



## POR QUE PRATICAR ESPORTES RADICAIS?

Vanessa Alessandra da Silva<sup>1</sup>  
Kethllyn Oliveira Santos<sup>2</sup>  
Hosana Francisco de Souza<sup>3</sup>  
Adriel Barros de Matos<sup>4</sup>  
Ana Karoline N. Gonçalves<sup>5</sup>  
João Batista dos Reis Viana<sup>6</sup>

**Palavras-chave:** Atividades físicas, aventura, escape.

A crescente urbanização e a dependência por eletrônicos têm sido as grandes vilãs da rotina negativa de uma população que se tornou sedentária e vítima das doenças crônicas não transmissíveis. Nesse contexto, muitos procuram refúgio na prática de esportes radicais. O objetivo do presente trabalho foi expor os motivos pelos quais os indivíduos aderem cada vez mais à modalidade. A metodologia utilizada foi de pesquisa bibliográfica, pela busca do tema no Google Acadêmico. Foram encontrados três artigos publicados entre 2006 e 2016, que esclareceram os reais motivos da crescente busca por aventuras que proporcionem bem estar em alto nível. Assim, tornou-se comum procurar esportes que lhe proporcionem principalmente prazer. A prática regular de atividades físicas em geral traz grandes benefícios à saúde. Quanto aos esportes radicais, sua peculiaridade é servir como escape do meio social em que vivemos cheio de obrigações cujo tempo para cumpri-las não é suficiente. Portanto, é uma forma prazerosa de fugir da realidade. Paraquedismo, skate, escalada, surf, rappel, snowboard, MotoCross: estas são algumas das aventuras procuradas para sair da rotina, superar limites, entrar em contato com a natureza - recebendo uma grande dose de adrenalina como motivação - e a satisfação pessoal como prêmio final da jornada. Há indícios de que tais práticas são benéficas não somente para aqueles que querem fugir do ciclo vicioso do trabalho, servindo ainda de auxílio para o desenvolvimento com problemas cognitivos e na prevenção de risco por doenças cardiovasculares, por exemplo. Com tantas responsabilidades e cobranças do mundo atual, tornou-se necessária uma rota de fuga para o indivíduo que busca melhor qualidade de vida, com experiências reveladoras. Aproveitando-se o fato de que o País possui grandes reservas ambientais e inúmeros lugares exóticos que propiciam o lazer, o indivíduo realiza expedições, coleciona fotos, vivem momentos inimagináveis. Pode-se concluir que, paralelo ao atual aumento do índice de sedentarismo da população, existe uma crescente busca e exigência humana pela prática de esportes radicais, uma vez que o indivíduo tem provas do grande benefício que tais ações lhe causam. Ficou clara a constatação de que as pessoas procuram nessas práticas, a fuga do convívio em sociedade, o sentimento de prazer e satisfação - uma vez que recebe uma carga extra de hormônios que lhe proporcionam intensas sensações - e ainda, a leveza que encontram no contato com o ambiente natural.

### **Bibliografia**

CAMARGO, Isabella Esposito, and Tarcisio Torres Silva. A procura por experiências intensas: a prática de esportes radicais, o movimento de volta para a natureza e o posicionamento de marcas. **Temática** 12.4 (2016).

LAVOURA, Tiago Nicola; SCHWARTZ, Gisele Maria; MACHADO, Afonso Antonio. Aspectos emocionais da prática de atividades de aventura na natureza: a (re) educação dos sentidos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 22, n. 2, p. 119-127, 2008.

TAHARA, Alexander Klein; CARNICELLI FILHO, Sandro; SCHWARTZ, Gisele Maria. Meio ambiente e atividades de aventura: significados de participação. **Motriz. Revista de Educação Física. UNESP**, v. 12, n. 1, p. 59-64, 2006.

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Licenciatura em Educação Física do CEULJI/ULBRA. E-mail – v.aquarela@hotmail.com

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Licenciatura em Educação Física do CEULJI/ULBRA. E-mail – kethllynolivers@gmail.com

<sup>3</sup> Acadêmica do curso de Licenciatura em Educação Física do CEULJI/ULBRA. E-mail – hosanasouza12345@gmail.com

<sup>4</sup> Acadêmico do curso de Licenciatura em Educação Física do CEULJI/ULBRA. E-mail – adriellbmatos@gmail.com

<sup>5</sup> Acadêmica do curso de Licenciatura em Educação Física do CEULJI/ULBRA. E-mail – anakarolinenogueiragoncalves@gmail.com

<sup>6</sup> Professor Orientador do curso de Licenciatura em Educação Física do CEULJI/ULBRA. E-mail – joão.viana2@gmail.com