado mais de 20.000 km, às 17 horas do dia 18 de Junho de 1908, o navio chegava às docas e atracava no cais número 14 do Porto de Santos. Neste dia, no Brasil, é comemorado o “Dia da Imigração Japonesa”. No Japão, é conhecido como dia da Emigração Ultramarina. Veio com os imigrantes, Ryo Mizuno, de 50 anos, Diretor-Presidente da “Kôkoku Shokumin Kaisha” (Companhia Imperial de Emigração).

A imigração japonesa para o Brasil ocorreu tendo a família como núcleo, o que contribuiu para a conservação dos hábitos e costumes. Eis aí, um fator que iria influenciar sobremaneira a introdução do Judô no Brasil, qual seja, um meio de formação e educação do próprio filho e um elo com o espírito relacionado às tradições do Império do Sol Nascente. O navio que trouxe a segunda leva de imigrantes japoneses para São Paulo se chamava “Ryojun-Marú” e depois deste muitos outros se sucederam.

Nestas circunstâncias, começou a haver uma mudança importante quanto à perspectiva do imigrante japonês. Os primeiros, em quase sua totalidade, vinham com a intenção de passarem um tempo relativo e depois, regressarem ao Japão em condições, mais favoráveis.

Mas, à medida que foram se organizando e construindo um “*modus vivendi*” (modo de viver, modo de sobreviver) satisfatório, iam perdendo a vontade de voltar. Também se preocupavam muito com a possibilidade de regressarem ao Japão com os filhos, que tinham obtido instrução insuficiente no Brasil. Finalmente, eles criaram os núcleos de colonização, organizaram-se em comunidades, passaram a receber, via postal, produtos vindos do Japão e da Europa, fundaram escolas japonesas, trazendo professores especializados, sobretudo no ensino da língua japonesa. (CALLEJA, 1989)

Os núcleos tinham jornais próprios, que divulgavam notícias locais e do Japão. Os japoneses davam enorme importância aos jornais feitos pelos núcleos, na língua japonesa. Isto porque era grande o número de imigrantes que não sabiam ler o português, e através daqueles jornais artesanais tomavam conhecimento de fatos locais e de informações práticas sobre o preço dos mantimentos. (HANDA, 1987)

O primeiro jornal que surgiu foi em 1916, e era o semanário “Nambei” e tinha cerca de trinta a quarenta páginas. Outro jornal que surgiu, em 31 de março de 1916, foi o “Nippak”. (HANDA, 1987).

Em 1932, o Brasil estava com uma superprodução de café e o mercado externo estava retraído, sofrendo ainda os efeitos da depressão de 1929, quando ocorreu o “*crack*” da Bolsa de Valores Americana. O governo brasileiro resolveu proibir o plantio de novas mudas de café e muitos japoneses venderam suas terras, que estavam localizadas dentro das colônias. Os brasileiros que adquiriram aquelas terras foram, portanto, morar dentro das colônias, até então, exclusivamente japonesas, estabelecendo uma aproximação mais direta com aqueles colonos, passando a compreender de perto o sentimento e o modo de ser dos nipônicos. (WANDERLEY, 1995)

Esse foi outro fator importante que aproximou muitos brasileiros do espírito do pensamento e das tradições japonesas, propiciando o entendimento e a assimilação da filosofia

nipônica. Isto explica, em parte pelo lado brasileiro, o acatamento quanto à mensagem passada pelos japoneses no Judô e que os americanos não assimilaram. (CALLEJA, 1989)

A introdução do Judô no Brasil se deu através de duas correntes: a dos lutadores profissionais e a dos professores que ensinavam dentro das colônias. (WANDERLEY, 1995)

A corrente dos lutadores profissionais se caracterizou pela atuação destacada de alguns lutadores que se exibiam mediante remuneração, normalmente em circos. Impressionavam muito pelas qualidades técnicas, mas agiam de maneira isolada. Um desporto para ser difundido com sucesso precisa de um trabalho conjunto, que reúna muitos colaboradores e que apresente uma ação profícua à nova geração. Gama (1986) denomina esta corrente como de “incentivadores”.

Os principais lutadores que representaram essa corrente foram: Takaji Saigo, Geo Omori e Eisei Maeda. O primeiro a chegar ao Brasil teria sido Eisei Maeda, embora haja muita controvérsia quanto à data. Capinussu (1989) afirma que foi em 1914; Henji Tsu Too (s/d) e Takeshita (s/d) citam 1912 ou 1922; e Carlos Catalano Calleja (1989) por 1925.

Geo Omori, segundo Tsu Too (s/d) e Takeshita (s/d), teria chegado em 1925 e Takaji Saigo em 1928. Takaji Saigo foi aluno do Kodokan, provinha da Escola Superior de Agricultura do Japão, onde fora capitão da turma de Judô. Ele abriu uma pequena academia em São Paulo, mas não obteve bom resultado, tendo regressado para o Japão, onde foi professor de Judô na Escola Superior de Kagoshima, sua terra natal. (WANDERLEY, 1995)

Quanto a Geo Omori, não há referência de que tenha sido aluno do Kodokan, mas sim de que foi um notável lutador e que, de imediato, empolgou os esportistas paulistas. Omori começou se apresentando no Circo Queirolo, onde, durante o espetáculo, aceitava o desafio de qualquer espectador, sagrando-se sempre vencedor dos combates. (CALLEJA, 1989)

Aproveitando-se da popularidade obtida com as lutas no circo, ele abriu uma academia no prédio Frontão do Brás. No início, ele teve realmente muitos alunos, mas estes logo perderam o interesse e o estabelecimento foi fechado. Após fechar o seu estabelecimento, Geo

Omori voltou a lutar em palcos e circos, durante um ano, conseguindo muita popularidade, mas sem alcançar o seu objetivo que era manter uma academia. (WANDERLEY, 1995)

Ele participou de lutas no Rio de Janeiro, São Paulo e em Minas Gerais, onde morreu envenenado. Takeshita (s/d) e Tsu Too (s/d) que escreveram sobre Omori, nada dizem sobre as circunstâncias que cercam essa morte violenta. Estes dois autores classificam a contribuição de Omori como sendo “*inesquecível na história do Judô*”. (WANDERLEY, 1995)

O terceiro representante da corrente dos lutadores profissionais, sendo a figura de maior expressão dessa vertente, foi Eisei Maeda. Aluno do Kodokan, este professor realmente ocupa um lugar de destaque como um dos pioneiros das artes marciais no Brasil.

Algumas controvérsias são apresentadas pela literatura sobre Eisei Maeda. A primeira controvérsia começa quanto ao seu nome: para Takeshita (s/d) e Gama (1986) o nome seria Eisei Maeda; para Calleja (1989) seria Eisei ou Mitsuyo Maeda, mas que atendia pela alcunha de Conde Koma; para Keizi (1993) teria sido Mitsuyo Maeda; Tsu Too (s/d) declara que o mestre japonês ficara muito popular com o nome de Conde Koma. Mas Capinussu (1989) defende uma opinião que é frontalmente contra a dos demais autores; para ele o ilustre professor japonês se chamava Maeda Koma, e que teria sido enviado ao Brasil em missão diplomática, com o objetivo de receber os imigrantes japoneses e fixá-los em nosso país.

Ainda segundo Capinussu (1989), o professor Maeda teria se fixado não apenas em Belém do Pará, mas também no curso do Baixo Amazonas, por se tratar do porto mais próximo, uma vez que vindo por via marítima, através do Pacífico, à distância entre Japão e Brasil era infinitamente menor do que se a viagem fosse feita pelo Atlântico. Esta constatação de Capinussu (1989) sobre a diferença das distâncias nas viagens marítimas dá embasamento à afirmação de outros autores, de que os primeiros imigrantes japoneses teriam, inicialmente, aportado em Belém.

Mas segundo os autores Tsu Too (s/d), Takeshita (s/d) e Calleja (1989), o professor Maeda teria estado primeiro no Rio de Janeiro e São Paulo, onde realizou espetaculares demonstrações e que só, posteriormente, quando já estava muito famoso, é que se radicou no Pará.

Segundo Calleja (1989) o professor Maeda antes de chegar ao Brasil havia percorrido países e que, por um período, residiu nos Estados Unidos da América do Norte. Keizi (1993) afirma que o professor Maeda esteve nos Estados Unidos, em 1906, acompanhado de dois ases do Kodokan: Tsunejiro Tomita e Shinshiro Sataque.

Ao chegar ao Brasil ele possuía a graduação de sexto dan (faixa com espaços vermelhos e brancos, intercalados), recebendo, posteriormente, do Kodokan, por merecimento, o sétimo e o oitavo dan (TAKESHITA, s/d).

No Pará, o professor Maeda abriu uma academia a que deu o nome de Academia Conde Koma e mesmo idoso ainda se apresentava no circo local, aceitando desafios e vencendo seus contendores. (WANDERLEY, 1995)

Outra controvérsia que persiste até os dias atuais e que a literatura não esclarece totalmente é sobre o que realmente era ensinado pelo professor Maeda. Para Takeshita (s/d), Gama (1989) e Keizi (1993) o que ele ensinava era Judô; Calleja (1989) e Tsu Too (s/d) afirmam que era Judô e Ju Jutsu e finalmente, Capinussu (1989) defende que era Jiu-Jitsu.

Na verdade, esta polêmica tem uma razão de ser, pois como vimos anteriormente, professor Maeda foi aluno de Jigoro Kano e era vinculado ao Kodokan. Ora, sendo assim, o mais lógico é que ele ensinasse o que aprendeu com o seu grande Shiran (mestre – em japonês), que foi o Judô.

A confusão talvez advenha do fato de que Jigoro Kano e Maeda também utilizarem nas suas exibições o aspecto utilitário da defesa pessoal do Judô. Afinal, o Judô não se restringe apenas à luta de pé ou as projeções.

O professor Maeda teve inúmeros alunos e novamente a literatura apresenta uma controvérsia sobre quem teria alcançado maior destaque. Para Tsu Too (s/d) e Takeshita (s/d), o melhor aluno do mestre Maeda foi Jorge Gracie, que posteriormente, teria vindo para o Rio de Janeiro e, finalmente, se fixado em São Paulo.

Já Capinussu (1989) defende que quem mais se destacou foi Carlos Gracie, que viria a abrir uma academia no Rio de Janeiro. Com o passar dos anos, a família Gracie especializou-se no combate desenvolvido no solo, alcançando uma técnica que é respeitada mundialmente. Outro elemento que pode ser citado, originário desta vertente é o professor Osvaldo Fada, que manteve, por muitos anos, uma academia no Rio de Janeiro.

A segunda corrente introdutória do Judô no Brasil é representada pelos professores japoneses que, inicialmente, ensinavam dentro das colônias.

Gama (1986) defende que os primeiros professores teriam vindo no primeiro grupo oficial de imigrantes a bordo do Kasato Maru, em 1908. Handa (1987), conforme comentamos, anteriormente, não faz nenhuma menção a professores de Judô no primeiro grupo de imigrantes. Mas como o grupo era composto por elementos das mais variadas profissões, embora se desse preferência explícita ao agricultor, não se pode descartar completamente que dentre eles não existissem professores de Judô. O fato é que as dificuldades encontradas, inicialmente, pelos imigrantes, eram de tal ordem, que não havia condições, pelo menos em um primeiro momento, de organizarem atividades esportistas.

Acredita-se que o Judô já era praticado em algumas colônias, mas de maneira embrionária, ou seja, sem um organismo central que controlasse a unidade e o padrão da atividade e do ensino.

Keizi (1993) nos fala da grande dedicação dos primeiros professores das colônias, que para poderem treinar e transmitir a sua arte tinham eles próprios de confeccionarem rudimentares tatames de palha de arroz. Esse fato foi o clima que envolveu a verdadeira

introdução do Judô no Brasil. Os professores sentiam-se mais perto do Japão e os alunos tomavam um banho de cultura oriental que os transportava à terra de seus ancestrais.

Havia um misto de religiosidade, de ritual e de ensinamento verdadeiro. Os mestres tinham consciência de que mais que um desporto, o que se transmitia era uma tradição, uma filosofia e uma cultura que iriam forjar a base do caráter do jovem, dentro do espírito nipônico. (CALLEJA, 1989)

Interessante notar que até os dias atuais os professores japoneses são mais rigorosos justamente com seus próprios filhos. O professor José Pereira Silva, atual Consultor de Arbitragem da Confederação Brasileira de Judô – CBJ costuma dizer que o professor japonês chega a ser injusto, contra o próprio filho, quando vai arbitrar uma luta deste. (SILVA, 2017)

Este período que antecedeu a era desportiva do Judô no Brasil teria se iniciado, provavelmente, por volta de 1920 e se estendeu até a década de 40, quando o Judô foi definitivamente regulamentado. Da época inicial Tsu Too (s/d) destaca o trabalho dos irmãos Ono, desenvolvido, principalmente, no norte do Paraná. Eles teriam levantado inúmeros campeonatos, o que teria concorrido, decisivamente, para despertar o interesse pelo Judô. Os irmãos Ono foram discípulos de Kanemitsu Yatibe, da cidade de Okayama, no Japão.

Em 1935, chegou a São Paulo o professor Yoshimasa Nagashima e já encontrou o Judô sendo ensinado em várias academias por professores japoneses, sendo que ele mesmo abriu a sua, improvisando um espaço em sua própria casa. (WANDERLEY, 1995)

Nagashima veio para trabalhar na lavoura e prestou seu concurso ao Cafezal São Caetano, onde ficou muito amigo de outro professor chamado Ogino. Alguns anos depois, Nagashima resolveu ir para o Rio de Janeiro, onde a concorrência certamente era muito menor. Na Cidade Maravilhosa ele teve a sua competência reconhecida condignamente. Ele foi professor nas forças armadas (Marinha, Exército e Aeronáutica), na Associação Cristã de Moços (ACM) e na Associação Atlética Banco do Brasil (AABB). O seu grande amigo Ogino

veio ter com ele no Rio de Janeiro e aqui conheceu o respeito e a admiração do carioca pelo seu conhecimento de Judô. (WANDERLEY, 1995)

Finalmente, chega-se a meados da década de 40 e o Judô brasileiro passou a ser organizado, iniciando-se a era desportiva desta modalidade. O principal responsável por essa façanha foi o professor Ryuzo Ogawa, que foi auxiliado nesta tarefa pelos professores: Kuraichi, Kihara, Ueda, Terasaki, Ninomya, Yoshida e vários outros (SILVA, 2017).

Criado e difundido por professores originários do Japão e alguns tendo recebido seus ensinamentos do próprio criador do Judô, é natural que o Judô brasileiro seguisse fielmente o modelo no que diz respeito ao ritual, traje, disciplina, conceitos, treinamentos e filosofia.

Eles conseguiram, através de um trabalho conjunto e bem articulado, instituir uma prática que não tem por objetivo a promoção pessoal, mas sim beneficiar a todos quantos dela venham se aproximar.

Um acontecimento histórico consolidou o desenvolvimento e o reconhecimento do Judô: em 17 de Maio de 1958 foi fundada a primeira federação especializada em Judô no Brasil – a Federação Paulista de Judô (o Judô era subordinado a Federação Paulista de Pugilismo; e conseqüentemente, a Confederação Brasileira de Pugilismo). O primeiro presidente foi o Dr. José Lucio Moreira de Franca. Os judocas cariocas que quisessem obter a faixa preta tinham que prestar exame em São Paulo. Esta medida foi altamente salutar, pois além de acabar com favorecimentos, serviu para elevar o nível técnico dos praticantes. (WANDERLEY, 1995)

Provavelmente, antes da era desportiva do Judô, este já fosse praticado nas colônias japonesas de Santa Cruz e Itaguaí, ambas no estado do Rio de Janeiro; cabendo ao professor Augusto de Oliveira Cordeiro, juntamente com outros professores abnegados, o mérito da implantação oficial nesse estado. (WANDERLEY, 1995)

Ainda segundo Wanderley (1995) outro momento marcante para o Judô nacional foi a fundação da Federação Guanabarina de Judô, em 09 de agosto de 1962, atual Federação de

Judô do Estado do Rio de Janeiro. Esta federação foi considerada de utilidade pública pela Lei 1.401, de 25 de setembro de 1967.

Engrandecendo o ciclo de momentos históricos para o Judô, a 18 de março de 1969 foi fundada a Confederação Brasileira de Judô, que seria reconhecida oficialmente pelo decreto 71.135, de 22 de setembro de 1972 (WANDERLEY, 1995). Atualmente todos os estados do Brasil possuem a sua federação de Judô.

A década de 70, se notabilizou pela implementação dos estágios técnicos internacionais e pelas grandes modificações nas regras de competição. Segundo Calleja (1989), no ano de 1974, para muitos professores, foram feitas mais alterações do que nos 50 anos anteriores. Os mais ortodoxos diziam que o Judô ficaria muito semelhante ao boxe ou a luta olímpica.

Como essas modificações realmente eram numerosas, a Confederação Brasileira de Judô agiu de maneira muito sensata: convidou o então presidente da Federação Internacional de Judô (FIJ), Mr. Charles Stuart Palmer, da Inglaterra, e que também era membro do Sub Comitê de Arbitragem, responsável principal pelas mudanças estabelecidas; para um curso de alto nível a ser ministrado no Rio de Janeiro. (WANDERLEY, 1995)

O registro desta passagem enfatiza a seriedade e o acerto com que agiu a Confederação Brasileira de Judô, não medindo esforços para que se conseguisse obter a informação de forma qualificada. Na área mundial, as conquistas mais valorizadas dos chamados desportos amadores, são obtidas nos Jogos Olímpicos. O Judô brasileiro, como não podia deixar de ser, também tem se apresentado com intenso brilho neste palco. A primeira medalha olímpica conquistada pelo Judô brasileiro foi de bronze, obtida em Munique (1972) por Chiaki Ishi, japonês naturalizado brasileiro. Quem já se aproximou deste grande atleta sabe da sua seriedade, do respeito que dedica ao próximo e da sua grande paixão pelo Judô. (WANDERLEY, 1995)

Do feito de Ishi até os nossos dias, o Judô brasileiro desenvolveu muito; o intercâmbio foi intensificado; inúmeros judocas brasileiros estagiaram no Japão e participaram de muitas competições internacionais. Segundo Silva (2017), é raro o jovem judoca que tenha se destacado e que ainda não tenha visitado os grandes centros internacionais. Delegações de várias categorias já visitaram a Terra do Sol Nascente (como costuma ser chamado o Japão). No Rio de Janeiro podemos citar apenas como exemplo, alguns judocas que já alcançaram especial destaque em competições internacionais. São eles: Rafaela Silva, Sebastian Pereira, Flavio Canto, Ângelo Paiva, Hugo Pessanha, Gabriela Conceição, Gabriel Schittler, Vitor Penalber, Daniela Polzin, entre outros.

- ***Judô: Esporte Olímpico***

A sociedade brasileira vivenciou um momento de bastante euforia com o enorme sucesso dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos Rio-2016, realizados na cidade do Rio de Janeiro. O legado deixado pelos referidos jogos vai além da parte física e estrutural (complexos desportivos, arenas multiusos, etc.). A participação dos atletas brasileiros e seus respectivos resultados impulsionaram a procura por desportos de uma maneira geral.

Os esportes mais tradicionais (Futebol, Vôlei, Natação, Basquete) continuam a atrair mais adeptos. Porém, com os expressivos resultados obtidos durante os anos, esportes como Judô, Handebol, Iatismo, Taekwondo, dentre outros, estão ganhando um número cada vez maior de praticantes, igualando-se (e até mesmo superando) os esportes mais tradicionais. (COB, 2020)

O termo “esporte” é bastante conhecido na sociedade de um modo geral. Segundo o dicionário Aurélio, esporte significa o conjunto de exercícios físicos que se apresentam sob a forma de jogos individuais ou coletivos, cuja prática obedece a certas regras precisas e sem fim utilitário imediato; desporto: o esporte aperfeiçoa as qualidades físicas do homem (DICIO, 2020). Já para o dicionário Michaelis, esporte é a prática metódica de exercícios físicos visando o lazer e o condicionamento do corpo e da saúde; desporte; desporto; ou ainda,

o conjunto das atividades físicas ou de jogos que exigem habilidade, que obedecem a regras específicas e que são praticados individualmente ou em equipe (MICHAELIS, 2020).

Outro conceito do termo esporte é que o mesmo pode ser definido ainda como sendo um sistema complexo de práticas corporais ordenadas, fundamentado na superação dos competidores ou de resultados e/ou marcas estabelecidas anteriormente pelo próprio praticante e que envolve atividades de competição regulamentadas por alguma instituição. (BELART e RANCÉ, 1991)

Uma classificação mais recente para esporte, veio em 2018 com a criação da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), Segundo este documento a temática Esportes é classificada como sendo: esporte de Marca; esporte de Precisão; esporte Técnico-combinatório; esporte de Rede e Rebatida; esporte de Campo e Taco e esporte de Invasão. (BRASIL, 2018, p.35)

Segundo a Lei 9.614 de 24 de março de 1998, mais conhecida com Lei Pelé, que instituiu normas gerais sobre o esporte no país, afirma que o desporto tem 4 formas: desporto educacional, desporto de participação, desporto de formação e desporto de rendimento. O desporto educacional pode ser praticado em estabelecimentos escolares e não escolares. Seu objetivo é proporcionar o desenvolvimento integral da pessoa, sua formação para o exercício da cidadania e a prática do lazer. Para isso, devem ser evitadas a seletividade (isto é, a distinção entre as pessoas) e a competitividade excessiva entre seus praticantes. Por sua vez, o desporto de participação é aquele praticado livremente pelas pessoas, sem regras oficiais a serem seguidas, como as brincadeiras infantis. Sua finalidade é contribuir para a integração dos praticantes na plenitude da vida social, promover a saúde, a educação e a preservação do meio ambiente. Já o desporto de formação se caracteriza pela iniciação esportiva do atleta, quando ele adquire conhecimentos para aperfeiçoar sua capacidade técnica esportiva, não somente para fins competitivos, mas também com finalidade recreativa. Por fim, o desporto de rendimento compreende as modalidades esportivas praticadas conforme regras nacionais e

internacionais, com vistas à obtenção de resultados e à competição entre seus praticantes. Além disso, possui a finalidade de integrar pessoas e comunidades do nosso país e de outras nações. Pode ser praticado de maneira profissional, quando o atleta recebe salário, ou de forma não profissional. (BRASIL, 1988)

Para Tubino (2003), o conceito de esporte é dividido em dois; sendo eles: esporte de lazer e esporte de alto rendimento (competição). O esporte de lazer tem como principal objetivo o bem estar dos seus praticantes, sem nenhum compromisso com regras, sendo o mais importante à participação. No esporte de alto rendimento há uma busca constante pelo melhor resultado, e, nesse sentido, os aspectos técnicos, táticos, físicos, sociais e emocionais são determinantes para esse desempenho atlético.

Nesse sentido, ao final do século XIX, o esporte passa a ter uma maior sistematização, organização, e as regras se tornam mais rigorosas, onde a seriedade do jogo é intensificada. Assim, os métodos de treinamento ficaram mais rígidos, disciplinando seus praticantes através de uma exigência maior pela vitória, e com táticas e estratégias para conseguir o melhor desempenho. (ELIAS, 1992)

Dentre todos os esportes considerados de alto rendimento, podemos destacar o Judô. Segundo a Federação Internacional de Judô (IJF – sigla em inglês), o Judô é representado em 204 países, assim distribuídos:

Figura 1 – Países filiados por continentes



Fonte: IJF, 2020.

Ainda segundo a IJF estão participando das competições do Circuito Mundial (eventos programados pelo sistema desportivo internacional; eventos esses de maior ou menor importância, que lhes permite acesso aos megaeventos, como Campeonatos Mundiais e Jogos Olímpicos) 40.900 atletas, sendo 28.200 masculinos e 12.700 femininos.

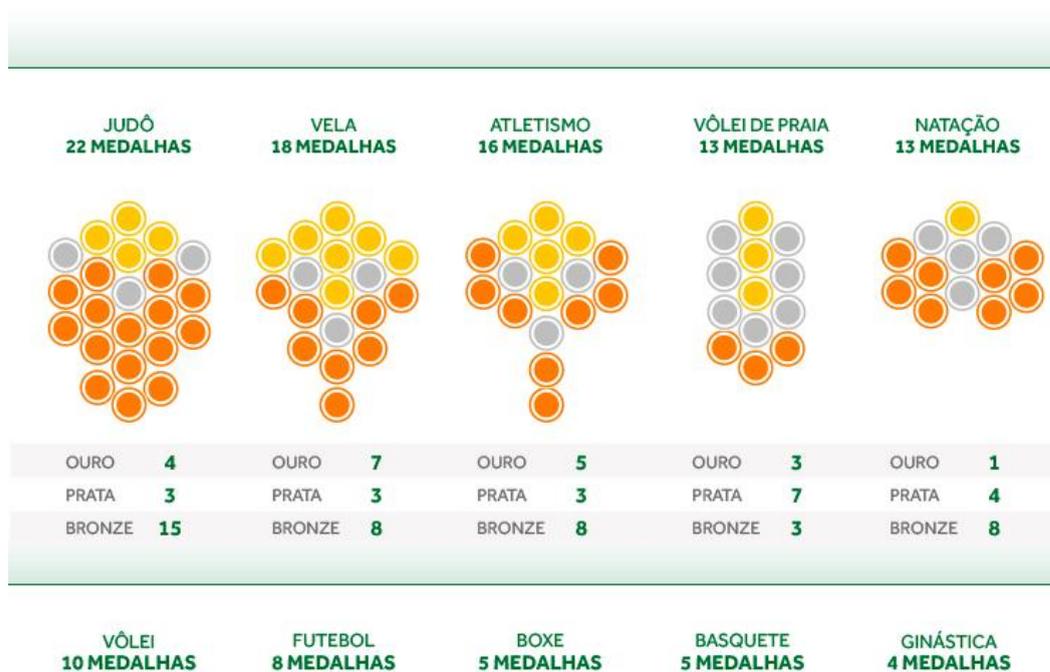
Compreendem este Circuito Mundial: 07 Grand Slam, 08 Grand Prix, 17 Continental Open, e ainda 06 Campeonatos Mundiais (Individual, Equipes, Junior, Master, Kata e Cadets).

No Brasil, o Judô alcançou uma posição de destaque no cenário nacional em 2012, já que, segundo o Comitê Olímpico Brasileiro – COB – o esporte tornou-se a modalidade olímpica que mais trouxe medalhas para o Brasil, superando até mesmo a Vela, modalidade referência em medalhas.

Figura 2 – Distribuição das medalhas olímpicas por modalidade

Por modalidades

O JUDÔ FOI O ESPORTE QUE MAIS TROUXE MEDALHAS PARA O BRASIL (22).
OUTRAS 15 MODALIDADES TAMBÉM SUBIRAM AO PÓDIO NA HISTÓRIA OLÍMPICA DO BRASIL.



Fonte: COB, 2020.

Essa relevância como uma potência esportiva, começou quando o estado do Rio de Janeiro era a capital do país. A modalidade Judô era vinculada a Federação Metropolitana de Pugilismo, e começou a ganhar corpo quando, em 1961, foi instituído o Conselho Técnico da Federação Carioca de Pugilismo, onde foram empossados como membros efetivos os professores Augusto Cordeiro, Georges Medhi, Haroldo Brito, Theophanes Mesquita, Takeshi Ueda e Rudolf Hermany, professores esses, considerados os precursores do Judô no estado do Rio de Janeiro, e conseqüentemente, no Brasil (WANDERLEY, 1995).

Nessa mesma época, foi criada a Federação Guanabarina de Judô (o estado ainda Estado da Guanabara) e teve como primeiro presidente o Professor Oswaldo Baloussier, que treinava na Academia Augusto Cordeiro. Em 1976, com a fusão do estado do Rio de Janeiro com o Estado da Guanabara, foi criada a Federação de Judô do Estado do Rio de Janeiro (FJERJ), e teve como seu primeiro presidente o Professor Joaquim Mamede de Carvalho e Silva no período de 1976 a 1979. (MESQUITA, 2014)

O que parecia inevitável acabou acontecendo: o Judô, dentre todos os esportes de Lutas foi o primeiro a ter a sua própria confederação, que como visto anteriormente, foi criada em 18 de março de 1969, tendo como presidente o professor Paschoal Segreto Sobrinho. Entretanto, somente em 1972, a Confederação Brasileira de Judô (CBJ) foi reconhecida oficialmente, e teve como primeiro presidente, o Professor Augusto de Oliveira Cordeiro, responsável pelo início do progresso do Judô no Brasil, tendo como pilares a estruturação administrativa e técnica da modalidade. Presidiu a CBJ até 1979, sendo incansável na difusão e valorização do Judô a nível nacional. (MESQUITA, 2014)

Em 1979, o Professor Joaquim Mamede de Carvalho e Silva, que era Presidente da FJERJ, assumiu a presidência do judô brasileiro, tendo sido eleito presidente da CBJ. Presidiu a entidade por 21 anos, até o ano 2000. Esse período ficou conhecido com a “ERA MAMEDE”. (MESQUITA, 2014)

Durante esse período, presidiu a CBJ com “mãos de ferro”. Muitos professores, técnicos, atletas e até mesmo árbitros, entraram em divergência com a entidade não concordando com as atitudes, privilégios e direcionamentos que a CBJ estava tomando. Alguns desses profissionais, simplesmente, romperam com a entidade máxima do Judô nacional, sofrendo, conseqüentemente, represálias (suspensões, afastamentos, desconvoações e etc) por parte da CBJ. Entretanto, todos sabiam que essas sanções eram pessoais e partiam diretamente do Professor Mamede. (MESQUITA, 2014)

Todavia, cabe salientar, que apesar de todos os obstáculos enfrentados pelos profissionais diretamente ligados ao Judô, devemos exaltar que, neste período conturbado na administração do Judô nacional, o Judô brasileiro começou a se destacar no âmbito mundial: primeiro nas Olimpíadas de Los Angeles, 1984, com as 03 (três) medalhas olímpicas (medalha de Prata para Douglas Vieira, e dois bronzes, para Walter Carmona e Luís Ommura). (CBJ, 2020)

Nesse período da “Era Mamede”, destacam-se também, as primeiras medalhas de Ouro do Judô em Olimpíadas; Seul, 1988, com Aurélio Miguel e em Barcelona, 1992, com Rogério Sampaio. Cabe salientar, que em 1972, nas Olimpíadas de Munique, o atleta, e hoje professor, Chiaki Ishi conquistou nossa primeira medalha olímpica (medalha de bronze).

Figura 3 – Quadro de Medalhas Brasileiras em Jogos Olímpicos

QUADRO DE MEDALHAS			
JOGOS OLÍMPICOS			
	OURO	PRATA	BRONZE
1972 - MUNIQUE (GER)			
CHIAKI ISHI			X
1984 - LOS ANGELES (USA)			
DOUGLAS VIEIRA		X	
WALTER CARMONA			X
LUIS OMMURA			X
1988 - SEUL (KOR)			
AURÉLIO MIGUEL	X		
1992 - BARCELONA - (ESP)			
ROGÉRIO SAMPAIO	X		
1996 - ATLANTA (USA)			
AURÉLIO MIGUEL			X
HENRIQUE GUIMARÃES			X
2000 - SYDNEY (AUS)			
TIAGO CAMILO		X	
CARLOS HONORATO		X	
2004 - ATENAS (GRE)			
LENADRO GULHEIRO			X
FLAVIO CANTO			X
2008 - PEQUIM (CHN)			
KETLEYN QUADROS			X
LEANDRO GUILHEIRO			X
TIAGO CAMILO			X
2012 - LONDRES - (GBR)			
SARAH MENEZES	X		
MAYRA AGUIAR			X
FELIPE KITADAI			X
RAFAEL SILVA			X
2016 - RIO DE JANEIRO (BRA)			
RAFAELA SILVA	X		
MAURA AGUIAR			X
RAFAEL SILVA			X

Fonte: Autor, 2020.

Um destaque deve ser feito: o Brasil enviou representantes em todas as edições dos Jogos Olímpicos. Em sua primeira participação, Tóquio 1964 (onde ainda era considerado esporte de exibição), o Judô foi representado pelo Sensei Lhofei Shiozawa que obteve um digníssimo 5º (quinto) lugar (NUNES, 2014). Um fato de muita relevância esportiva estreou nesses Jogos de Tóquio: a implantação as categorias de peso (nesses Jogos foram apenas 03 (três) – leve, médio e pesado). Esse conceito da divisão por peso começou desde a primeira edição do Campeonato Mundial, em 1956. Cabe salientar, que não existia essa ideia. O atleta

lutava com seu adversário através de um sorteio, independentemente, do peso. Um fato que, provavelmente, alterou o pensamento dos japoneses sobre esse tópico, foi o resultado do Campeonato Mundial de 1962, com a vitória do gigante holandês Anton Gessing, que acabou com a hegemonia dos lutadores japoneses. (NUNES, 2014)

Como vimos, apesar dos diversos questionamentos a respeito da conduta do Professor Mamede, o Judô brasileiro começou sua trajetória de destaque no cenário internacional, conquistando medalhas em algumas das mais importantes competições a nível mundial.

Em 2001, o Professor Paulo Wanderley Teixeira assumiu o comando da CBJ, dando início ao período de maior evidência do Judô nacional. Tendo como prerrogativas de sua administração a gestão democrática e meritocrática, ratificou a posição de “potência” do Judô brasileiro no Circuito Mundial. Ao colocar profissionais competentes em diversas áreas de trabalho conseguiu, após um primeiro mandato muito difícil (período este que ficou marcado pela correção dos problemas de autoritarismo da “Era Mamede”) recuperar a imagem do Judô brasileiro. Em sua administração, o Brasil reconquistou a confiança da Federação Internacional de Judô e do Comitê Olímpico Brasileiro (COB) ao conquistar diversas medalhas dentro do tatame com os mais variados atletas, como também, na promoção de grandes eventos internacionais, graças a sua competente equipe técnica e administrativa. (MESQUITA, 2014)

Figura 4 – Quadro de Medalhas Brasileiras em Competições Referências

QUADRO MEDALHAS				
	OURO	PRATA	BRONZE	TOTAL
MUNDIAIS SÊNIOR	7	12	28	47
MUNDIAIS EQUIPES MISTAS	-	-	-	0
MUNDIAIS EQUIPES	-	5	3	8
MUNDIAIS JUNIOR	14	20	36	70
JOGOS OLÍMPICOS DA JUVENTUDE	1	2	2	5
MUNDIAIS JUVENIS	4	8	12	24
JOGOS PANAMERICANOS	40	36	57	133
				287

Fonte: Autor, 2020.

O Brasil, no período da administração do Professor Paulo Wanderley, sediou vários eventos internacionais de grande porte, como por exemplo: Campeonatos Mundiais (2007 e 2013), Grand Slam (por 04 anos em Belo Horizonte; por 04 anos no Rio de Janeiro e por 01 ano em Brasília); além de diversos eventos nacionais com destacada relevância, como por exemplo: Troféu Brasil de Clubes; Grand Prix por Equipes; Olimpíadas Escolares; Desafios Internacionais; Campeonatos Brasileiros (com inclusão da mídia televisiva), dentre outros. (COLONNA, 2020)

Já em 2017, após os Jogos Olímpicos Rio-2016, o comando da Confederação Brasileira de Judô está a cargo do Professor Silvio Acácio Borges, que deixou a presidência da Federação Catarinense de Judô para assumir a CBJ. Com muita responsabilidade para “*manter o Judô nacional no mais alto patamar do esporte olímpico brasileiro*”, (palavras do presidente) o professor Silvio não vem medindo esforços para buscar recursos que mantenham o Judô brasileiro como uma potência no cenário mundial, recursos esses, que após os referidos Jogos, extinguiram-se, deixando, “à deriva”, não só a Confederação Brasileira de Judô, como também, a grande maioria das confederações esportivas brasileiras. (COLONNA, 2020)

- ***A Arbitragem no Judô***

Com a visibilidade e a consolidação que o Judô brasileiro obteve ao longo dos anos no cenário internacional e nacional, pode-se verificar que a CBJ investiu ao longo das últimas décadas na qualificação e capacitação de seus atletas, treinadores, médicos, fisioterapeutas, funcionários e equipe técnica, o que ratificou o país como uma potência da modalidade! Conseqüentemente, outro segmento ligado à arte do “Caminho Suave”, teve um relevante destaque nesse processo de capacitação e qualificação: o Quadro de Arbitragem.

A arbitragem, em qualquer modalidade esportiva, é a maneira pela qual uma pessoa qualificada interage nas disputas, fundamentalmente para aplicação de regras pré-estabelecidas, com o objetivo de proclamar vencedores e vencidos. Sendo uma das colunas de sustentação para a realização de quaisquer eventos esportivos, a arbitragem (os árbitros) é essencial em qualquer nível competitivo, para que se cumpram as normas institucionalizadas e se alcancem os objetivos de maneira lícita e imparcial. (BALCH e SCOTT, 2007)

Aos árbitros competem exercer vigilância constante sobre os permanentes desafios a que são submetidos, como por exemplo: julgar e avaliar *performances*, manter a ordem competitiva e decidir conflitos através de decisões consistentes, fundamentadas pela aplicação imparcial e precisa das regras (GUILLEN e FELTZ, 2011). Ao exercerem tais obrigações, os mesmos não devem perder a concentração e o autocontrole, variáveis importantes para que expressem de maneira correta e apropriada as decisões tomadas (PLESSNER; HARR, 2006)

O árbitro está ligado, constantemente, a desafios, sejam eles de acordo com as especificidades de cada modalidade, de suas qualidades emocionais e dos interesses sócio esportivos. Por consequência, os mesmos estão subordinados às diferenças e conflitos culturais e sociais, próprios a todos, que diretamente, estão envolvidos nos eventos esportivos. (SIMÕES et al., 2004)

A responsabilidade em arbitrar um evento esportivo é um fator que pode acarretar sensíveis mudanças na capacidade do árbitro, especialmente, na questão de sua concentração e seu autocontrole, características essas, muito importantes para seu desempenho (PLESSNER; HARR, 2006; DOHMEN, 2008). Segundo MacMahon et al. (2007) os árbitros mais experientes conseguem se ajustar melhor, pois possuem um maior tempo de preparo e participam de um maior número de competições de nível técnico elevado. Além disso, essas características exigem capacidades específicas desses árbitros, como por exemplo, a percepção seletiva, aspecto importante para as tomadas de decisões (HACK; MEMERT; RUPP, 2009). No entanto, apesar de serem as mesmas características, independentemente da

competição, alguns árbitros esportivos tendem a julgar e aplicar as regras de maneiras diferentes, ao atuarem em competições com níveis de disputa distintos. (SOUCHON et al., 2009)

No Judô, especificamente, a arbitragem é composta por um trio assim distribuído: um árbitro central, que durante o combate está posicionado de pé dentro do *Shiajô* (área de competição) estando de frente para a mesa de controle, e é responsável, quase que simultaneamente aos acontecimentos, pela condução do combate, proferindo e executando os comandos. Cabe ainda a ele, interceder na luta por meios de verbalização e gestos determinados pelas regras vigentes; e por dois árbitros laterais, posicionados fora do *Shiajô*, os três com os mesmos “poderes”, que o auxiliam em caso de omissões ou equívocos, de acordo com a luta e interpretações das regras (FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ – FPJ, 2011). Essa equipe deve atuar de forma equilibrada, imparcial e uníssona, sendo capaz de não se influenciar por fatores externos. (CBJ, 2014; CBJ, 2018; IJF, 2019)

As regras de competição do Judô são constituídas por 30 (trinta) artigos e seus vários apêndices (CBJ, 2014; CBJ, 2018; IJF, 2019), o que torna imprescindível aos árbitros uma ótima memória e um conhecimento técnico aprofundado da modalidade. Um combate de Judô tem como características, diversas variações, uma vez que os atletas alteram suas táticas em função do progresso estabelecido, exercendo diferentes ações e reações (CALMET; TREZEL; AHMAIDI, 2006; FRANCHINI, 2010), o que torna a perceptibilidade, o foco e a acuidade visual fatores preponderantes para a apreciação da disputa, e em consequência, exigindo desses profissionais uma capacidade particular de atenção e controle emocional para que a devida decisão seja a mais correta possível. (KANAYAMA, 2004)

Para Mattar e Silva (2004) uma ampla capacidade de análise dos combates, uma experiência prática e um autocontrole garantem aos árbitros condições para decidir e anunciar resultados em um tempo próximo de um a dois segundos (tempo recomendado pela IJF para

promulgação dos comandos); o que, e consequência, preconiza uma atenção redobrada das características comportamentais dos atletas e com a fluência do combate.

Segundo o regulamento de arbitragem da IJF (2010), para que um árbitro alcance a qualificação para competições internacionais, o mesmo deve possuir graduação mínima de faixa preta - 4º DAN, o que, de certo modo, procura garantir indivíduos com mais tempo de prática na modalidade, e, em consequência, na arbitragem. Para Kanayama (2004) e Mattar e Silva (2004) os árbitros precisam conhecer detalhadamente as técnicas do Judô, para que possam realizar uma boa arbitragem.

Outro fator importante para que uma boa arbitragem, diz respeito ao posicionamento do árbitro central dentro do *Shiajô* durante o combate. O mesmo deve deslocar-se pela área de luta, garantindo uma boa visibilidade dos atletas, e de modo, a não atrapalhar a visão dos árbitros laterais. Deve antecipar sua localização dentro da área de combate a fim de manter a visão integral do combate em relação aos lutadores. O rápido deslocamento em direções opostas é essencial para evitar o choque com os atletas. O deslocamento realizado de forma eficiente por parte dos árbitros de Judô é uma propriedade necessária para a precisão e correta tomada de decisões durante os combates. (CALLEJA, 1981; KANAYAMA, 2004; MATTAR; SILVA, 2004)

O posicionamento do árbitro central dentro do *Shiajô* deve: respeitar uma distância de 2 a 3 metros de distância dos atletas, não interferir na visão dos árbitros laterais, e tampouco, atrapalhar a visão das câmeras de filmagem da comissão de arbitragem (IJF, 2010). Em relação aos árbitros laterais, os mesmos estarão posicionados fora da área de combate (*Shiaijô*), sentados à mesa de controle, juto ao sistema de *vídeo replay*. Os mesmos (como dito anteriormente) possuem as mesmas funções do árbitro central, e, atuam no combate, de acordo com a regra da “maioria de três”. Os árbitros laterais estarão conectados ao árbitro central através de fones, e estarão auxiliando o mesmo através do sistema *vídeo care*. (CBJ, 2014)

Os combates de Judô carregam, em poucos minutos, um intenso dinamismo. Os atletas procuram seguir os princípios do Ippon Shobu (busca pelo golpe perfeito, o que, por uma questão de regra, tornou-se meramente, Ippon). Tal princípio tem como objetivo projetar ou submeter o adversário o mais rápido possível, a fim de obter a vitória. (INOKUMA; SATO, 1982). Os combates são, na verdade, um mecanismo de ação e reação por parte dos atletas (FRANCHINI, 2001). Por se tratar de uma modalidade, predominantemente, agonística de grande contato corporal (CALLEJA, 1981; KANO, 2008), segundo a Federação Internacional de Judô (2019) é imprescindível que os árbitros intervenham com discernimento e rapidez, seja em *Tachi Waza* (luta em pé) ou em *Ne Waza* (luta no solo).

Com relação às avaliações em *Tachi Waza*, quando acontece uma projeção (arremesso) de um lutador mediante as devidas técnicas do Judô, o árbitro central deve: observar como ocorre a projeção, se essa técnica é válida ou não, o impacto resultante dessa projeção e os efeitos dessa técnica sobre o corpo do atleta, para, então, emitir a devida pontuação (KANAYAMA, 2004). Os árbitros devem tomar uma decisão a partir de uma imagem final do fato acontecido.

Para Plessner e Schallies (2005) a formação dessa imagem final em julgamentos esportivos (avaliações), em um curto espaço de tempo, recebeu o nome de consistência de forma. Os autores verificaram que árbitros de ginástica artística, em um aparelho específico (argolas), julgam as posições de *performance* em, aproximadamente, 01 (hum) segundo, retratando mentalmente a posição estabelecida e atribuindo assim, a respectiva pontuação. Essa avaliação se “materializa” em ágil processo cognitivo, correlacionado às regras e padrões estabelecidos para a execução alcançada (simetria, postura, sustentação). Ainda segundo os autores, os árbitros mais experientes, por terem efetuado mais julgamentos e estado com os exercícios efetuados por mais vezes, conseguem formalizar um padrão mais próximo das normas estabelecidas. Esses mesmos árbitros mais experientes conseguem também julgar e determinar (simultaneamente) o tempo de apresentação da tarefa, mesmo existindo

influências, como por exemplo, o posicionamento e a visão do árbitro em relação ao aparelho. (PLESSNER; SCHALLIES, 2005)

De maneira análoga aos autores, árbitros de Judô, quando da ocorrência de uma determinada projeção devem estabelecer uma imagem mental, confrontando a comparação e interpretação da posição dos atletas ao tocar o solo, com as determinações estabelecidas pelas regras vigentes, através da formulação do conceito e experiência nessa atividade elaborando, assim, a imagem do fato.

Com o objetivo de exemplificar a rapidez com que são realizadas as projeções de técnicas no Judô, cabe citar o estudo de Blais, Trilles e Laucoture (2007), onde os mesmos avaliaram 16 faixas pretas (média de 26,5 anos de idade) sobre a prevalência de energia muscular e momentos de força aplicados em uma específica técnica de projeção (*Morote Seoi Nage*), técnica esta, classificada dentro da família de *Te Waza* (técnicas de projeção com alavanca de braço). Os autores verificaram que o tempo total de aplicação desta técnica foi de 1140 (mil cento e quarenta) milissegundos, considerando as três fases de uma técnica: desequilíbrio, preparação e aplicação da referida técnica. Ratifica-se assim, a exigência ao árbitro durante um combate, destacando-se a grande concentração para o acompanhamento, avaliação e pontuação correta das técnicas (projeções).

Já para as avaliações em *Ne Waza*, Calleja (1981) mencionou que o árbitro central deve estar muito bem preparado para acompanhar as técnicas de luta de solo, pois nas mesmas acontecem casos de *Shime Waza* (estrangulamentos), *Kansetsu Waza* (restrições articulares) e *Ossae Waza* (imobilizações), já que é comum, nesses casos, o atleta desistir do combate por submissão ou quando a técnica promover o efeito desejado. Simultaneamente, o árbitro não deve se precipitar, pois o mesmo não deve interferir em ações dinâmicas que possam vir a retratar uma das situações acima mencionadas, para que não haja prejuízo a qualquer um dos atletas. (COLONNA, 2020)

Segundo Dosseville, Laborde e Raab (2011) a experiência na arbitragem do Judô resulta em uma atuação mais eficaz no que tange a interrupção do combate, como, por exemplo, nos casos em que não haja uma progressão ou uma finalização em progresso. Os autores investigaram 30 (trinta) árbitros franceses, altamente qualificados, todos com no mínimo 10 (dez) anos de prática competitiva no Judô (média de idade $29,3 \pm 5,2$ anos) que não atuavam como competidores a pelo menos 02 (dois) anos e que possuíam, pelo menos, 06 (seis) anos de prática na arbitragem. Outro grupo participante foi formado, agora com mais de 30 (trinta) aspirantes a árbitros (idade $22,9 \pm 1,8$ anos), todos eles sem nenhuma experiência de arbitragem, que atuavam como competidores e receberam, somente, o treinamento para iniciar a carreira de árbitro (após o curso teórico de arbitragem, os aprovados são submetidos a prova prática, onde começam suas atuações como árbitros). O estudo concluiu que os árbitros menos experientes tendem a julgar mais tardiamente a interrupção da luta, baseados em sua experiência motora competitiva, ao passo que, os árbitros mais experientes, aplicam o *matte* (interrupção momentânea da luta de acordo com as regras) mais estritamente em função das regras. Ao realizarem o *matte* rigorosamente aos critérios das regras, os árbitros mais experientes demonstraram uma maior qualificação nas tomadas de decisão mais acertadas.

Outros componentes importantes que devem ser avaliados pela arbitragem são as ações que possam gerar punições (IJF, 2019; CBJ, 2014). O retardo em um minuto na decisão de uma imobilização ser válida ou não, tende a impedir a vantagem apropriada, uma vez que as mesmas são atribuídas em intervalos de tempo pré-instituídos (regras), no domínio dessa técnica. Segundo Calleja (1981); IJF (2019; 2011); Kanayama (2004) e Mattar; Silva, (2004), penalidades serão atribuídas a competidores que realizam o Judô negativo (contrário ao espírito do Judô), que não apresentam intenção em competir ou que descaracterizam o objetivo do combate.

Miranda (2012) em seu estudo ratifica a hipótese de que uma maior experiência na arbitragem do Judô é um fator relevante para o controle de emoções e que o nível das

competições (com maior importância) trazem mais apreensões para a atuação dos árbitros. Além disso, tal estudo corrobora com as descrições de Hack, Memmert e Rupp (2009) de que os árbitros mais experientes possuem um maior autocontrole diante de maiores desafios de arbitragem, e que por isso, manifestam menos ansiedade; e com as observações de MacMahon *et al.* (2007), de que os mesmos possuem mais recursos para tomadas de decisões técnicas mais complexas, geralmente observadas em competições com um grau maior de complexidade.

Hack, Memmert e Rupp (2009) investigaram que os árbitros com maior prática e tempo de atuação conseguiram perceber, mais rapidamente, condições que precisavam de interferência dos árbitros, e, simultaneamente, deliberavam com maior exatidão. Segundo MacMahon *et al.* (2007), a obtenção das qualidades que diferenciam os árbitros experientes dos novatos é reconhecida pela própria participação em torneios mais difíceis e de maior projeção, bem como o interesse próprio de participar desses eventos.

Lidar com as mais variadas situações na arbitragem requer esforço, dedicação, e principalmente, envolvimento com a modalidade escolhida. Alguns estudos apontam que o tempo de atuação na arbitragem e a experiência profissional adquirida durante as competições, proporcionam um melhor entendimento do combate, minimizando as percentagens de erros. (MIRANDA, 2012)

Esses argumentos veem ao encontro com as atividades desenvolvidas pela CBJ para uma melhor qualificação do seu quadro de arbitragem. Segundo Silva (2017) algumas ações diretivas implantadas por esta entidade, melhoraram ainda mais a qualidade do quadro de arbitragem brasileiro, como por exemplo: Curso de Atualização Anual para os Principais Árbitros do País (mais experientes), Cursos de Atualização Regionais, Exame Nacional de Arbitragem Padronizado, Controle das Promoções por meio de uma Plataforma (com total controle sobre as graduações) e a Implantação da Avaliação de Língua Espanhola (para os árbitros que pretendem ascender à categoria internacional).

Ainda segundo Silva (2017) o maior legado implantado pela Gestão Nacional de Arbitragem (comissão responsável por todas as diretrizes relacionadas a arbitragem no Brasil) teria sido a transformação do “espírito” (pensamento) do árbitro brasileiro. Desde a padronização do vestuário, passando pela postura dentro e fora do Shiai-jô, até o ambiente de trabalho colaborativo, onde a ideia de profissionalismo é característica determinante. Tudo isso com justiça e transparência.

A Confederação Brasileira de Judô (CBJ) não vem medindo esforços para capacitar os profissionais de arbitragem, financiando cursos e viagens para participações em Seminários Internacionais (seminários realizados pela IJF) onde se tem acesso ao que há de mais atual nas regras de Judô. Atualmente, o Brasil conta com dois árbitros entre os 25 melhores no ranking olímpico (último ranqueamento divulgado em 24.02.2020) segundo a IJF, e entre os 10 melhores no ranking paralímpico (último ranqueamento divulgado em 22.05.2019) segundo a IBSA (*International Blind Sports Association*), resultado esses que reflete todos os esforços e os investimentos realizados pela CBJ.

As constantes ações implantadas pela CBJ, onde participam os principais árbitros do país, servem de estímulo aos árbitros mais jovens, de forma a permitir o preparo emocional e psicológico dos candidatos à promoção em diferentes graduações. Existe sempre uma diferença, mesmo que mínima, entre o está escrito na regra de maneira fria e interpretativa, com o que acontece nas competições com níveis maiores de importância, sejam elas, internacionais ou nacionais, entender como os árbitros mais experientes se comportam. A observação também é uma forma de estudo (SILVA, 2017).

O intercâmbio entre os árbitros mais experientes e os mais novos que vem sendo praticado pela Coordenação Nacional de Arbitragem, possibilita uma troca de conhecimento, informações, aprendizado, e, principalmente, interação, permitindo ao Brasil ter a certeza de que seus árbitros continuarão sendo reconhecidos, como um dos melhores do mundo. (COLONNA, 2020)

- *Lesões Esportivas*

Como vimos anteriormente, no Japão feudal, existia a prática de muitas artes marciais que se utilizam de armas (lanças, arcos e flechas, espadas, dentre outras). O Ju Jutsu era uma delas! Chamado também por outros nomes (Taijutsu e/ou Yawara), o Ju Jutsu era uma modalidade de ataque, onde se podia arremessar o oponente (chutá-lo, batê-lo, apunhalá-lo, estrangulá-lo), e defesa, para esses ataques. Entretanto, somente a partir do período Edo (1603-1868) o Ju Jutsu tornou-se uma arte complexa, ensinada por mestres de muitas escolas (KANO, 2008).

O Judô, criado em 1882 por Jigoro Kano, a partir do Ju Jutsu está entre uma das modalidades esportivas mais praticadas no mundo. Segundo a Federação Internacional de Judô (IJF, sigla em inglês) o Judô é praticado por mais de 20 (vinte) milhões de esportistas em todo o mundo, representada por mais de 200 (duzentos) países (Pocecco, 2013). O avanço na prática do Judô vem ganhando destaque de uma maneira geral! Em uma pesquisa realizada no Japão, o número de pessoas adultas realizando alguma prática esportiva ao menos uma vez na semana foi de 47,5% (Mizobuchi; Nagahiro, 2016). Nos Jogos Olímpicos de Londres 2012, 383 atletas de 135 países participaram dos Jogos, o que tornou o Judô um dos 03 (três) esportes mais populares dos Jogos. (FREY *et al.*, 2019)

Criado por Kano Sensei o Judô é uma disciplina física e mental (norteadas pelos anseios da temática, história, princípios, ideologias e filosofia de vida), onde suas lições devem ser aplicadas em nossa vida diária. Seu princípio fundamental é que, qualquer que seja seu objetivo, ele será mais facilmente alcançado através do máximo uso da eficiência, mente e corpo. Esse princípio, aplicado em nossas vidas cotidianas, leva a uma vida melhor e mais racional (KANO, 2008). Ainda segundo o autor, através do Judô, as pessoas alcançam, individual e coletivamente, seu estado espiritual mais elevado, desenvolvendo assim, seus corpos, ao mesmo tempo em que, aprendem as artes de ataque e defesa.

Com a popularidade alcançada pelo Judô, suas práticas esportivas e competitivas vêm ganhando muito destaque. Na prática esportiva, alguns projetos para promover e disseminar a prática da modalidade vem sendo capitaneados pela Secretaria de Esportes, braço do governo federal, vinculado ao Ministério da Educação e Cultura (MEC). Alguns desses projetos não chegam a atingir os objetivos propostos, enquanto que outros, são lembrados positivamente, como nos casos do Bolsa Atleta e dos Jogos Estudantis e/ou Universitários. (NUNES, 2014)

No caso das práticas competitivas, com a visibilidade que o Judô alcançou no cenário nacional e mundial, a entidade maior do Judô nacional (CBJ) captou um grande número de apoiadores e patrocinadores, elevando o investimento na arte do “Caminho Suave” (SILVA, 2017). Segundo Silva (2017), com a despolarização do esporte, a CBJ vem distribuindo pelo país treinadores e atletas, fomentando o surgimento de judocas de alto nível no país, aumentando assim, a qualidade técnica do Judô nacional.

Cabe salientar que a CBJ, além de priorizar a qualidade técnica de nossos atletas, vem investindo muito numa comissão técnica multidisciplinar, dando suporte para as equipes principal e de base, que contam com profissionais das áreas de preparação física, fisioterapia, psicologia, nutrição, estratégia, massoterapia, além de muitos outros, todas atendendo às necessidades dos atletas, com um único objetivo: melhorar a *performance* dos atletas. (NUNES, 2014)

Contudo, a qualidade técnica e essa excelência do Judô nacional não são adquiridas rapidamente! A prática do Judô exige constância, tempo, treinamento, prática, dedicação; uma lapidação em longo prazo. Como todo esporte, a busca pelo alto rendimento requer algumas “doses” de sacrifícios.

Nesse sentido, uma das consequências da busca pelo resultado que mais atrapalham os atletas de ponta são as lesões. Segundo o dicionário Aurélio, lesão é qualquer alteração patológica ou traumática de um tecido, especialmente quando acarreta perda de função de uma parte do corpo; ou ainda, um dos pontos de manifestação de uma doença sistêmica. Já

segundo a Wikipédia, lesão é um termo não específico usado para descrever qualquer dano ou mudança anormal no tecido de um organismo vivo. Tais anomalias podem ser causadas por doenças, traumas ou simplesmente pela prática de esportes, por exemplo. Segundo o dicionário Michaelis lesão é a alteração patológica de um tecido ou do funcionamento de um órgão e / ou um dos pontos de manifestação de uma doença que possui vários focos.

As lesões provenientes da prática de modalidades esportivas (sejam elas quais forem) são bastante comuns no meio, gerando certo incômodo (certa preocupação) em atletas, treinadores, e até mesmo, nos dirigentes, pois, além de causar efeitos negativos na parte física e emocional dos atletas, causam um prejuízo financeiro aos clubes, além de gerarem dificuldades aos técnicos em seus planos de treinamento. (AMORIM et al., 1989)

Segundo Timpka et al., (2015) as diferentes definições do termo lesão podem gerar um entendimento equivocado na hora de abordarmos as lesões. Como exemplo, o autor citou o caso da definição do termo lesão como sendo “um sintoma músculo-esquelético que faz com que um atleta pare de treinar ou competir por mais de 24 horas”. Nesse caso, as lesões crônicas pelas quais o atleta pode possuir pelo treinamento, ficam descaracterizadas.

Santos et al., (2001) relatam que independentemente do tipo de lesão (agudas ou crônicas), as mesmas são resultantes de interações complexas entre fatores de risco. De acordo com a modalidade esportiva, as lesões podem ser causadas por fatores de risco intrínsecos, extrínsecos ou ainda, uma combinação de ambos. Segundo Almeida (1991) os fatores de risco intrínsecos estão associados a: sexo, idade, alimentação, condição física, desenvolvimento motor e fatores psicológicos. Em condição análoga, os fatores extrínsecos estão relacionados a: organização do treino e da competição, tipo de equipamento usado, condições climáticas, especificidade técnica de cada modalidade e quantidade de carga do treino.

Quando a lesão é aguda, os fatores de riscos extrínsecos se apresentam com maior correlação. Normalmente, as causas, nas modalidades esportivas, a combinação dos dois fatores (intrínsecos e extrínsecos) é a causa mais comum (SANTOS et al., 2001). Segundo

Meneses (1983), as lesões podem ser classificadas como: típicas e atípicas. Lesões típicas são aquelas diretamente associadas às práticas esportivas, ou seja, as com maior incidência nas modalidades esportivas, que se incidem de forma mais significativa do que as atípicas, ocorrendo tanto na fase de treinamento como na fase de competição. As lesões atípicas, segundo o mesmo autor são aquelas ocasionais (não comuns) às modalidades esportivas, ocorrendo de forma acidental.

Para Ouriques (1999), as lesões podem ocorrer de formas distintas: ora na fase de treinamento, ora na fase de competição. Nesta última, as lesões ocorrem em maior intensidade e gravidade, já que na fase de treinamento não há a necessidade de autoafirmação, vontade de vencer os adversários e/ou o desejo de superar marcas ou recordes, o que tende a aumentar a incidência e a gravidade das lesões. Para Almeida (1991), o tipo de lesão está relacionado ao tipo de esporte, e tem nos esportes de combate a maior prevalência de lesões.

Vários estudos que levantaram os tipos de lesões em diferentes esportes, como por exemplo: Kuprian (1989) – em atletas alemães; Lima et al.(1998) - em judocas brasileiros; Souza (1993) que detectou lesões nos ombros de nadadores paranaenses; Carazatto et al. (1995) que diagnosticaram lesões nos participantes dos Jogos Pan Americanos de 1995, e todos eles com a mesma direção: que cabe aos técnicos, preparadores físicos e fisioterapeutas a função de traçar metas com o propósito de prevenir lesões.

Tendo em vista que o tipo de lesão está diretamente associado à especificidade do esporte, bem como, a alguns fatores que podem ser controlados pelos próprios atletas, por seus técnicos, ou na maioria das vezes, por ambos, e sabendo que o Judô é uma modalidade esportiva de contato, podemos sugerir que seus atletas estejam mais propícios às lesões (SOUZA et al., 2001). Todavia, conforme Cruz (1997), nas competições de Judô realizadas em Portugal, a incidência de lesões apresentaram um baixo nível de gravidade durante o período competitivo. Por outro lado, estudos como Lima et al.(1998) e Lima e Nogueira (1998) identificaram lesões em judocas durante algumas competições e destacaram que as

lesões ocorreram em judocas iniciantes, ou seja, aqueles que possuíam entre um e/ou dois anos de prática.

Como visto anteriormente, o Judô, por ser uma modalidade esportiva de contato, está mais propícia ao risco de lesões. Alguns estudos correlacionaram à modalidade esportiva as maiores incidências de lesões, como por exemplo, Nakazawa et al. (2020), que estudaram 75 judocas filiados a um clube de Ulaanbaatar, Mongólia, a maioria do ensino médio (85%). Foram constatadas 39% de lesões atuais, e 25% de lesões antigas. No estudo, as lesões mais frequentes foram às entorses, seguidas de fraturas, com maior incidência nos ombros, seguidas do joelho e tornozelo.

Outro estudo que estudou a incidência de lesões no Judô foi o estudo de Oliveira e Pereira, (2008), que analisou 30 atletas filiados de Judô da Zona Oeste do Rio de Janeiro. O estudo verificou que 91,43% dos atletas relataram algum tipo de lesão durante a prática do Judô, ratificando assim, a alta incidência de lesões. A articulação com maior incidência de lesões foi a do ombro com 36%, seguidos dos joelhos e das mãos, com 32% cada. Dentre as lesões a mais frequentes, a contusão se destacou com 26,32%, sendo seguidas pela entorse e lesões musculares com 17,54% cada, fraturas 15,79%, tendinites 14,04% e luxações 8,77%, ratificando o alto índice de incidência de lesões em praticantes de Judô.

O estudo de Maciejewski e Callanta (2016) merece destaque: os autores analisaram 192 atletas de Judô das Filipinas, dentre meninos e meninas, que competiram em quatro divisões, durante uma competição nacional, em Manila, em 2009, e constataram que, o Judô é uma atividade relativamente segura para adultos jovens e crianças, pois, ainda de acordo com o estudo, as variáveis de treinamento, como frequência e duração, não influenciaram a ocorrência de lesões.

Em outro estudo, Barsottini et al., (2006) investigaram 78 atletas, sendo 46 do sexo masculino e 32 do sexo feminino, de diferentes equipes de Judô da cidade de São José dos Campos - SP, e em competições nacionais durante o ano de 2004. Os autores separaram as

lesões em leves, moderadas e graves. Para classificá-las como lesões leves, os autores consideraram o não afastamento dos treinos e/ou competições. Já para as lesões classificadas como moderadas, o afastamento de um treino e/ou competição. E para as lesões classificadas como graves, os autores consideraram o afastamento de pelo menos um treino e/ou competição. O estudo concluiu que com relação às gravidades das lesões, 10% foram classificadas como leves, 9% como moderadas, e 64% das lesões foram graves. O estudo reagrupou ainda os dados em relação às situações de treino e competição. Durante os treinos as lesões leves obtiveram 8%, as lesões moderadas 9% e as lesões graves 54%. Já durante as competições, as lesões leves ficaram em 5%, as moderadas 2% e as lesões graves 22%.

O Judô, por ser um esporte de contato, está mais sensível a ocorrências de lesões, e com uma incidência maior durante os treinamentos. Independentemente da classificação atribuída (leve, moderada, ou grave) e da região afetada (joelhos, ombros, dedos), as lesões parecem ser constantes para os atletas e praticantes dessa modalidade, cabendo aos mesmos, aos técnicos, e aos professores, o planejamento das atividades, para que a incidência de lesões seja a menor possível, de modo a não afastar o atleta por um longo período dos treinos e competições.

Contudo, durante a minha pesquisa para esse trabalho, um levantamento acabou chamando muito a minha atenção: o hematoma subdural agudo (ASDH – na sigla em inglês). O ASDH é um acúmulo de sangue entre o cérebro e seu revestimento externo, causados por um ferimento forte ou repetidos traumas na cabeça, suficientemente necessários, para o rompimento dos vasos sanguíneos. Dor de cabeça, confusão mental, vômito, fala arrastada ou coma, podem acontecer imediatamente ou semanas após o trauma. Os hematomas subdurais causam um aumento da pressão intracraniana, com compressão e lesão do tecido cerebral. Um hematoma subdural agudo tem uma mortalidade elevada, pelo que se considera uma emergência médica. (WIKIPÉDIA, 2020)

Apesar de alguns artigos relatarem a segurança na prática do Judô (Maciejewski e Callanta, 2016; Cruz, 1997; Lima et al., 1998; Lima e Nogueira, 1998), mesmo com a

existência de pequenas lesões, muitos estudos relataram a incidência de ASDH em praticantes de Judô, e com uma grande taxa de mortalidade (UCHIDA, 2011; MIZOBUCHI & NAGAIHIRO, 2016; KOIWAI, 1981; YOKOTA e IDA, 2016; KOSHIDA et al., 2016; MURAYAMA et al., 2013; MURAYAMA et al., 2016; SHINGU et al., 1994)

A maioria dos artigos acima mencionados relatam estudos de casos ocorridos no Japão principalmente, em jovens com estrutura óssea em formação. Mizobuchi e Nagahiro (2013) já mostrava uma grande preocupação com a ASDH em praticantes de Judô. Segundo os autores, o Judô (a época do estudo) foi à modalidade esportiva mais perigosa, inclusive mais lesiva que o Rugby.

TABLE 1. Japan Sports Council data of accidents resulting in death or severe disability during physical activities in JH and SH between 1998 and 2011

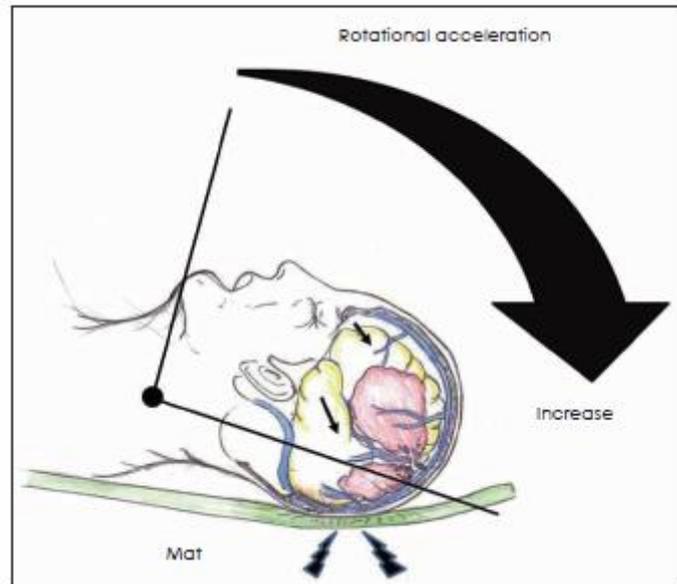
Sport	JH 1	JH 2	JH 3	SH 1	SH 2	SH 3	Total
Judo	13	7	4	17	3	5	49
Rugby	0	0	0	3	13	9	25
Baseball	0	1	2	2	5	1	11
Swimming	2	3	1	2	1	0	9
Boxing	0	0	0	3	5	0	8
Baseball	0	0	0	1	1	2	4
Basketball	0	0	0	1	1	1	3
Volleyball	0	2	0	1	0	0	3
Soccer	0	0	0	1	1	1	3
Other	0	2	0	7	4	3	16
Total	15	15	7	38	34	22	131

JH: junior high school, SH: senior high school

Fonte: MIZOBUCHI; NAGAIHIRO, 2013.

Ainda segundo os autores, a aceleração rotacional resultante do cérebro na direção anteroposterior pode causar a separação do cérebro e dura-máter, com consequente ruptura das veias-ponte. O estudo relata ainda que 28% das lesões na cabeça tinham como sintoma dor de cabeça, o que sugere um rompimento das veias ponte devido, provavelmente a traumas anteriores na cabeça.

Figura 5 – Mecanismo de lesão por aceleração rotacional



Fonte: MIZOBUCHI; NAGAIRO, 2013.

Em função dessa aceleração que o corpo possui em relação ao tatame, Santos et al., (2007) analisou o impacto do corpo em diferentes posições (punho, quadril e tornozelo) sobre 07 diferentes tipos de tatame (um tatame de palha e seis sintéticos com diferentes espessuras). O estudo concluiu que a parte do corpo que menos sofreu com o impacto foram os quadris, o que enfatiza a prática dos ukemis (educativos realizados para amortecimento das quedas) e que os tatames com maior espessura, dissipam melhor a força do impacto.

Nishimura et al., (1988), verificaram quatro casos de ASDH em jovens no Japão. O primeiro caso foi de um jovem de 24 anos em 1967. O segundo e o terceiro casos relatados foram com um garoto de 16 anos em 1973 e um menino de 14 anos em 1981, respectivamente. Já o quarto e último caso relatado foi de um homem de 19 anos em 1983. Em todos os casos relatados nesse estudo, os alunos vieram a óbito. Cabe chamar a atenção para as datas antigas de cada caso!

Alguns estudos verificaram que a biomecânica de algumas técnicas ou a metodologia de ensino-aprendizagem pode ter uma relação direta com o ASDH. Como exemplo, podemos citar o estudo de Gutiérrez-Santiago et al., (2014), que realizou uma análise biomecânica da

técnica Koshi Guruma (técnica essa, classificada como sendo de quadril). O estudo observou que a imprecisão na realização da referida técnica, erros que afetaram o equilíbrio do corpo, e a posição dos pés em relação ao quadril bloqueando a ação e a reação do movimento, sugerem uma alta probabilidade de lesão.

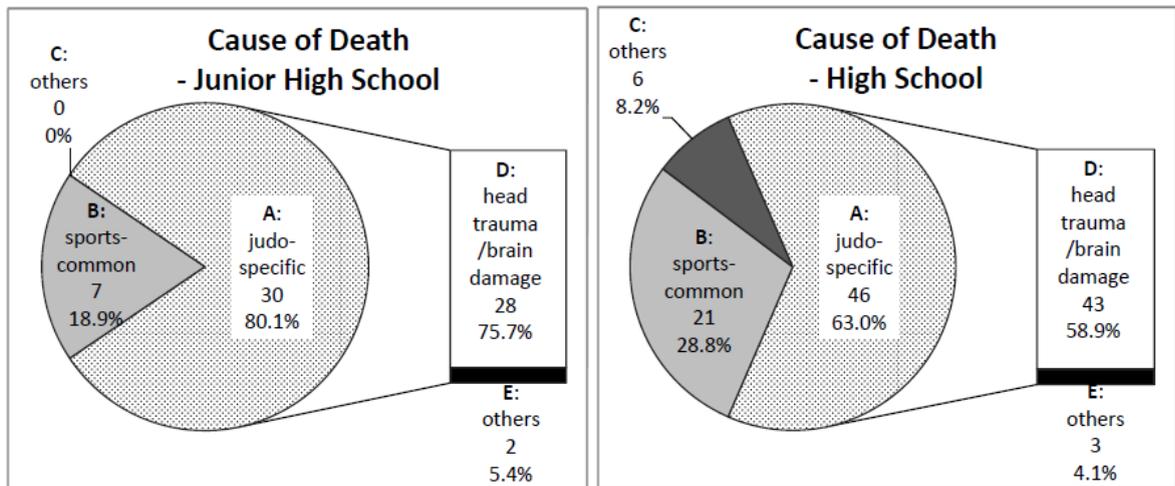
Em outro estudo muito importante que destaca a biomecânica de uma técnica, Koshida et al., (2016), sugerem que a técnica Osoto Gari, de Ashi Waza (técnica classificada como de pé ou perna), tende a ser potencialmente lesiva, tendo como desfecho um ASDH. Segundo o estudo em epígrafe, ao aplicar a técnica, a tendência de bater com a cabeça no tatame é muito grande, corroborando com a análise biomecânica de Mizobuchi e Nagahiro (2013).

Murayama et al., (2014) estudaram que duas técnicas muito utilizadas nos primeiros anos de prática no Judô, Osoto Gari e Uchi Gari (ambas classificadas como técnicas de Ashi Waza) apresentaram uma pico da aceleração rotacional da cabeça muito elevado, o que para os autores pode aumentar a incidência de ASDH.

Finalizando, cabe destacar dois estudos: no primeiro estudo, Koiwai (1981) destaca a ocorrência de 19 casos de óbitos no Judô. Desses, nove foram ASDH (47,37%). Os demais de causas diversas, como por exemplo, embolia pulmonar, ruptura do Miocárdio, insuficiência coronariana, e até um estrangulamento (obstrução das artérias, impedindo o fluxo de sangue para o cérebro).

No segundo estudo, Uchida (2011) analisou 110 casos de mortes durante as aulas de Judô e de atividades, sob supervisão, em escolas do Japão durante o período de 1983 a 2009. Nesse estudo, a prática do Judô ficou, percentualmente, muito acima das demais atividades realizadas dentro da escola.

Figura 6 – Comparação entre causa morte



Legenda: A: Morte causada por uma ação específica ao judô; B: Causa comumente observada durante atividades esportivas (súbita, morte, ataque de calor, etc.); C: Outros (incluindo causas de morte difíceis de determinar); D: traumatismo craniano / dano cerebral resultante de um choque causado por nagewaza / ukemi; E: Outras causas (asfixia, danos aos órgãos)

Fonte: UCHIDA, 2011.

Os estudos apresentados sobre ASDH foram todos ocorridos no Japão, o que pode estar relacionado com a obrigatoriedade da prática da modalidade Judô nas escolas de ensino fundamental e médio (fazendo uma analogia ao sistema de ensino brasileiro). Outro detalhe importante a se destacar, é o controle existente no país (Japão) em relação aos casos notificados, especialmente os casos de ASDH.

No Brasil, através da CBJ, foi solicitado (de forma informal) um registro desse tipo ocorrência em competições nacionais e/ou conhecimento de algum caso relatado de ASDH. Infelizmente, não há hoje na referida confederação, um controle de ocorrências de lesões nos eventos homologados pela entidade, o que, de certa forma, pode “mascarar” essas ocorrências. Como árbitro tive uma única situação de uma ocorrência de ASDH, que por muita sorte, não se tornou fatal. Mesmo havendo um pequeno percentual de registros de casos aqui no Brasil, o

resultado desse tipo de lesão, os ASDH, é a morte, ou seja, mesmo que seja pequena a incidência desse tipo de lesão à consequência é gravíssima, sem possibilidade de recuperação, na maioria dos casos. (informação pessoal)

Assim, como vimos anteriormente, por ser uma modalidade esportiva de contato, a prática do Judô possui uma incidência de lesões alta (como a maioria dos esportes de alto rendimento), que ocorrem, em sua grande parte, durante os treinamentos, numa exigência exacerbada de duração e intensidade, o que aumenta exponencialmente, a incidência dessas lesões, o que sugere uma maior integração entre os profissionais que estão diretamente ligados aos atletas, como treinadores, auxiliares técnicos, profissionais da área da saúde (fisiologistas, fisioterapeutas, fonoaudiólogos) e até mesmo, os dirigentes de clubes e/ou instituições afiliadas. (COLONNA, 2020)

1 OBJETIVOS

1.1 Objetivo Geral

- Identificar a prevalência e a incidência dos principais tipos de lesões ocorridas em praticantes de Judô.

1.1.1 Objetivos Específicos

- Identificar os principais tipos de lesões ocorridas em praticantes de Judô.
- Identificar a prevalência de lesões em praticantes de Judô.
- Reunir dados acerca da incidência de lesões em praticantes de Judô.
- Estabelecer as possíveis relações entre a ocorrência de lesão, tipos de lesão e características dos praticantes.

2 ARTIGO 1 - ANÁLISE DE LESÕES EM ATLETAS DE JUDÔ: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Analysis of injuries in Judo athletes: A systematic review

Running head: Injuries in Judo athletes

Marcelo José Colonna de Miranda^{1,2,4,5}; Yuri Rolim³; Giullio César Pereira Salustiano Mallen da Silva³; Vicente Pinheiro Lima³; Gustavo Casimiro-Lopes^{1,2}✉

¹Laboratório de Fisiopatologia do Exercício, Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brazil.

²Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brazil.

³Universidade Castelo Branco, Grupo de Pesquisa em Biodinâmica do Desempenho, Exercício e Saúde, Rio de Janeiro, RJ, Brazil.

⁴Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro, RJ, Brazil.

⁵Centro Universitário Augusto Motta, RJ, Brazil.

✉Corresponding author: Prof. Gustavo Casimiro Lopes

University of Rio de Janeiro State, Institute of Physical Education and Sports, Department of Gymnastics, Laboratory of Exercise Pathophysiology, Rua São Francisco Xavier, 524 - bloco F, sala 9110 – Rio de Janeiro, RJ, Brazil. CEP: 20.550-900

Phone: (+55021) 2334-1028

e-mail: gustavo.casimiro@gmail.com

Abstract. This article aimed to identify general characteristics, etiology, and location of injuries in Judo athletes. A systematic literature search was carried out up to July 2020 on the databases MEDLINE (via PubMed), LILACS (via BVS), and ScienceDirect to find studies that focused on the type, location, and causes of injuries in Judo athletes of both sexes and older than 18 years old. The following data were extracted from the studies: author/year, study country, sample size, competition level, injury type, location, and context of the injury. The methodological quality of the included studies was assessed by the Critical Appraisal Skills Programme (CASP) tool. A total of 725 studies were retrieved from the databases and 12 were selected. The selected studies involved athletes from national and international levels.

The situation of training and competition was the most cited context of injury. Considering injury etiology, the location was generalized in most of the studies and the more frequent injury types were: sprains, strains, dislocations, and fractures. In relation to severity, head and neck injuries were described in 66% of the studies. Our results suggest higher awareness related to technical learning strategies to Judo practitioners that is independent of skill level. Since injury etiology is a multifaceted process, increased efforts must be invested to lower or avoid more severe injuries that are more prone to produce negative outcomes like death or disabilities.

Keywords: Judo, Epidemiology, Prevention, Martial Arts, Sports, Athletes, Athletic Injuries, Musculoskeletal System.

Resumen. El objeto de este estudio consiste en identificar las características generales, etiología y ubicación de las lesiones en los deportistas de Judo. Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica sistemática hasta julio de 2020 en las bases de datos MEDLINE (a través de PubMed), LILACS (a través de BVS) y ScienceDirect para encontrar estudios que se centraran en el tipo, la ubicación y las causas de las lesiones en los atletas de Judo de ambos sexos y sexos mayores de 18 años. Se extrajeron los siguientes datos de los estudios: autor/año, país del estudio, tamaño de la muestra, nivel de competencia, tipo de lesión, ubicación y contexto de la lesión. La calidad metodológica de los estudios incluidos se evaluó mediante la herramienta *Critical Appraisal Skills Program (CASP)*. Se recuperaron un total de 725 estudios de las bases de datos y se seleccionaron 12. Los estudios seleccionados involucraron a deportistas de nivel nacional e internacional. La situación de entrenamiento y competición fue el contexto de lesión más citado. Teniendo en cuenta la etiología de la lesión, la ubicación fue generalizada en la mayoría de los estudios y los tipos de lesión más frecuentes fueron: esguinces, distensiones, luxaciones y fracturas. En relación con la gravedad, las lesiones de cabeza y cuello se describieron en el 66% de los estudios. Nuestros resultados sugieren una mayor conciencia relacionada con las estrategias de aprendizaje técnico para los practicantes de Judo que es independiente del nivel de habilidad. Dado que la etiología de las lesiones es un proceso multifacético, se deben invertir mayores esfuerzos para reducir o evitar lesiones más graves que son más propensas a producir resultados negativos como muerte o discapacidades.

Palabras clave: Judo, Epidemiología, Prevención, Artes Marciales, Deportes, Atletas, Traumatismos en Atletas, Sistema Musculo-esquelético.

Introduction

Judo was created in 1882 by Jigoro Kano. This martial art came from *Ju Jutsu* and is among one of the most practiced sports in the world. Judo is a physical and mental discipline (guided by the desires of the theme, history, principles, ideologies, and philosophy of life). Its fundamental principle is that, whatever the objective is, it will be more easily achieved through the maximum use of efficiency, mind, and body. This principle, applied in the practitioner daily lives, leads to a better and more rational life (Kano, 2008).

According to the International Judo Federation, Judo is practiced by more than 20 million athletes worldwide, represented by more than 200 countries (Pocecco et al., 2013). The advance in Judo practice has been gaining prominence in general. In a survey carried out in Japan, the number of adults doing sports at least once a week was 47.5% (Mizobuchi & Nagahiro, 2016). At the London 2012 Olympic Games, 383 athletes from 135 countries participated in the Games, which made Judo one of the three most popular sports of the Games (Frey et al., 2019).

However, the technical quality and excellence of high-level Judo require constancy, time, training, practice, adequate physical condition, and dedication. The height and strength of the Judo blows can be highly damaging to the opponent's physical integrity (Tola et al., 2020). In this sense, one of the consequences of the performance search that most disturb top athletes are injuries. Such anomalies can be caused by illness, trauma, or simply by playing sports, for example. Injuries from sports practice are quite common in the environment, causing discomfort and concern in athletes, coaches, and even in the managers. In addition to causing negative effects on the physical and emotional damage to the athletes, injuries cause financial loss to clubs and create difficulties for coaches in their training plans (Amorin et al., 1989).

The term injury can be described as a musculoskeletal symptom that causes an athlete to stop training or competing for more than 24 hours (Timpka et al., 2015). Regarding the type of injury (acute or chronic), they are the result of complex interactions between risk factors. Depending on the sport, injuries can be caused by intrinsic, extrinsic risk factors, or a combination of both (Santos et al., 2001). Besides, intrinsic risk factors are also associated, such as sex, age, diet, hydration level, physical condition, motor development, and psychological factors (Almeida, 1991; Rico et al, 2018). In an analogous condition, extrinsic factors are related to the organization of training and competition, type of equipment used, climatic conditions, technical specificity of each modality, and amount of training load (Almeida, 1991).

According to Meneses (1983), the lesions can be classified as typical and atypical. Typical injuries are those directly associated with sports practices, that is, those with the highest

incidence in sports, which affect more significantly than the atypical ones, occurring both in the training phase and in the competition phase. On the other hand, atypical injuries are those occasional (uncommon) to sports, that occur by accident.

The lack of epidemiological data regarding Judo injuries was partially addressed in the study of Pocecco et al. (2013). Nonetheless, there is still little systematic information related to injuries in Judo practitioners as a whole. In this case, we chose to analyze adult competitive practitioners from different skill levels. Therefore, this study aimed to identify general characteristics, etiology, and location of injuries in Judo athletes.

Methods

Inclusion and exclusion criteria

Epidemiological studies were included in this review, according to the PECO methodology, which include: adult professionals of classical ballet of both genders whose outcome is the prevalence and incidence of musculoskeletal injuries resulting from the time of exposure to the sport. Review articles, case studies, biomechanical studies, surgical studies, publications from conferences, congresses and submissions on the date of the search were excluded.

Eligibility criteria

We included epidemiological studies whose outcome was the musculoskeletal injuries resulting from the time of exposure to Judo on professionals Judo athletes over 18 years old of both sexes. Review articles, case studies, biomechanical studies, surgical studies, publications from conferences and congresses were excluded.

Search strategy

A systematic search without language or time filters was performed in three databases (MEDLINE/PubMed, LILACS/BVS, and ScienceDirect) with the last update on July 2020. We used the following search phrase: ((injury [Title/Abstract]) OR (injuries [Title/Abstract])) AND (judo [Title/Abstract]). All references tracked by the search were exported to a shared Endnote library. Two independent authors performed the search, exclusion of duplicates, inspection of titles and abstracts, and screening of the full texts. Any disagreement during the analysis was sent to another author for consensus. Then, the full version of the studies was analyzed and we excluded those that did not meet the inclusion criteria.

Methodological quality

The methodological quality of the studies included in this systematic review was assessed by the Critical Appraisal Skills Programme (CASP) tool, available at: <http://www.casp-uk.net/casp-tools-checklists>. This tool aims to analyze possible quality problems and methodological biases in each research. The CASP is composed of 12 domains for clarifying the levels that must be answered with “yes”, “no”, and “I cannot say”, totaling a final score that can be classified as: high quality (10 to 12), moderate quality (7 to 9), and low quality (0 to 6), as recommended by Smith et al. (2016). Each domain has its objective and criteria for a result. Two evaluators were responsible for addressing conflicts of interest that could impair the quality of the studies and a third evaluator was required to resolve any disagreement during the evaluation.

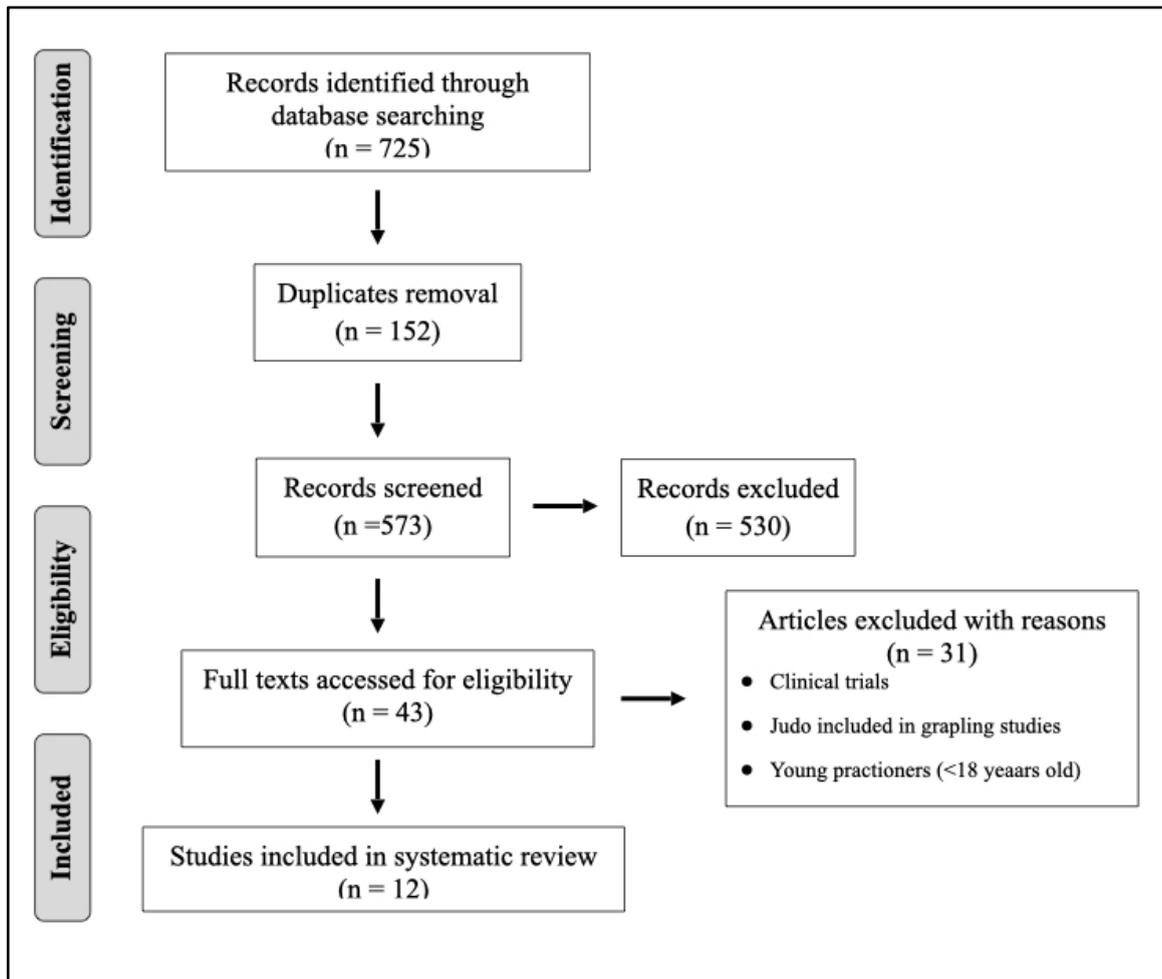
Data extraction

To characterize the sample, data on nationality, age, sex, and sample size were extracted. For the extraction of results, data on the frequency of the lesion and the anatomical region where the lesion occurred were extracted.

Results

In total, 725 studies found the following articles according to consulted database: PUBMED - 150; Virtual Health Library - 40 and Science Direct - 537. After using the selection criteria 12 studies were included in the systematic review (Figure 1).

Figure 1. PRISMA flowchart for systematic review



Among selected records most selected studies involved athletes from national and international level and the majority of publications came from Brazil (4 studies), France (3 studies), Japan (2 studies). Korea, USA and UK contributed equally with one study each. (Table 1)

Tabela 1 - Characterization of studies.

<i>Author</i>	<i>Study origin</i>	<i>Sample size</i>	<i>Competition level</i>
Nakazawa et al, 2020	Japan	75	National
Souza et al, 2006	Brazil	93	State
Manzato et al, 2017	Brazil	111	State
Kim et al, 2015	Korea	144	National
Kamitani et al, 2013	Japan	10	National/ International
Green et al, 2007	UK	392	National
Frey et al, 2019	France	316,203	National/ International
Frey et al, 2004	France	56,059	Regional/ International
Carazzato et al, 1996	Brazil	129	State/ International
Akoto et al, 2017	France	4,659	National/ International
Alizai et al, 2019	USA	390	Olympic
Barsottini et al, 2008	Brazil	46	Regional

Half of the studies were published in the last five years and the situation of training/competition was the most cited context. Considering injury etiology, the location were generalized in most studies and the more frequent injury types were: sprains, strains, dislocations and fractures. In relation to severity head/ neck injuries were described in 66% (8 out of 12) of studies as showed in Table 2.

Table 2 - Data extraction related with injury type, location, and context of occurrence.

<i>Author</i>	<i>Injury type</i>	<i>Location</i>	<i>Context</i>
Nakazawa et al, 2020	Sprain, fractures, dislocation, pain, others	Shoulder, ankle, knee, forearm, low back, elbow, toe, others	Throwing, grappling, fall down, collision, others
Souza et al, 2006	Sprain, contusion, strain, ligament injury, partial dislocation, total dislocation, meniscus injury, fracture, incision, tendon rupture	Shoulder, arms, hands/ fingers, column, thighs, knees, ankle, feet, rib, others	Training, competition, physical conditioning, others
Manzato et al, 2017	Myotendinous, articular, bone	Head, legs, trunk, arms	Training, accident, physical conditioning

Kim et al, 2015	N/A	Cervical spine, shoulder, arms, elbow, forearm, wrists, hand, finger, ribs, upper/ lower back, pelvis, hip, thigh, knee, ankle, foot	Training, competition, physical conditioning
Kamitani et al, 2013	Acute subdural hematoma, cerebral contusion, subarachnoid hemorrhage	Head/ neck	Training
Green et al, 2007	Cut, bruising, burn, fracture, sprain, strain, other	Head/ neck, shoulders, fingers, elbow, trunk, knee, ankle, foot	Training
Frey et al, 2019	Muscle injury, sprain, fracture, dislocation, concussions	Head/ neck, trunk, low back, glenoid, meniscus, wrist, elbow, foot	Competition
Frey et al, 2004	Sprain, fracture, luxation	Head/ neck, trunk, upper/ lower limb, column, elbow, foot	Training, competition, physical conditioning
Carazzato et al, 1996	Sprain, contusion, strain, ligament injury, partial dislocation, total dislocation, meniscus injury, fracture, incision, tendon rupture	Cervical spine, shoulder, arms, elbow, forearm, wrists, hand, finger, ribs, upper/ lower back, pelvis, hip, thigh, knee, ankle, foot	Training, competition, physical conditioning
Akoto et al, 2017	Muscle injury, sprain, fracture, dislocation, concussions	Head/ neck, trunk, low back, glenoid, meniscus, wrist, elbow, foot	Training, competition, physical conditioning
Alizai et al, 2019	Tendon and ligament injury	Upper limbs	Competition
Barsottini et al, 2008	Sprain, contusion, strain, ligament injury, partial dislocation, total dislocation, meniscus injury, fracture, tendon rupture	Shoulder, arms, hands/ fingers, column, thighs, knees, ankle, feet, rib, others	Training

N/A - not applicable.

Selected studies showed moderate to high methodological quality when evaluated by CASP tool. However, 91,6% of studies (11 out of 12) presented “no” as answer to question number 8 that is related to data analysis rigour. (Table 3)

Table 3 - Table 3. Methodological quality of selected studies using CASP method.

<i>Studies</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5(a)</i>	<i>5(b)</i>	<i>6(a)</i>	<i>6(b)</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>	<i>Score</i>
Akoto et al, 2017	Y	Y	Y	CT	Y	Y	NI	NI	Y	N	Y	N	Y	Y	8
Alizai et al, 2019	Y	Y	Y	Y	Y	Y	NI	NI	Y	N	Y	Y	Y	Y	10
Barsottini et al, 2006	Y	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	N	Y	Y	Y	Y	8
Carazzato et al, 1996	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	N	Y	N	N	Y	9
Frey et al, 2004	Y	Y	Y	CT	CT	CT	Y	Y	Y	N	Y	N	CT	Y	7
Frey et al, 2019	Y	Y	Y	Y	CT	CT	Y	Y	Y	N	Y	N	Y	Y	9
Green et al, 2006	Y	Y	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	Y	Y	Y	Y	10
Kamitami et al, 2013	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	N	Y	Y	Y	Y	11
Kim et al, 2015	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	N	Y	Y	Y	Y	11
Manzato et al, 2017	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	Y	12
Nakazawa et al, 2020	Y	NI	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	Y	Y	N	Y	8
Souza et al, 2006	Y	Y	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	Y	Y	Y	Y	10

Questions: 1 - Did the study address a clearly focused issue?; 2 - Was the cohort recruited in an acceptable way?; 3 - Was the exposure accurately measured to minimise bias?; 4 - Was the outcome accurately measured to minimise bias?; 5 - (a) Have the authors identified all important confounding factors?; (b) Have they taken account of the confounding factors in the design and/or analysis?; 6 - (a) Was the follow up of subjects complete enough?; (b) Was the follow up of subjects long enough?; 7 - What are the results of this study?; 8 - How precise are the results?; 9 - Do you believe the results?; 10 - Can the results be applied to the local population?; 11 - Do the results of this study fit with other available evidence?; 12 - What are the implications of this study for practice? Legends: Y - yes; N - no; CT - Can't tell; NI - not informed; Mod - Moderate.

Discussion

The present systematic review aimed to identify general characteristics, etiology, and location of injuries in Judo athletes. The main findings of this study described generalized injury sites from broad etiologies, with athletes suffering from injuries both in training and in competition situations. The most frequent injury types were sprains, strains, dislocations, and fractures. Moreover, head and neck were the most common location of injuries among the included studies.

Additionally, the competition level ranged from regional to international, including Olympic athletes. Some possibilities could be raised to explain the occurrence of injuries even among high-level Judo athletes since increased training loads together with decreased rest periods can be a relevant factor (Kreher & Schwartz, 2012). Besides, aggressive weight loss protocols could also play a role (Rico et al., 2018).

Although some articles report safety in Judo practice (Maciejewski & Callanta, 2016; Cruz, 1997), even with the existence of minor injuries, many studies have reported the incidence of acute subdural hematoma in Judo practitioners, and with high mortality rate (Koiwai, 1981; Koshida et al., 2016; Mizobuchi & Nagahiro, 2016; Murayama et al., 2013; Murayama et al., 2014; Shingu et al., 1994; Uchida, 2011; Yokota & Ida, 2016). Mizobuchi and Nagahiro (2016) observed that regarding death or severe disability during physical activities, Judo surpasses other contact sports normally described as high-injury risk activities like rugby and boxing. The mechanisms involved in these outcomes seem to be related to rotational acceleration during falls that produce increased forces inside brain structures leading to major trauma.

Judo throws were created to allow practitioners to fall safely in the mat as a strategy to avoid the risk of injury (i.e.: ukemi). However, some of these techniques can impair some of these protective mechanisms. In this regard, Osoto-gari and Uchi-mata present higher requirements of biomechanical skills making safe falls more difficult to be performed (Kamitani et al., 2013).

Bearing in mind that the type of injury is directly associated with the specificity of the sport, as well as with some factors that can be controlled by the athletes themselves, by their coaches, or in most cases, by both, and knowing that Judo is a contact sport, we can suggest that your athletes are more prone to injuries (Santos et al, 2001). However, according to Cruz (1997), in the judo competitions held in Portugal, the incidence of injuries showed a low level of severity during the competitive period. On the other hand, studies such as Lima et al (1998) and Lima & Nogueira (1998) identified injuries in judo athletes during some competitions and

highlighted that the injuries occurred in beginning judo athletes, that is, those who were between one and / or two years old of practice.

As we saw earlier, Judo, being a contact sport, is more prone to injury risk. Some studies have correlated the highest incidence of injuries, such as Nakazawa et al. (2020), who studied 75 judo athletes affiliated with a club in Ulaanbaatar, Mongolia, the majority from high school (85%). It was observed that 39% of current injuries and 25% of old injuries. In the study, the most frequent injuries were sprains, followed by fractures, with a higher incidence in the shoulders, followed by the knee and ankle.

Another study that studied the incidence of injuries in Judo was the study by Oliveira & Pereira, (2008), which analyzed 30 (thirty) athletes affiliated with Judo in the West Zone of Rio de Janeiro. The study found that 91.43% of athletes reported some type of injury during the practice of Judo, thus confirming the high incidence of injuries. The joint with the highest incidence of injuries was the shoulder with 36%, followed by the knees and hands, with 32% each. Among the most frequent injuries, contusion stood out with 26.32%, followed by sprains and muscle injuries with 17.54% each, fractures 15.79%, tendonitis 14.04% and dislocations 8.77%, ratifying the high incidence of injuries in Judo practitioners.

The study by Maciejewski and Callanta (2016) is noteworthy where the authors analyzed one-hundred ninety two Judo athletes from the Philippines, among boys and girls, who competed in four divisions, during a national competition, in Manila, in 2009, and found that, Judo it is a relatively safe activity for young adults and children because, according to the study, training variables, such as frequency and duration, did not influence the occurrence of injuries.

In another study, Barsottini et al. (2006) investigated athletes from different Judo teams in the city of São José dos Campos - SP, and in national competitions during 2004. The authors separated the injuries into mild, moderate and severe. In order to classify them as minor injuries, the authors considered not to leave training and/ or competitions. For injuries classified as moderate, the withdrawal from training and/ or competition. And for injuries classified as serious, the authors considered the removal of at least one training and/ or competition. The study concluded that with respect to the severity of the injuries, 10% were classified as mild, 9% as moderate, and 64% of the injuries were severe. The study also grouped the data in relation to training and competition situations. During training, minor injuries accounted for 8%, moderate injuries for 9% and serious injuries for 54%. During competitions, light injuries were 5%, moderate 2% and serious injuries 22%.

The limitations of the present review were the limited number of studies that met the inclusion criteria, the few types of injuries analyzed, and the high heterogeneity among the

included studies. Moreover, most studies presented some threats to external validity, mainly related to data analysis rigor. Besides, the search was performed in three electronic databases. Although MEDLINE, LILACS, and Science Direct index a great number of scientific journals globally, some articles published in other journals that address this issue may not have been included in this review.

Conclusion

The present systematic review showed that injuries occurred in both training and competition circumstances. Sprains, strains, dislocations, and fractures were the most frequent injury types. Furthermore, the most cited location of injuries was head and neck. Our results suggest higher awareness related to technical learning strategies to Judo practitioners that is independent of skill level. Since injury etiology is a multifaceted process, increased efforts must be invested to lower or avoid more severe injuries that are more prone to produce negative outcomes like death or disabilities.

References

- Akoto, R., Lambert, C., Balke, M., Bouillon, B., Frosch, K. H., & Höher, J. (2018). Epidemiology of injuries in judo: a cross-sectional survey of severe injuries based on time loss and reduction in sporting level. *British Journal of Sports Medicine*, 52(17), 1109–1115. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096849>
- Alizai, H., Engebretsen, L., Jarraya, M., Roemer, F. W., & Guerhazi, A. (2019). Elbow injuries detected on magnetic resonance imaging in athletes participating in the Rio de Janeiro 2016 Summer Olympic Games. *Journal of Computer Assisted Tomography*, 43(6), 981–985. <https://doi.org/10.1097/RCT.0000000000000929>
- Almeida, J. P. P. (1991). Programa de prevenção de lesões no desporto. *Treino Desportivo*, 19, 38–42.
- Amorin, J., Morais, N., Oliveira, R., & Mamede, R. P. (1989). Lesões dos tecidos moles: perspectiva para treinadores. *Treino Desportivo*, 11, 47–54.
- Barsottini, D., Guimarães, A. E., & Morais, P. R. (2006). Relationship between techniques and injuries among judo practitioners. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 12(1), 48e–51e. <https://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922006000100011>
- Carazzato, J. G., Cabrita, H., & Castropil, W. (1996). Repercussão no aparelho locomotor da prática do judô de alto nível: estudo epidemiológico. *Revista Brasileira de Ortopedia*, 31(12), 957–968.
- Cruz, F. S. (1997). Lesões traumáticas no Judô. *Revista Portuguesa de Medicina Desportiva*, 82(15), 109–114.
- Kano, J. (2008). *Judô Kodokan / Jigoro Kano*. São Paulo: Cultrix.
- Frey, A., Lambert, C., Vesselle, B., Rousseau, R., Dor, F., Marquet, L. A., Toussaint, J. F., & Crema, M. D. (2019). Epidemiology of judo-related injuries in 21 seasons of competitions in France: A prospective study of relevant traumatic injuries. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*, 7(5), 2325967119847470. <https://doi.org/10.1177/2325967119847470>
- Frey, A., Rousseau, D., Vesselle, B., Hervouet Des Forges, Y., & Egoumenides, M. (2004). Medical surveillance in judo competition: nine seasons. *Journal de Traumatologie du Sport*, 21(2), 100–109. [https://doi.org/10.1016/S0762-915X\(04\)97390-1](https://doi.org/10.1016/S0762-915X(04)97390-1)
- Galvão, T. F., Pansani, T. S. A., & Harrad, D. (2015). Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 24(2), 335–342. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200017>
- Green, C. M., Petrou, M. J., Fogarty-Hover, M. L., & Rolf, C. G. (2007). Injuries among judokas during competition. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 17(3), 205–210. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2006.00552.x>

- Kamitani, T., Nimura, Y., Nagahiro, S., Miyazaki, S., & Tomatsu, T. (2013). Catastrophic head and neck injuries in judo players in Japan from 2003 to 2010. *The American Journal of Sports Medicine*, 41(8), 1915–1921. <https://doi.org/10.1177/0363546513490662>
- Kim, K. S., Park, K. J., Lee, J., & Kang, B. Y. (2015). Injuries in national Olympic level judo athletes: an epidemiological study. *British Journal of Sports Medicine*, 49(17), 1144–1150. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2014-094365>
- Koiwai, E. K. (1981). Fatalities associated with Judo. *The Physician and Sportsmedicine*, 9(4), 61–66. <https://doi.org/10.1080/00913847.1981.11711056>
- Koshida, S., Ishii, T., Matsuda, T., & Hashimoto, T. (2017). Kinematics of judo breakfall for osoto-gari: Considerations for head injury prevention. *Journal of Sports Sciences*, 35(11), 1059–1065. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1210194>
- Kreher, J. B., & Schwartz, J. B. (2012). Overtraining syndrome: a practical guide. *Sports Health*, 4(2), 128–138. <https://doi.org/10.1177/1941738111434406>
- Lima, A. G. T., Nogueira, J. I. C.; Rocha, V. M. (1998). Incidência de lesões em judocas amadores (Resumo). Anais do 6º Congresso de Educação Física de Países da Língua Portuguesa, La Corunã.
- Lima, A.G.T., & Nogueira, J.I.C. (1998). Incidência de lesões em judocas do sexo feminino (Resumo). Anais da 50ª Reunião Anual da SBPC. Natal.
- Maciejewski, R., & Callanta, H. (2016). Injuries and training variables in Filipino judo athletes. *Biomedical Human Kinetics*, 8(1), 165–172. <https://doi.org/10.1515/bhk-2016-0024>
- Manzato, A. L. G., Camargo, H. P., Graças, D., Martinez, P. F., & Oliveira Júnior, S. A. (2017). Musculoskeletal injuries in judo practitioners. *Fisioterapia e Pesquisa*, 24(2), 127–134. <https://dx.doi.org/10.1590/1809-2950/16325024022017>
- Meneses, J. J. S. (1983). *O esporte ... suas lesões*. Rio de Janeiro: Palestra Edições Desportivas.
- Mizobuchi, Y., & Nagahiro, S. (2016). A review of sport-related head injuries. *Korean Journal of Neurotrauma*, 12(1), 1–5. <https://doi.org/10.13004/kjnt.2016.12.1.1>
- Murayama, H., Hitosugi, M., Motozawa, Y., Ogino, M., & Koyama, K. (2013). Simple strategy to prevent severe head trauma in Judo. *Neurologia Medico-Chirurgica*, 53(9), 580–584. <https://doi.org/10.2176/nmc.0a2012-0333>
- Murayama, H., Hitosugi, M., Motozawa, Y., Ogino, M., & Koyama, K. (2014). Rotational acceleration during head impact resulting from different judo throwing techniques. *Neurologia Medico-Chirurgica*, 54(5), 374–378. <https://doi.org/10.2176/nmc.0a.2013-0227>

- Nakazawa, R., Sakamoto, M., Dambadarjaa, B., Khuyagbaatar, E., & Khadbaatar, A. (2020). Fact-finding survey regarding judo-related injuries of judokas in developing country. *Journal of Physical Therapy Science*, 32(2), 161–165. <https://doi.org/10.1589/jpts.32.161>
- Oliveira, TS, Pereira, JS. (2008) Frequency of articulation injuries in judo practicing. *Fit. & Perf. J.*; 7(6) : 375 - 9.
- Poecoco, E., Ruedl, G., Stankovic, N., Sterkowicz, S., Del Vecchio, F. B., Guttierrez-Garcia, C., ... Burtsher, M. (2013). Injuries in judo: A systematic literature review including suggestions for prevention. *British Journal of Sports Medicine*, 47(18), 1139–1143. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2013-092886>
- Rico, B. C., Monteiro, L. F., Laín, S. A., & García, J. M. G. (2018). Comparación de las variaciones de la composición corporal entre judokas y luchadores hidratados Vs deshidratados. *Retos*, 33, 10–13. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.52857>
- Santos, S. G., Duarte, M. F. S., & Galli, M. L. (2001). Estudo de algumas variáveis físicas como fatores de influência nas lesões em judocas. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 3(1), 42–54.
- Shingu, H., Ikata, T., Katoh, S., & Akatsu, T. (1994). Spinal cord injuries in Japan: a nationwide epidemiological survey in 1990. *Spinal Cord*, 32, 3–8. <https://doi.org/10.1038/sc.1994.2>
- Souza, M., Monteiro, H., Del Vecchio, F., & Gonçalves, A. (2006). Referring to judo's sports injuries in São Paulo State Championship. *Science & Sports*, 21(5), 280–284. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2006.06.002>
- Timpka, T., Jacobsson, J., Ekberg, J., Finch, C. F., Bichenbach, J., Edouard, P., Bargoria, V., Branco, P., & Alonso, J. M. (2015). Meta-narrative analysis of sports injury reporting practices based on the Injury Definitions Concept Framework (IDCF): A review of consensus statements and epidemiological studies in athletics (track and field). *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(6), 643–650. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.11.393>
- Tola, O., Pereira, L. G., Cruz, M. G., Navarro, J. R. S., Mieres, A. F., & Duque, M. R. (2020). Sistema de ejercicios específicos dirigidos al mejoramiento de la resistencia específica en la ejecución de la técnica de judo ippon seoi nage. *Retos*, 37, 247–257. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.70924>
- Uchida, R. (2011). Deaths during the judo classes and activities conducted under the supervision of schools in Japan; from 1983 to 2009. All cases listed and analyzed. Aichi University of Education. http://judojiko.net/eng/wp-content/uploads/2011/01/en_judo_data110110.pdf
- Yokota, H., & Ida, Y. (2016). Acute subdural hematoma in a judo player with repeated head injuries. *World Neurosurgery*, 91, 671.e1–671.e6713. <https://doi.org/10.1016/j.wneu.2016.03.101>

3 ARTIGO 2 - AVALIAÇÃO DOS MECANISMOS DE LESÃO EM ATLETAS DE JUDÔ: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Avaliação dos mecanismos de lesão em atletas de Judô: uma revisão sistemática

Evaluation of injury mechanisms in Judo athletes: a systematic review

Evaluación de los mecanismos de lesión en deportistas de judo: una revisión sistemática

, ***, *Marcelo José Colonna de Miranda, **Yuri Rolim, ****Giullio César Pereira Salustiano Mallen da Silva, *Juliana Brandão Pinto de Castro, *Rodolfo de Alkmim Moreira Nunes, ****Rodrigo Gomes de Souza Vale, ***Vicente Pinheiro Lima, *Gustavo Casimiro-Lopes**

***Universidade do Estado do Rio de Janeiro (Brasil), **Universidade Castelo Branco (Brasil),
Universidade Estácio de Sá (Brasil), *Centro Universitário Augusto Motta (Brasil)**

Corresponding author: Prof. Dr. Gustavo Casimiro Lopes

Address: Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Laboratório de Fisiopatologia do Exercício – Rua São Francisco Xavier, 524, Pavilhão João Lira Filho, Bloco F, 9º andar, sala 9110, Maracanã, Rio de Janeiro, RJ, Brasil, CEP: 20550-900

Phone: (+55021) 2334-1028

E-mail: gustavo.casimiro@gmail.com

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados encontrados até o presente momento indicam uma tendência à ocorrência de lesões em situações de treinamento e/ou competições. Essa incidência é relativamente recente (artigos publicados nos últimos 05 anos) sendo verificada em mais da metade dos artigos analisados. Na maioria dos estudos, o local das lesões foi generalizado, e apresentando como as mais frequentes, os tipos: entorses, distensões, luxações e fraturas.

Entretanto, destaco que, ao analisar os artigos, encontrei que em relação à gravidade das lesões, uma delas me chamou atenção: a lesão de cabeça / pescoço. Em 08 artigos dos 12 analisados, esse tipo de lesão foi descrita, com uma forte correlação desse tipo com uma taxa significativa de óbitos.

Cabe salientar que, por se tratar de uma lesão com uma gravidade muito alta, os professores devem estar atentos aos procedimentos metodológicos empregados durante os treinamentos, com o objetivo de minimizar a ocorrência deste tipo de lesão, o que vem ao encontro da postura adotada pela entidade máxima do Judô no Japão, a qual lançou um programa nacional de segurança (com lançamento de um manual) que foi adotado, recentemente, pela Confederação Brasileira de Judô.

REFERÊNCIAS

ADNET, Julio. **Judô: luta dos fortes**. Brasília: Printer, 1993.

ALMEIDA, J. P. P. Programa de prevenção de lesões no desporto. **Treino Desportivo**, Lisboa, v. 19, p. 38-42, 1991.

AMORIN, J.; MORAIS, N.; OLIVEIRA, R.; MAMEDE, R.P. Lesões dos tecidos moles: perspectiva para treinadores. **Treino Desportivo**, Lisboa, v. 11, p. 47-54, 1989.

BALCH, M. J.; SCOTT, D. Contrary to popular belief, refs are people too! Personality and perceptions of officials. **Journal of Sport Behavior**, Mobile, v. 30, n.1, p. 3-20, 2007.

BARSOTTINI, Daniel; GUIMARÃES, Anderson Eduardo; MORAIS, Paulo Roberto. Relação entre técnicas e lesões em praticantes de judô. **Rev Bras Med Esporte**, v. 12, n. 1, jan./fev. 2006.

BELART, M.; RANCÉ, L. **Nivell Lindar per a escolars (8-14 anys)**. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1991.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.

BRASIL. Presidência da República. **Lei 9.615 de 24 de março de 1998**. Institui normas gerais sobre desporto e dá outras providências. Brasília: Palácio do Planalto, 1998.

BRITO, Antonio de Paula. **A psicologia do desporto como ciência e como prática**. Braga: Lusografe, 1996.

BRITO, Antonio de Paula. **Psicologia do desporto: panorâmica, desenvolvimento, principais áreas e aplicações**. investigação a nível internacional e em Portugal. Lisboa: Ludens, 1990.

CALLEJA, Carlos Catalano. **Caderno técnico-didático de judô**. Brasília. MEC, Secretaria de Educação Física e Desportos, 1989.

CALLEJA, Carlos Catalano. **Contribuição para o estudo e interpretação das regras internacionais de Judô**. 1981. 335 f. Dissertação (Mestrado) - Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo, São Paulo, 1981.

CALLEJA, Carlos Catalano. Comparação de traços de comportamento e dos níveis de stress e ansiedade-estado entre judocas de alto nível e árbitros internacionais. **Revista Brasileira de Ciências e Movimento. São Caetano do Sul**, v. 5, n. 4, p. 25, 1991.

CALMET, M.; TREZEL, N.; AHMAIDI, S. Survey of system of attacks by judoka in regional and interregional matches. **Perceptual and Motor Skills**, Missoula, v. 103, p. 835-840, 2006.

CAPINUSSU, José Mauricio. **Administração e marketing nas academias de ginástica**. São Paulo: Ibrasa, 1989.

CARAZZATO, J. G., ROSSI, J. P.; FONSECA, B. B.; FREITAS, H. F. G.. Equipe médica do comitê olímpico brasileiro: atendimento médico desportivo. **Revista Brasileira de Medicina Esportiva**, v. 1, n. 3, p. 69-79, 1995.

- CARVALHO, A. de Mello. **Violência no desporto**. Portugal: Horizontes, 1985.
- COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. **Material didático das aulas das disciplinas de Judô, Metodologia do Ensino do Judô, Aprofundamento em Judô I e Aprofundamento em Judô II**. Rio de Janeiro: Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2008.
- COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. **Material didático das aulas da disciplina de Lutas**. Rio de Janeiro. Centro Universitário Augusto Motta, 2015.
- COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. **Material de apoio científico**. Rio de Janeiro. Centro Universitário Augusto Motta, 2018.
- COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. Judô foi o esporte que mais trouxe medalha para o Brasil. In: COMITÊ OLÍMPICO BRASILEIRO. **Distribuição das medalhas olímpicas por modalidades**. [S.l.: COB, 2016]. Disponível em: <https://www.cob.org.br/>. Acesso em: 16 jun. 2020.
- COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. **Relato de experiências como Árbitro Internacional da Confederação Brasileira de Judô – CBJ**. Rio de Janeiro: CBJ, 2020.
- COLONNA, Marcelo José C. de Miranda. **Relato de experiências como Árbitro Internacional da Federação de Judô do Estado do Rio de Janeiro – FJERJ**. Rio de Janeiro, FJERJ, 2020.
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JUDÔ. **Manual de arbitragem**. 2014
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JUDÔ. **Explicação detalhada das regras de arbitragem de Judô**. 2018
- CUNHA, Luis Antonio. Notas para leitura da teoria da violência simbólica. **Educação e sociedade**, [Campinas], n. 4, 1985. CEDES.
- CRUZ, F. S.. Lesões Traumáticas no Judô. **Rev. Portuguesa de Medicina Desportiva**, v. 82, n. 15, p. 109–114, 1997.
- DA COSTA, Lamartine (org.). **Atlas do Esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: CONFEEF, 2006.
- DE CRÉE, Carl, Effects of rapid reduction of body mass on performance indices and proneness to injury in judokas. A Critical Appraisal from Historical, Gender-Comparative and Coach Perspective. **Isamed Journals**. Open Access Journal of Exercise and Spots Medicine. v. 1, n. 1, 2017.
- DOHMEN, T. J. The influences of social forces: Evidences from the behavior of football referees. **Economic Inquiry**, Spring, v. 46, n. 3, p. 411-424, 2008.
- DOSSEVILLE, F.; LABORDE, S.; RAAB, M. Contextual and Personal Motor Experience Effects in Judo Referees' Decisions. **The Sport Psychologist**, Champaign, v. 25, n. 1, p.67-81, 2011.
- ESPORTE. In: DICIO, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7 Graus, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/esporte/>. Acesso em: 11 jul. 2020.

- ESPORTE. In: MICHAELIS, **Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa**. Editora Melhoramentos, 2020. Disponível em: <http://michaelis.uol.com.br/busca/esporte>. Acesso em 11 jul. 2020.
- FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ [FPJ]. Regras de Arbitragem de Judô. 9. ed. São Paulo: Federação Paulista de Judô, 2011.
- FRANCHINI, E. **Judô: desempenho competitivo**. Barueri: Manole, 2001.
- FRANCHINI, E. **Judô: desempenho competitivo**. 2. ed. Barueri: Manole, 2010.
- FREY, A.; LAMBERT, C.; VESSELLE, B.; ROUSSEAU, R.; DOR, F.; MARQUET, L.A.; TOUSSAINT, J.F.; CREMA, M.D. Epidemiology of Judo-Related Injuries in 21 Seasons of Competitions in France. **The Orthopaedic Journal of Sports Medicine**, v. 7, n. 5, 2019.
- GAMA, Raimundo João. **Michi: o caminho do guerreiro**. Rio de Janeiro: Esteio, 1997.
- GONÇALVES, Oscar F. **Desporto psicológico: dos limites à transcendência do corpo**. Braga: Lusografe, 1996.
- GUEDES, Onacir Carneiro (org.). **Esporte & Psicologia: aplicações e práticas**. João Pessoa: UNIPÊ, 2001.
- GUEDES, Onacir Carneiro (org.). **Atividade física e esportes: contextos e perspectivas evolutivas**. João Pessoa: UNIPÊ, 2001.
- GUEDES, Onacir Carneiro (org.). **Judô: evolução técnica e competição**. João Pessoa: Idéias, 2001.
- GUILLEN, F.; FELTZ, D. L. A conceptual model of referee efficacy. **Frontiers in Psychology**, Pully, v. 2, n. 25, p. 1-5, 2011.
- GUTIÉRREZ-SANTIAGO, A.; PRIETA, I.; CANCELA, J.; AYÁN, C. Análisis del error en la técnica de judo koshi guruma mediante t-patterns / The error analysis of koshi guruma judo throw using t-patterns. **Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte**, v. 14, n. 55, p. 393-407, 2014.
- HANDA, Tomoo. **O Imigrante japonês: história da sua vida no Brasil**. São Paulo: Centro de Estudos Nipo-Brasileiros, 1987.
- HACK, J.; MEMMERT, D.; RUPP, A. Attentional mechanisms in sports using brainelectrical event-related potentials. **Research Quarterly for Exercise and Sports**. Washington, v. 80, n. 4, p. 727-738, 2009.
- HEMATOMA subdural. In: WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre. Flórida: Wikimedia Foundation, 2020. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Hematoma-subdural&oldid=57513909>. Acesso em: 04 ago. 2020.
- INOKUMA, I.; SATO, N. **Best Judo**. 4th. ed. Tokyo: Kodansha International LTD, 1982.
- INTERNATIONAL JUDO FEDERATION. **Sport and Organization Rules of the International Judô Federation**. [S.l.: IJF], 2019.
- INTERNATIONAL JUDO FEDERATION . **IJF Referee Rules**. [S.l.: IJF], 2010

- INTERNATIONAL JUDO FEDERATION . **IJF Referee manual introduction**: qualities of referee. [S.l.: IJF], 2011.
- KAMITANI, Takeshi; NIMURA, Yuji; NAGAHIRO, Shinji; MIYAZAKI, Seiji; TOMATSU, Taisuke. Catastrophic Head and Neck Injuries in Judo Players in Japan From 2003 to 2010. **The American Journal of Sports Medicine**, v. 41, n. 8, 2013.
- KANAYAMA, D. **Manual de arbitragem de judô**. São Paulo: Federação Paulista de Judô, 2004.
- KEIZI, Minami. **Manual do Judô**. Osasco: Cosmos Editorial Ltda., 1993.
- KANO, Jigoro. **Judô Kodokan**. Publicado sob a supervisão do Kodokan Editorial Committee; traduzido por Wagner Bull. São Paulo: Cultrix, 2008.
- KOIWAI, E. K. Fatalities Associated With Judo, **The Physician and Sportsmedicine**, v. 9, n.4, p 61-66, 1981.
- KOSHIDA, S.; ISHI, T.; MATSUDA, T.; HASHIMOTO, T., Kinematics of Judô breakfall for Osotogari: Considerations for head injury prevention. **Journal of Sports Sciences**, 2016.
- KUPRIAN, W.. **Fisioterapia nos esportes**. São Paulo: Manole, 1989.
- LASSERE, R. **Judô: manual prático**. São Paulo: Mestre Jou, 1969.
- LEHNERT, Alfons. **A preparação para competições importantes**. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva, 1998.
- LESÃO. *In*: DICIO, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7 Graus, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/lesao/>. Acesso em: 04 jul. 2020.
- LESÃO. *In*: MICHAELIS. **Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa**. Editora Melhoramentos, 2020. Disponível em: <http://michaelis.uol.com.br/busca/lesao>. Acesso em: 04 jul. 2020.
- LIMA, A. G. T., NOGUEIRA, J. I. C.; ROCHA, V. M.. Incidência de lesões em judocas amadores (Resumo). *In*: CONGRESSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE PAÍSES DA LÍNGUA PORTUGUESA, 6., 1998, La Coruña. **Anais...** [La Coruña: s.n.], 1998.
- LIMA, A.G.T.; NOGUEIRA, J.I.C.. Incidência de lesões em judocas do sexo feminino (Resumo). *In*: REUNIÃO ANUAL DA SBPC, 50., 1998, Natal, RN. **Anais...** Natal: [s.n.], 1998.
- MACIEJEWSKI, Reylin; CALLANTA, Hercules. Injuries and training variables in Filipino Judo athletes. **Biomedical Human Kinetics**, v. 8, p. 165–172, 2016.
- MACMAHON, C. et al. Decision- making skills and deliberate practice in elite association football referees. **Journal of Sports Sciences**, London, v. 25, n. 1, p. 65-78, 2007.
- MATTAR, E. A.; SILVA, J. P. **Recomendações aos árbitros**. Departamento de arbitragem. Rio de Janeiro: Confederação Brasileira de Judô, 2004.
- MENESES, J.J.S. **O esporte ... suas lesões**. Rio de Janeiro: Palestra Edições Desportivas, 1983.

- MESQUITA, Chuno Wanderlei. **Identificação de incidências autoritárias existente na prática do judô e utilizada pelo professor**. Dissertação (Mestrado) - E.E.F.D., Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 1994.
- MESQUITA, Chuno Wanderlei. **Judô... Da reflexão à competição: o caminho suave**. 1. ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2014.
- MEKSENAS, Paulo. **Sociologia da educação**. São Paulo: Loyola, 1995.
- MICHAUD, Ives. **A violência**. São Paulo: Ática, 1989.
- MIRANDA, Mário Luiz. **Respostas psicofisiológicas na arbitragem do Judô: efeitos da experiência dos árbitros e do nível das competições**. Dissertação (Mestrado) – Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.
- MIZOCUCHI, Yoshifumi; NAGAIRO, Shinji. A Review of Sport-Related Head Injuries. **Korean J Neurotrauma**, v. 12, n. 1, p. 1-5, 2016.
- MURAYAMA, H.; HITOSUGI, M.; MOTOSAWA, Y.; OGINO, M.; KOYAMA, K.. Simple Strategy to Prevent Severe Head Trauma in Judô – Biomechanical Analysis. **Neurol Med Chir**, Tóquio, v. 53, p. 580-584, 2013.
- MURAYAMA, H.; HITOSUGI, M.; MOTOSAWA, Y.; OGINO, M.; KOYAMA, K.. Rotational Acceleration during Head Impact Resulting from Different Judô Throwing Techniques. **Neurol Med Chir**, Tóquio, v. 54, p. 374-378, 2014.
- NAKAZAWA, R.; SAKAMOTO, M.; DAMBADARJAA, B.; KHUYAGBAATAR, E.; KHADBAATAR, A. Fact-finding survey regarding judo-related injuries of judokas in developing country. **J. Phys. Ther. Sci.**, v. 32, p. 161–165, 2020.
- NISHIMURA, K.; FUJII, K.; MAEYAMA, R.; SAIKI, I.; SAKATA, S.; KITAMURA, K.. Acute Subdural Hematoma in Judo Practitioners: Report of Four Cases. **Neurol Med Chir**, Tóquio, v. 28, p. 991-993, 1988.
- NUNES, Alexandre Velly. **Judô: caminho das medalhas**. São Paulo: Kazuá. 2014.
- OLIVEIRA, TS; PEREIRA, JS. Frequency of articulation injuries in judo practicing. **Fit. & Perf. J.**, v. 7, n. 6, p. 375-379, 2008.
- OURIQUES, M.. **Lesões musculares e/ou articulares decorrentes da prática do jiu-jitsu**. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - UFSC, Florianópolis, SC, 1999.
- PLESSNER, H.; HAAR, T. Sports performance judgments from a social cognitive perspective. **Psychology of Sport and Exercise**, Amsterdam, v. 7, n. 6, p. 555-575, 2006.
- PLESSNER, H.; SCHALLIES, E. Judging the cross on rings: A matter of achieving shape constancy. **Applied Cognitive Psychology**, Chichester, v. 19, n. 9, p. 1145- 1156, 2005.
- POCECCO, Elena; RUEDL, Gerhard; STANKOVIC, Nemanja; STERKOWICZ, Stanislaw; DEL VECCHIO, Fabrício Boscolo; GUTTIERREZ-GARCIA, Carlos; ROUSSEAU, Romain; WOLF, Mirjam; COOP, Martin; MIARKA, Bianca; MENZ, Verena; KRUSMANN, Phillip; CALMET, Miguel; MALLIAROUPOLOS, Nikolaus; BURTSHER, Martin. Injuries in judo - a systematic literature review including suggestions for prevention. **Br J Sports Med.**, v. n. 47, p. 1139-1143, 2013.

ROBERT, Luis. **O Judô**. Lisboa: Notícias, 1964.

SAMULSKI, Dietmar. **Psicologia do esporte: teoria e aplicação prática**. Belo Horizonte: Imprensa Universitária, 1995.

SANTOS, Suray Giovana; DUARTE, Maria de Fátima da Silva; GALLI, Mauro Luciano. Estudo de algumas variáveis físicas como fatores de Influência nas lesões em judocas. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 3, n. 1, p. 42-54, 2001.

SANTOS, S.G.; MELO, S.I.L.; HEIDRICH, R.M.; MORO, A.R.P.; REIS, D.C.. Aceleração e tempo de duração de impacto em segmentos corporais do judoca durante a realização de ukemi em diferentes tipos de tatames. **Rev. Port. Cien. Desp.**, Porto, v.7, n. 2, 2007.

SAUDI, Aine. **O judô a alcance de todos**. Barcelona: Sintes, 1968.

SELLTIZ, Claire *et al.* **Métodos de pesquisas nas relações sociais**. São Paulo: Herder, 1967.

SHINGU, H.; IKATA, T.; KATOH, S.; AKATSU, T.. Spinal cord injuries in Japan: a nationwide epidemiological survey in 1990. **Paraplegia**, v. 32, p. 3-8, 1994.

SHINOHARA, Massao. **Manual de Judô**. São Paulo, 2000;

SILVA, Vinícius Ruas Ferreira. **Judô infantil: características particulares do seu ensino**. Tese (Doutorado) -Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro,1974.

SILVA, José Pereira. **Judô! Um aprendizado para a vida**. Brasília, DF: Ed. do autor, 2017.

SIMÕES, A. C. *et al.*. Psicossociologia como área de conhecimento da ciência do esporte. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, p. 73-81, 2004.

SOUCHON, N. *et al.*. Referees' use of heuristics: the moderating impact of standard of competition. **Journal of Sports Sciences**, London, v. 27, n. 7, p. 695-700, 2009.

SOUZA, L. D. J.. **Traumatismos nas articulações do ombro provocados por excessivos movimentos de braços no treinamento da natação**. Monografia (Especialização em Treinamento Esportivo) - Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 1993.

STONE, PW. Popping the (PICO) question in research and evidence-based practice. **Appl Nurs Res.**, v. 15, n. 3, p.197-198, Aug. 2002.

TAKESHITA, Kwanichi. **Judô: antigo Jiu-Jitsu**. São Paulo: Cia Brasil, [20--].

TEGNER, Bruce. **Guia completo de Judô: do praticante ao faixa preta**. Rio de Janeiro: Record, 1969.

TIMPKA T, JACOBSSON J, EKBERG J, et al. Meta-narrative analysis of sports injury reporting practices based on the Injury Definitions Concept Framework (IDCF): a review of consensus statements and epidemiological studies in athletics (track and field). **J Sci Med Sport**, v. 18, p. 643–650, 2015.

TSU TOO, Henji. **Judô: o caminho suave**. São Paulo: Hemus, s/d.

TUBINO, Manuel José Gomes; MOREIRA, Sérgio Bastos. **Metodologia científica do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

UCHIDA, Ryo. DEATHs during the Judo Classes and Activities Conducted under the Supervision of Schools in Japan; From 1983 to 2009 All Cases Listed and Analyzed. **Hirosawa, Igaya-cho, Kariya-shi, Aichi**, Japan, p. 448-8542, 2011.

WANDERLEY, Paulo Fernando Tenório. **Introdução do Judô no Brasil**: uma análise sob a ótica da transferência cultural. Memória (Licenciatura) – Instituto de Educação Física e Desporto, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 1995.

YOKOTA, Hiroshi; IDA, Yuki. Acute Subdural Hematoma in a Judo Player with Repeated Head Injuries. **World Neurosurg**, 2016.

ANEXO

Aceite do Artigo 1 – Revista Retos – Qualys A4

05/02/2021

Gmail - [Retos] Decisión del Editor



Marcelo Colonna <marcelocolonna71@gmail.com>

[Retos] Decisión del Editor

2 mensajens

inforecyt@fecyt.es <inforecyt@fecyt.es> 19 de janeiro de 2021 17:14
 Responder a: Francisco Ruiz Juan <pacoruizjuan@gmail.com>
 Para: Marcelo Colonna <marcelocolonna71@gmail.com>, Yuri Rolim
 <yurirolim220@gmail.com>, Rodrigo Vale <rodrigovale@globo.com>, Juliana Castro
 <julianabrandaoflp@hotmail.com>, Rodolfo Nunes <rodolfoalkmim@gmail.com>, Vicente
 Lima <professorvicentelima@gmail.com>, Giulio César Mallen-Silva
 <gjulliocesar.gc@hotmail.com>, Gustavo Casimiro-Lopes <gustavo.casimiro@gmail.com>

Marcelo Colonna, Yuri Rolim, Rodrigo Vale, Juliana Castro, Rodolfo Nunes, Vicente Lima, Giulio César Mallen-Silva, Gustavo Casimiro-Lopes:

Hemos tomado una decisión sobre su presentación en Retos, "Análisis de lesiones en deportistas de judo: revisión sistemática".

Nuestra decisión es:

ACEPTAR PROVISIONALMENTE CON CAMBIOS.

Será necesario realizar las rectificaciones sugeridas por los revisores que han realizado un análisis minucioso de su manuscrito. Le recomiendo lea con cuidado los comentarios de los revisores y los incorpore a la nueva versión.

Por favor, incluya una carta señalando los cambios efectuados y aquellos que no crea conveniente realizar, lo cual debe justificar contestándole a cada revisor por separado en un mismo archivo. La nueva versión de su trabajo será revisada cuidadosamente y, en caso necesario, enviada nuevamente a los revisores.

Consecuentemente, es factible que se le pidan más cambios hasta contar con una versión lista para su publicación.

Le rogamos que realice una búsqueda bibliográfica en la revista "Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación" creemos que en ellas hay artículos relacionados con su artículo que pueden ayudar a mejorarlo, por tanto, incluya aquellas referencias, si las hubiera, sobre todo de los últimos cuatro años, que se ajusten a su trabajo.

Entendemos que es necesario potenciar la visibilidad de Retos ya que está incluida en la Web of Science de Thomson Reuters y Scopus.