

SILVA, Vinícius Bueno. O Diferencial das Lutas e Seu Potencial Quanto à Qualidade de Vida na Atualidade. Bragança Paulista, SP: FESB, 2015. (IMPRESSO)

## RESUMO

Muitas vezes mal interpretada no conceito social às lutas agregam em si um potencial positivo que contribuem para a melhoria da qualidade de vida dos seus praticantes. Essas modalidades esportivas têm um conceito algumas vezes muito mal compreendido por essa causa a aceitação social fica comprometida fazendo com que os treinadores passem a incluir em suas aulas propostas positivas para que o seu público conheça, aceite e divulgue as Lutas de maneira diferenciada. Esse trabalho tem como objetivo entender qual o verdadeiro potencial que o praticante das várias modalidades de Lutas tem como aliados as práticas do esporte e, de igual modo, entender se além do fator físico o mental está igualmente atrelado nos treinamentos e ensinamentos promovidos pelas academias corroborando com o conceito de qualidade de vida e saúde. Entender como professores e mestres trabalham com a questão midiática ante a prática cotidiana e habitual do praticante que busca essa modalidade e como a violência e a visão deturpada de luta são encaradas e modificadas, ou não, para os que aderem e propagam a prática das várias facetas das lutas. Para o estudo foi realizada uma pesquisa de campo com 20 professores de Educação Física, 20 Professores/Mestres em Lutas e 60 praticantes de academias tradicionais de musculação e academias de lutas compreendendo indivíduos de ambos os sexos na cidade de Bragança Paulista- SP. Conclui-se que, apesar de vários fatores externos como a mídia e o consentimento popular, de certa forma, agir contra a prática das lutas o número de adesões está crescendo e que a prática humanizada e não como fenômeno de espetáculo é algo ensinado no seio das academias. De igual, conforme literatura pesquisada, a qualidade de vida é aquela que ofereça o básico de condições para que as pessoas possam desenvolver as suas potencialidades como os benefícios físicos e psicológicos dos praticantes, aprimorados com o treinamento regular e atrelados com ensinamentos filosóficos advindos das várias lutas que endossam a concepção tão frisada pelos professores e mestres em suas aulas.