

SENTIDOS DA ADESÃO AO *MOUNTAIN BIKE* NA RELAÇÃO SER HUMANO-NATUREZA

LEANDRO DRI MANFIOLETE

UNESP Rio Claro / Brasil
leandro_dri@hotmail.com

CARMEN MARIA AGUIAR

UNESP Rio Claro / Brasil
carmenaguiar@uol.com.br

Resumo

Este estudo identificou qualitativamente os sentidos de adesão ao *mountain bike*. Utilizou-se uma pesquisa exploratória, desenvolvida por meio de entrevista semi-estruturada, e pesquisa participante, aplicada a uma amostra intencional composta por vinte e uma pessoas adultas, de ambos os sexos, com experiência mínima de dois anos na prática do *mountain bike*. Com base na perspectiva da Análise de Discurso, os discursos evidenciam que na busca pela prática, os sentidos de lúdico, de aventura, de superação de desafios e sociabilidade, são os significados mais evidentes da adesão ao *mountain bike*. Percebe-se ainda, sentidos de diversão, saúde e qualidade de vida para praticantes de *mountain bike*.

Palavras-chave: Adesão; Lazer; *Mountain Bike*; Natureza.

SENTIDOS DE LA ADHESIÓN A LA BICICLETA DE MONTAÑA EN LA RELACIÓN SER-HUMANO Y NATURALEZA

Resumen

Este estudio cualitativo identifica las direcciones para unirse a la bicicleta de montaña. Utilizamos una investigación exploratoria, desarrollados a través de entrevistas semi-estructuradas y la investigación participativa, aplicada a una muestra intencional que consiste en un adulto veintiuna personas, de ambos sexos, con al menos dos años de experiencia en la práctica del ciclismo de montaña. Con base en la perspectiva de los resultados de análisis del discurso muestran que el sentido de la aventura lúdica, la superación de los retos y la sociabilidad son los significados más obvios de la adhesión a la bicicleta de montaña. Percibiese también el sentido de la diversión, la salud y la calidad de vida de los ciclistas de montaña.

Palabras-clave: Adhesión; Ocio y tiempo libre; Ciclismo de montaña; Naturaleza.

SENSES OF JOIN TO THE MOUNTAIN BIKE IN THE RELATIONSHIP BETWEEN HUMAN BEING AND NATURE

Abstract

This qualitative study identifies directions to join the mountain bike. We use an exploratory research, developed through semi-structured interviews and participatory research, applied to a purposive sample consisting of adult twenty-one persons, of both sexes, with at least two years experience in the practice of mountain biking. Based on the perspective of Discourse Analysis results show that the sense of playful adventure, overcoming challenges and sociability are the most obvious meanings of adherence to mountain biking. We can also notice the sense of fun, health and quality of life for

mountain bikers.

Key-words: Adherence; Leisure; Mountain Bike; Nature.

1. Introdução

Na atualidade, devido à vida mais agitada e estressante dos centros urbanos, parte da população busca desenvolver hábitos saudáveis no lazer; porém, não somente as práticas sistematizadas oferecidas por academias ou clubes, também aquelas direcionadas ao espaço da natureza, decorrentes do distanciamento temporário do espaço urbano. Um exemplo que amplia a perspectiva de vivência no ambiente natural em socialização é a atividade do *mountain bike*. O pedalar, técnica de movimento inserida no cotidiano de muitas pessoas desde a infância, é uma atividade que pode ser incorporada como hábito de saúde e no âmbito do lazer. Esta perspectiva faz com que o equipamento relativo à bicicleta, esteja inserido em diversos contextos culturais.

O ser humano passou a utilizar a bicicleta como equipamento em ambiente de montanha, surgindo o *mountain bike*, o qual aproxima pessoas à natureza, para diversas finalidades, como turismo, competição, condicionamento físico e diversão. As especificidades e características das bicicletas se propõem a atender às necessidades relativas ao ambiente, ou à técnica de movimento utilizada em cada situação.

O *mountain bike* enquanto atividade física tem recebido um número maior de adeptos, praticantes em nível esportivo ou no usufruto do lazer. Entretanto, não há estudos na literatura nacional que sigam esta forma de metodologia – que vai ao encontro dos praticantes de *mountain bike*, procurando entendê-los a partir de suas subjetividades, dos elementos que os impulsionam no momento da prática e do significado de se retirar nesses lugares.

Algumas inquietações foram geradoras do estudo, que se propõe a suprir a lacuna na literatura sobre o tema: (a) Quais os principais sentidos de adesão à prática do *mountain bike* na fala de seus praticantes? (b) Quais são as possibilidades que surgem a partir das experiências dessas pessoas?

Com base nestas inquietações, o objetivo do estudo foi identificar, descrever e analisar, a partir dos discursos de seus praticantes, alguns dos significados relativos aos sentidos da adesão à atividade do *mountain bike* na cidade de Londrina – PR. Este debate não pretende generalizar seus resultados a outros estudos sobre o tema em questão, apenas elucidar sobre aspectos subjetivos relativos ao assunto.

2. Revisão da literatura

Com o advento da pós-modernidade, percebe-se nitidamente um distanciamento de valores humanos naturais, concernentes à consciência de si, do mundo e de outros seres, refletindo em condutas individualistas, simuladoras e despreocupadas em relação à preservação pessoal e ambiental.

Freire (2006) entende que a sociedade vive um momento de grandes contradições, uma vez que, quanto mais as pessoas são motivadas a buscar comodidade, lucro, praticidade, tranquilidade, liberdade e melhor qualidade de vida, mais se veem aprisionadas e envolvidas com atividades profissionais diárias, monótonas, tediosas e repetitivas. Portanto, com todas essas obrigações ocupacionais, muitas vezes, não resta energia nem tempo para vivenciar situações de engajamento com a liberdade do eu e de um compromisso global com a preservação de hábitos saudáveis no lazer.

Ainda mais crítico por falta de tempo, é a falta de valores e atitudes pró-ambientais, incitando conscientemente ao descompromisso universal com as coisas materiais, com o ambiente e com as pessoas. Porém, algumas iniciativas já se fazem presentes, no sentido de romper com esse estilo de vida pós-moderno, promovendo novas tomadas de decisões, ampliando, de um modo significativo, as perspectivas de aproximação do ser humano com a natureza, como é o caso das atividades de aventura. Estas atividades denotam, metaforicamente, no olhar de pesquisadores como Bruhns (2004), um sentido de aproximação do ser humano às suas origens, o que colabora para a ressignificação de capacidades afetivas, reformulando, muitas vezes, conceitos e estilos de vida.

Outro aspecto relativo a estas vivências é que o ambiente natural, *locus* de inserção das atividades de aventura, propicia o desenvolvimento de habilidades sensíveis e emocionais (Marinho, 2008; Inácio, 2006; Schwartz, 2006). Pelo fato de estas serem praticadas em meio natural, conforme descrevem os autores, existe a possibilidade de maior interação entre o ser humano, com o seu semelhante e o espaço da natureza, privilegiando assim a exploração dos sentidos. Tais experiências sensíveis desencadeiam sensações de pertencimento a algo maior do que o vivido habitualmente, requerendo assim, senso de responsabilidade e afetividade com os demais elementos da vida, sensações distintas do meio urbano, que privilegiam a visão e a agilidade, com conseqüente distanciamento entre as pessoas (Machado, 2006).

Marinho (2003) salienta o aspecto emocional envolvido nas atividades de aventura na natureza, argumentando que as pessoas se sentem atraídas e motivadas pela busca por emoções e aventura. Assim, procuram o envolvimento com práticas criativas e desafiadoras que se manifestam no tempo livre, fora das obrigações profissionais, requerendo o meio natural como cenário para realização.

Entre as inúmeras atividades de aventura, o *mountain bike* se apresenta como prática corporal carregada de emoções não vistas nem vivenciadas habitualmente. Bruhns (2003) afirma que estas emoções levam o ser humano à identificação do espaço, ou seja, existe uma busca pela aventura imaginada, semelhante a uma experiência estética, refletindo um aparente distanciamento do meio urbano e da realidade dos problemas cotidianos.

Os estudos acerca do *mountain bike*, geralmente, apresentam dados de populações europeias e norte-americanas, principalmente sobre acidentes e lesões decorrentes da prática (Gaulrapp; Weber;

Rosemeyer, 2001; Gassner et al., 1999; Nelson; Mckenzie, 2011), ou mesmo, sobre capacidades físicas envolvidas na atividade (Knechtle et al., 2011). Entretanto, não se percebe atenção no olhar acadêmico científico nacional sobre aspectos subjetivos envolvendo o praticante do *mountain bike*, no sentido de revelar os motivos e significados associados à prática. Percebendo esta lacuna, este estudo se propõe a refletir sobre os sentidos da adesão à prática do *mountain bike*.

3. Método

A pesquisa refere-se a uma investigação de natureza qualitativa, utilizando Pesquisa Participante (Triviños, 2007) e na Entrevista Semiestruturada (Minayo, 2004), abordagem que permite liberdade aos entrevistados para seguirem a linha de seus próprios pensamentos e experiências, orientados por questões-chave, com o objetivo de captar informações sobre sentidos, significados, motivações, sensações e valores atrelados à prática. Nesse estudo, o pesquisador percorreu, em conjunto com os participantes, as trilhas de *mountain bike* no sentido de penetrar em uma cultura do universo pesquisado, processo que esteve atrelado ao questionamento principal: qual o sentido e significado dessas pessoas buscarem por meio do equipamento *mountain bike*, paisagens do ambiente natural não vividas em seu cotidiano?

A pesquisa participante desenvolveu-se em trilhas na área rural da cidade de Londrina/PR. Algumas entrevistas foram efetuadas fora do contexto da trilha, ou seja, nos locais de trabalho dos colaboradores, ou em outro lugar, definido em comum acordo com as pessoas envolvidas no estudo.

A escolha pelos indivíduos realizou-se de maneira intencional, sendo que todos deveriam possuir experiência de pelo menos dois anos no *mountain bike*, critério este importante para a riqueza de informações atreladas ao tema. Participaram do estudo 21 pessoas, de ambos os sexos, com faixa etária variando dos 20 aos 45 anos. Entre os participantes havia aqueles que denotavam ser integrantes de grupos organizados da modalidade *mountain bike* e outros que costumavam pedalar individualmente ou em pequenos grupos de amigos, sem se constituírem em grupos formais.

A pesquisa de campo consistiu na coleta de dados por meio de entrevista semiestruturada, realizada com a utilização de um aparelho gravador digital. Quanto aos procedimentos para coleta dos dados, houve uma aproximação do pesquisador com os participantes da pesquisa, no sentido de convidá-los e instruí-los sobre os objetivos do estudo, dando liberdade de questionamentos e dirimindo possíveis dúvidas. Após a anuência destes, e de acordo com a disponibilidade de cada um, foram combinados, antecipadamente, dias para a realização das entrevistas.

Após as entrevistas, fizeram-se as transcrições, buscando possíveis explicações sobre a temática enunciada. Sob a perspectiva da Análise de Discurso (ORLANDI, 2005), pode-se captar a ideia do que é *mountain bike* exposta na fala desses indivíduos. Conforme aquela prevê, fez-se a redução dos dados, a

qual consiste em um processo de seleção e simplificação das respostas, exclusão dos itens desnecessários e transformação dos dados originais, pois a mensagem e o significado do que se transcreveu são, às vezes, ocultados, ao invés de revelados na diferenciação da transcrição.

No decorrer dos resultados, alguns depoimentos são apresentados e os sujeitos são identificados por letras, a fim de garantir a privacidade. As informações obtidas com base na pesquisa participante colaboraram para a compreensão do objeto de estudo *mountain bike*.

4. Resultados

Atualmente, percebe-se um aumento de pessoas buscando o distanciamento da cidade no sentido de encontrar algo prazeroso no ambiente natural, neste caso, na realização de passeios com o equipamento *mountain bike*. Conforme os discursos, esta perspectiva favorece o aprimoramento de relações sociais gratificantes entre pessoas pertencentes ao grupo da modalidade. Para Carnicelli Filho e Schwartz (2006), essa busca pelo contato com a natureza tem gerado novas perspectivas, tornando o ambiente natural fator relevante para a vivência de experiências emocionais e de aventura, tanto individuais como em grupo, formando novos conceitos e estilos de vida.

A socialização referida nos discursos remete ao processo no qual estes corpos se situam com o *mountain bike*. Estes praticantes pertencem a uma rede de relações que se configura com o universo das pedaladas, determinado por número de pessoas que possuem interesses e expectativas semelhantes. Nesses encontros, além da pedalada, aspectos lúdicos de interação são corriqueiros, sendo o “normal” para se manter motivado a continuar a prática, que, por vezes, se estende por muitas horas – e é a socialização que ocorre ao longo do espaço e tempo do pedalar que os motiva, interage e os diverte com a realidade.

Maffesoli (1998) cita o caso dos “*nightbikers*” (Maffesoli, 1998: 141), grupo de pessoas que se reúne para pedalar à noite nos grandes centros urbanos. Conforme o autor salienta, a necessidade de sociabilidade é real e isso ficou patente nos discursos das pessoas que vivenciam experiências utilizando o *mountain bike* no ambiente rural:

[...] O *mountain bike* é como primeira opção de saúde. Eu comecei com o *mountain bike* há 11 ou 12 anos por indicação médica e hoje por escolha, não consigo me ver praticando outro esporte sem ser o *mountain bike*, já pratiquei outras modalidades como o *downhill* durante 4 anos, mas achei muito agressivo. Na medida em que o tempo vai passando e a idade começa avançar, as responsabilidades aumentam e o *mountain bike* é mais completo porque além de você fazer exercício, você conquista muitas amizades, troca de experiências, aprende a compreender os limites do próprio corpo e dos colegas, aprende a se socializar mesmo nas dificuldades de uma subida, de um acidente que a gente está sempre exposta, mas é tudo de bom. Até falo de uma expressão interessante que é: “Prefiro pedalar a trabalhar”. Isso expressa o quão importante é o *mountain bike* na minha vida [...] (SUJEITO A).

Nessa fala, a noção da busca pela atividade para fins de melhoria da saúde do corpo é evidenciada como um aspecto importante na adesão à prática. Porém, com o tempo e a vivência das pedaladas em variados contextos, a amizade, a sociabilidade e a companhia entre estas pessoas, dividindo pensamentos e ideias quando se dirigem para o *mountain bike* nas trilhas, tornam-se, também, motivos de adesão à modalidade.

Essas expectativas são plenamente entendidas, pois, conforme os discursos ressaltaram, o *mountain bike* evoca um companheirismo entre pessoas pertencentes ao grupo no momento da pedalada, compartilhando dificuldades e conquistas nesse momento. Monteiro (2006) identificou, no seu estudo, essa mesma sociabilidade e amizades concebidas nas atividades de aventura, demonstrando ser esse o momento em que as pessoas estão acessíveis para descobertas e experimentação de novas sensações, o que se reflete em suas relações sociais da vida cotidiana.

No que se refere aos motivos que levam as pessoas a ambientes naturais, torna-se evidente, na prática do *mountain bike*, a busca pelo inusitado, pelo novo, por emoções significativas, contemplação à natureza e possibilidade do encontro consigo mesmo e com o outro. Diferindo dos principais motivos encontrados neste estudo, mas apresentando elementos comuns, no que se refere às sensações e emoções, Tahara e Carnicelli Filho (2009) evidenciaram o desejo de fuga momentânea do cotidiano urbano em busca de melhores níveis de qualidade de vida, bem como a possibilidade de vivenciar sensações de risco e perigo como elementos principais, por ir ao encontro com tais experiências. Esses resultados foram expostos em uma pesquisa realizada por esses autores, sobre os motivos de aderência à prática de atividades de aventura na natureza.

No discurso apresentado a seguir, nota-se a percepção sobre as sensações provenientes de estar com a sua *mountain bike* distante da realidade urbana, ampliando suas perspectivas sobre a vida:

Nos lugares aonde eu vou, quero contato com a natureza, quero me desconectar, gosto de ficar longe da cidade e me sinto mais vivo, uma sensação mais agradável é estar num ambiente mais natural. Posso sentir o cheiro, gosto do contato da roda na estrada, gosto dos sons, gosto do contato das pessoas nesses lugares [...] Estou num momento mais tranquilo quando estou com a minha bicicleta, reservo aquele momento pra mim, sou só eu e a bicicleta [...] (SUJEITO B).

Para Moreira (2006), o cotidiano urbano produz o que a autora denomina de “estresse ambiental”. Nessa situação, geralmente, não são valorizadas experiências relacionadas aos componentes de tranquilidade, ou mesmo, de possibilidade de reflexão, como se observa no ambiente rural, o qual permite maior envolvimento com a busca do eu interior, representando um meio eficaz para as experiências de distanciamento momentâneo da realidade.

A partir destes discursos rumo às áreas naturais, percebe-se a identificação, nas escolhas dos aspectos relacionados aos destinos trilhados, como características do terreno e paisagem, situações

vivenciadas e motivos reais ou imaginários da escolha pelos lugares percorridos. Um aspecto relevante que motiva a opção pelos lugares foi o encontro com elementos que configuram a noção de natureza para eles, como sentir a chuva, preferiria experimentar subidas e descidas das trilhas, com lagoas formadas em dias de chuva, entre outros apelos ambientais, como retratados no discurso apresentado a seguir:

[...] Se hoje você quer ver uma cachoeira, quer ver a água correr, se quer ver só mato, se quer sofrer um pouquinho e pular um pouco de cerca, passar uma ponte, defina na hora, não tem uma coisa assim que você vai planejando, na hora vai e pronto. (SUJEITO C).

Nesse discurso, identifica-se a escolha pelo lugar a ser visitado, utilizando o *mountain bike* para contemplação/vivência do ambiente natural, e, ainda, emoções não vividas nem presenciadas habitualmente no cotidiano dessas pessoas. Pimentel (2003) mostra que a utilização desse equipamento, quando relacionada ao lazer no meio rural, apresenta-se sob a forma de passeios rústicos com características recreativas, salientando essa peculiaridade relativa à possibilidade de contemplação de paisagens distintas, promovida pela experiência em trilhas e estradas rurais.

As trilhas possuem significados específicos para os participantes, representando mais do que um lugar fora do contexto urbano, que no caso do *mountain bike*, movido à tração mecânica e energia que o praticante despende, é um fator essencial pela busca dessa prática. De acordo com Bruhns (2003), as vivências que se tem ao longo de uma trilha na natureza podem possibilitar, em meio aos desafios e obstáculos, uma exploração dos sentidos e interpretação dos elementos presentes no seu entorno, processo este que oportuniza o encontro consigo mesmo e com o outro.

Para estas pessoas, durante a pedalada, o risco inerente merece ser vivido, evidenciando-se, também nos discursos, a busca por situações desconhecidas. Esta perspectiva de vivência do risco nas atividades de aventura foi tomada como foco em inúmeros estudos, especialmente, na questão do prazer de sentir medo, associado diretamente à possibilidade do risco controlado (Costa, 2000; Lavoura; Schwartz; Machado, 2008; Spink et al. 2004).

Outro elemento que evoca sentido para essas pessoas é a vivência lúdica, caracterizada por meio de diversão ao longo da trilha. Como exemplo, pode-se citar quando alguém cai da bicicleta e todos dão risada, não da pessoa em si, mas do contexto, como se aquela situação fosse parte integrante da atividade, ou ainda, no momento da festa, na chegada e ao final da trilha. Essas ações denotam sentidos de intensificação das sensações prazerosas, alegres e espontâneas, reavivando a percepção dos sentidos. Para Schwartz (2004), a conduta lúdica é inerente ao humano, representando um comportamento primário, capaz de se manifestar espontaneamente, quando há o espaço ou incentivo propício a tal. Este parece ser o caso das vivências com o *mountain bike*.

[...] O *mountain bike* pra gente é mais entretenimento, diversão e a gente consegue reunir uma turma onde existe a igualdade de ideias sabe, existe o pessoal que tem algumas ideias parecidas do que quer fazer ou qual é objetivo dele nessa história, então, pra gente é mais como fazer trilha, né? Então, há essa questão de reunir essas pessoas com o mesmo objetivo. O interessante neste caso é a sociabilidade né, é o negócio que mais influencia na nossa turma. O pessoal gosta de *mountain bike* porque a gente conversa, há entretenimento, há essa sociabilidade e interação sendo este o motivo mais importante, como por exemplo, outros esportes como os coletivos traz essa coisa de competir um com o outro [...] (SUJEITO D).

O sentido de grupo relatado nos discursos possibilita que, naquele momento, pessoas com os mesmos ideais usufruam da mesma atividade com o mesmo propósito. Esse contato com a natureza assume um significado que, aqui, é interpretado como uma energia em potencial, sagrada, criadora, de união de pessoas e canalizada de forma consciente, podendo modificar a mentalidade em prol de uma maior sensibilidade no seu cotidiano.

O conceito de aventura, no universo do *mountain bike*, tem sentido relativo a uma busca pelo desconhecido, de mistério a revelar-se, independentemente das dificuldades, atuando como meio sobre o qual não se conhece, mas que se deseja conhecer. Estes aspectos são expressos na fala a seguir:

[...] É uma aventura porque é desconhecido, sempre aparece uma coisa diferente porque quando eu pedalo sempre procuro o desconhecido, ele me atrai, porque a sensação que o desconhecido me dá quando eu conheço é muito boa, sensação de quando eu vou para um lugar que não conheço e chego lá é muito boa, mesmo a sensação ruim é agradável, mesmo quando tive que acampar num lugar ruim foi agradável porque se eu conheci foi bom já e ainda cheguei de bicicleta no selvagem [...] (SUJEITO E).

Nesse discurso, a noção de aventura aparece como uma busca pelo desconhecido a ser vivenciado e desfrutado, o qual, no momento em que se é descoberto, resulta em sensações prazerosas, mesmo nas situações em que não se está no controle. Nesse caso, pode-se entender a aventura como uma situação diferente do habitual, resultando em uma necessidade a ser conquistada, abrigando múltiplos sentidos, ou seja, algo só se converte em aventura, caso tenha sentido para a pessoa (COSTA, 2000). Sendo assim, quanto mais desafiadora a atividade, mais significativa será, pois, tal como aponta Le Breton (2006), nessa vivência da aventura, a volição e a certeza favorecem a realização da atividade.

5. Considerações Finais

Compreender sentidos nos discursos dos praticantes de *mountain bike*, elucidando os motivos de aderência que conduzem estas pessoas a buscar lugares para pedalar em direção às estradas rurais, partindo da perspectiva da Análise do Discurso, foi a proposição deste estudo, buscando abrir horizontes e reflexões acerca da temática. Assim, perceberam-se sentidos como os relacionados à saúde, qualidade de vida, lazer, aventura, risco, vivência de novas sensações, superação de desafios e sociabilidade, caracterizando possíveis experiências dessas pessoas no ato de se dirigirem ao ambiente rural, por meio do *mountain bike*.

Durante estes passeios, o *mountain bike* possibilitou o desencadeamento de uma consciência de união com a natureza, propiciada por meio da contemplação ao espaço das trilhas, respeitando as condições por ela impostas. Percebeu-se, inclusive, nas pedaladas, a pessoa refletindo sobre a sua realidade, aspecto que no dia-a-dia, ela pode não se permitir, devido aos seus compromissos profissionais e sobrecarrego de afazeres. De acordo com os participantes, por intermédio do *mountain bike*, tem-se a possibilidade e o prazer de pensar/refletir, resultando em um comportamento mais humano consigo mesmo, com o outro e com o mundo ao redor.

Nos discursos, o sentido de sociabilidade rumo às trilhas rurais pelo equipamento do *mountain bike*, com base na presença revitalizada nas vivências lúdicas, avivam-se caracterizações de pertencimento a determinado grupo social. Durante a prática, esses aspectos são percebidos nos pontos de descanso, momentos em que um espera o outro, ocorrendo inúmeras trocas de informações e experiências sobre a trilha, sobre o pedalar, a natureza, enfim, sobre a vida.

Portanto, apesar dos arranhões, descaminhos, intempéries climáticas e quebras de equipamentos, estes elementos considerados negativos são minimizados no momento da prática do *mountain bike*, uma vez que passam a ser apenas novos desafios vencidos em conjunto. A atividade só faz sentido a partir de um compartilhamento de emoções distintas, gerando sentidos com intensidades e *nuanças* diferenciadas para cada pessoa, mas com elementos que os une num elo em comum.

Torna-se importante, dessa forma, o desenvolvimento de novos estudos, que procurem evidenciar perspectivas subjetivas envolvidas nessas atividades e, especificamente, na prática do *mountain bike*, no sentido de aprimorar os conhecimentos relativos ao tema em questão, possibilitando a difusão dessa prática a outras pessoas, para que possam se beneficiar das ressonâncias positivas advindas de experiências significativas, promovidas nessa relação do ser humano com o espaço da natureza.

Referências

BRUHNS, H. T. (2004). Explorando o lazer contemporâneo: entre a razão e a emoção. **Movimento**, Porto Alegre, v. 10, n. 2, p.93-104.

_____. (2003). No ritmo da aventura: explorando sensações e emoções. In: Marinho, A.; Brunhs, H. T. (Orgs.). **Turismo, lazer e natureza**. Barueri, SP: Manole.

COSTA, V. L. M. C. (2000). **Esportes de aventura e risco na montanha**: um mergulho no imaginário. Barueri, SP: Manole.

FREIRE, M. (2006). Diálogo entre a educação e a natureza. In: SCHWARTZ, G. M. (Org.). **Aventuras na natureza**: consolidando significados. Jundiaí, SP: Fontoura.

GASSNER, R.; TULLI, T.; EMSHOFF, R.; WALDHART, E. (1999). Mountainbiking - a dangerous sport: comparison with bicycling on oral and maxillofacial trauma. **International Journal Oral Maxillofacial Surgery**, v. 28, n. 3, p. 188-191.

GAULRAPP, H.; WEBER, A.; ROSEMEYER, B. (2001). Injuries in mountain biking. **Knee Surg, Sports Traumatology, Arthroscopy**, Germany. v. 9, n. 1, p. 48-53.

INÁCIO, H. L. D. (2006). Lazer, educação e meio ambiente: uma aventura em construção. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 9, n. 1, p. 45-63.

KNECHTLE, B.; GNADINGER, M.; KNECHTLE, P.; IMOBERDORF, R.; KOHLER, G.; BALLMER, P.; ROSEMANN, T.; SENN, O. (2011). Prevalence of exercise-associated hyponatremia in male ultraendurance athletes. **Clinical Journal of Medicine**, v. 21, n. 3, p. 226-232.

LAVOURA, T. N.; SCHWARTZ, G. M.; MACHADO, A. A. (2008). Aspectos emocionais da prática de atividades de aventura na natureza: a (re) educação dos sentidos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 119-127.

LE BRETON, D. (2006). Risco e lazer na natureza. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Orgs.). **Viagens, lazer e esporte**. Barueri: Manole.

MACHADO, F. H. (2006). Mundo emocionado e as atividades físicas de aventura na natureza. In: SCHWARTZ, G. M. (Org.). **Aventuras na natureza: consolidando significados**. Jundiaí, SP: Fontoura.

MAFFESOLI, M. (1998). **O tempo das tribos**. 2. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária.

MARINHO, A. (2003). Da aceleração ao pânico de não fazer nada: corpos aventureiros como possibilidades de resistência. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Orgs.). **Turismo, lazer e natureza**. São Paulo, SP: Manole.

_____. (2008). Lazer, aventura e risco: reflexões sobre atividades realizadas na natureza. **Movimento**, Porto Alegre, v. 14, n. 2, p. 181-206.

MINAYO, M. C. S. (2004). **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8. ed. São Paulo: Hucitec.

MONTEIRO, S. V. (2006). Lazer, natureza e amizade: formas de subjetivação na modernidade tardia. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Orgs.). **Viagens, lazer e esporte**. Barueri, SP: Manole.

MOREIRA, J. C. C. M. (2006). Ambiente, ambiência e topofilia. In: SCHWARTZ, G. M. (Org.). **Aventuras na natureza: consolidando significados**. Jundiaí, SP: Fontoura.

NELSON, N. G.; MCKENZIE, L. B. (2011). Mountain biking - related injuries treated in emergency departments in the United States, 1994-2007. **The American Journal of Sports Medicine**, v. 39, n. 2, p. 404-409.

ORLANDI, E. P. (2005). **Análise do discurso: princípios e procedimentos**. 6 ed. Campinas, SP: Pontes.

PIMENTEL, G. G. A. (2003). Lazer e natureza no turismo rural. In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Orgs.). **Turismo, lazer e natureza**. São Paulo, SP: Manole. Cap. 6, p. 131-55.

SCHWARTZ, G. M. (2006). A aventura no lazer: as AFAN em foco. In: SCHWARTZ, G. M. (Org.). **Aventuras na natureza: consolidando significados**. Jundiaí, SP: Fontoura.

_____. (2004). Atitude e conduta lúdica: a emoção em jogo. In: Schwartz, G. M. (Org.). **Dinâmica lúdica: novos olhares**. Barueri, SP: Manole.

SPINK, M. J.; GALINDO, D.; CAÑAS, A.; SOUZA, D. T. (2004). Onde está o risco? Os seguros no contexto do turismo de aventura. **Psicologia e Sociedade**, Porto Alegre, v. 16, n. 2, p. 81-89.

TAHARA, A. K.; CARNICELLI FILHO, S. (2009). Atividades físicas de aventura na natureza (AFAN) e academias de ginástica: motivos de aderência e benefícios advindos da prática. **Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 3.

TAHARA, A. K.; CARNICELLI FILHO, S.; SCHWARTZ, G. M. (2006). Meio ambiente e atividades de aventura: significados de participação. **Motriz**, Rio Claro, v. 12, n. 1, p. 59-64.

TRIVIÑOS, A. N. S. (2007). **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas.