

Oficina de capoeira ginga legal: ressocialização para dependentes químicos

Capoeira ginga legal workshop: resocialization for chemical dependents

DOI:10.34117/bjdv8n11-276

Recebimento dos originais: 24/10/2022

Aceitação para publicação: 24/11/2022

Manuella Carvalho da Costa

Doutora em Biologia Celular e Estrutural

Instituição: Universidade Federal de Alfenas

Endereço: Rua Gabriel Monteiro da Silva, N 700, Centro, CEP: 37130-001

E-mail: manuella.dacosta@unifal-mg.edu.br

Jean Luka Fernandes Dutra

Bacharel em Geografia

Instituição: Universidade Federal de Alfenas

Endereço: Rua Gabriel Monteiro da Silva, N 700, Centro, CEP: 37130-001

E-mail: jeanluka1996@gmail.com

Francini Castilho do Nascimento

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade Federal de Alfenas

Endereço: Rua Gabriel Monteiro da Silva, N 700, Centro, CEP: 37130-001

E-mail: francini.nascimento@sou.unifal-mg.edu.br

Reinaldo Primavera

Mestre de Capoeira

Instituição: Universidade Federal de Alfenas

Endereço: Rua Gabriel Monteiro da Silva, N 700, Centro, CEP: 37130-001

E-mail: manuella.dacosta@unifal-mg.edu.br

RESUMO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde atualmente a drogadição é concebida como uma doença crônica e fatal. As práticas esportivas têm sido utilizadas como uma excelente ferramenta no tratamento dos dependentes químicos, objetivando a eliminação das toxinas, a ressocialização, o resgate da autoestima e melhoria do condicionamento físico. O projeto “Oficina de Capoeira Ginga Legal” foi criado em 2012, com o intuito de oferecer aulas de capoeira para crianças e adolescentes de baixa renda e estudantes da UNIFAL-MG, esse projeto se estendeu para a clínica de reabilitação em dependência química “Projeto Esperança em Cristo” (PROESC), localizado no município de Fama-MG, que atualmente conta com 150 pacientes em recuperação. O objetivo foi auxiliar no processo de desintoxicação e ressocialização dos pacientes internados, melhorando o condicionamento físico e mental deles, uma vez que, essas pessoas até então, estavam carentes de atividades físicas e recreativas. O projeto consistiu nas aulas de capoeira e musicalização que ocorreram uma vez por semana e tiveram a duração de 2 horas, onde foi proporcionado o aprendizado da capoeira, não só como arte, mas como instrumento

de lazer. O projeto “Oficina de Capoeira Ginga Legal” atingiu os objetivos propostos, onde foi observado um aumento da autoconfiança e resgate da autoestima do público-alvo, além de um melhor condicionamento físico e mental. A interação e a socialização entre os voluntários do projeto e os que estão se recuperando possibilitaram discussões de questões acerca do público-alvo, servindo de instrumento para a promoção da igualdade, cooperação e a prática da cidadania.

Palavras-chave: capoeira regional, drogas, dependentes químicos, desintoxicação.

ABSTRACT

According to the World Health Organization, drug addiction is currently conceived as a chronic and fatal disease. Sports practices have been used as an excellent tool in the treatment of chemical dependents, aiming at the elimination of toxins, resocialization, the rescue of self-esteem and improvement of physical conditioning. The project “Oficina de Capoeira Ginga Legal” was created in 2012, with the aim of offering capoeira classes to low-income children and adolescents and students at UNIFAL-MG, this project was extended to the chemical dependency rehabilitation clinic “Projeto Esperança em Cristo” (PROESC), located in the city of Fama-MG, which currently has 150 patients in recovery. The objective was to assist in the detoxification and resocialization process of hospitalized patients, improving their physical and mental conditioning, since, until then, these people were lacking in physical and recreational activities. The project consisted of capoeira and musicalization classes that took place once a week and lasted 2 hours, where the learning of capoeira was provided, not only as an art, but as a leisure instrument. The project “Oficina de Capoeira Ginga Legal” achieved the proposed objectives, where it was observed an increase in self-confidence and recovery of the self-esteem of the target audience, in addition to better physical and mental conditioning. The interaction and socialization between the project's volunteers and those who are recovering made it possible to discuss questions about the target audience, serving as an instrument for the promotion of equality, cooperation and the practice of citizenship.

Keywords: capoeira regional, drugs, drug addicts, detoxification.

1 INTRODUÇÃO

A dependência química na atualidade corresponde a um fenômeno amplamente divulgado e discutido, uma vez que o uso abusivo de substâncias psicoativas se tornou um grave problema social e de saúde pública em nossa realidade. O uso excessivo de tabaco e álcool está entre os dez fatores que mais causam doenças no mundo, e associado a outros problemas como pressão alta, colesterol traz danos reais à saúde com alto risco de morte (PRATTA & SANTOS, 2009; SILVA et al., 2018).

Nas últimas décadas o uso de drogas tem aumentado de maneira exacerbada no mundo todo, e segundo a Organização Mundial de Saúde, cerca de 10% da produção mundial de drogas tem passagem pelo Brasil (MIALICK et al., 2007). Entretanto, somente na década de 1980 foram criados os centros de tratamento que favorecem a saúde

do paciente (usuários). Nessa época, no entanto, ainda não se considerava a drogadição como problema de saúde pública, mas como uma questão jurídica ou médico-psiquiátrica. Tal concepção parece ter mudado em 2003, quando o Ministério da Saúde publicou “A Política do Ministério da Saúde para a Atenção Integral a Usuários de Álcool e outras Drogas”, assumindo assim “o desafio de prevenir, tratar, reabilitar” esses usuários. Para alcançar esse desafio, o Ministério da Saúde desenvolveu, através dessa política, algumas práticas a serem contempladas, entre elas: a criação dos Centros de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS) (PRATTA & SANTOS, 2009; SILVA et al., 2018).

De acordo ainda com a OMS, atualmente a drogadição é concebida como uma doença crônica e fatal. O tratamento médico da dependência química é complicado, normalmente multidisciplinar e individualizado. Além da conduta médica, outras devem ser adotadas, como a prática de exercícios físicos, por exemplo. Mesmo sem um embasamento cientificamente estruturado, o condicionamento físico do dependente químico sempre objetivou a eliminação das toxinas, a busca de um melhor relacionamento social, o estímulo para o lazer através das caminhadas e jogos, o resgate da autoestima, bem como a melhoria das condições músculo- esqueléticas e cardiocirculatórias. Portanto tornar-se produtivo, incluir como parte de um programa de recuperação um planejamento com condicionamento físico que poderá alterar significativamente alguns dos efeitos negativos das drogas no corpo (MIALICK et al., 2007; BARBANTI, 2012).

O projeto “Oficina de Capoeira Ginga Legal” foi criado em 2012, com o intuito de oferecer aulas de capoeira para crianças e adolescentes de baixa renda e estudantes da UNIFAL-MG, esse projeto se estendeu para a clínica de reabilitação em dependência química “Projeto Esperança em Cristo” (PROESC), localizado no município de Fama-MG, que atualmente conta com 150 pacientes em recuperação. O objetivo é auxiliar no processo de desintoxicação e perda da obsessão pelas drogas bem como promover a ressocialização dos pacientes internados, melhorando o condicionamento físico e mental dos mesmos, oferecendo novas atividades físicas e recreativas.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A DEPENDÊNCIA QUÍMICA

A dependência química é também conhecida por adicção, uma doença progressiva, incurável e que pode levar a morte. Adicto é uma palavra de origem grega que significa escravo. Na concepção atual, adicto designa o dependente, o escravo, das drogas. Toda a sua vida e seus pensamentos estão centrados em drogas de uma forma ou

de outra seja obtendo, usando ou encontrando maneiras de conseguir mais (NAVES et al., 2013).

A dependência química pode ser assim chamada, pois abarca o uso de todos os tipos de substâncias psicoativas; ou seja, qualquer droga que altera o comportamento e que possa causar dependência: álcool, maconha, cocaína, crack, dentre as mais modernas, é uma doença de caráter social, físico e psíquico (NAVES et al., 2013; SANTOS, 2013)

A Organização Mundial de Saúde reconhece a dependência química como doença e designou-a no código CID-10, na qual preconiza a mesma como uma enfermidade incurável e progressiva, apesar de poder ser estacionada pela abstinência OMS (BARBANTI, 2012).

De acordo com o CID-10, a dependência seria um conjunto de fenômenos psicofisiológicos que se desenvolvem depois de repetido consumo de uma substância psicoativa. Tipicamente a dependência estaria associada a várias circunstâncias como, por exemplo: o desejo poderoso de tomar a droga; a dificuldade de controlar o consumo, a utilização persistente apesar das suas consequências nefastas, uma maior prioridade dada ao uso da droga em detrimento de outras atividades e obrigações, um aumento da tolerância pela droga e por vezes e, finalmente, associado a um estado de abstinência quando de sua privação (BARBANTI, 2012). Nesse contexto, Naves e colaboradores (2013) relatam que com o uso de drogas o usuário supre necessidades psicológicas e com isso passa a consumi-la frequentemente para satisfazer-se, evitar sensações de mal-estar e buscar resoluções para seus problemas anteriores. Progressivamente a droga desperta sensação de fissura, um desejo invencível de usar drogas para desfrutar da sensação de prazer. Com as desigualdades financeiras, de oportunidades e de conhecimento e situações conflitantes relacionadas a valores desperta-se a dependência química sendo ela também séria questão social, à medida que atinge o mundo inteiro, em todas as classes sociais (NAVES et al., 2013; SANTOS, 2013).

Sem o tratamento adequado, a dependência química tende a piorar cada vez mais com o passar do tempo, levando a pessoa a uma destruição gradativa de si mesma. Quando essas pessoas chegam às clínicas de reabilitação, geralmente já se conscientizaram que necessitam de ajuda para vencer a dependência, bem como explicitaram o desejo de se submeterem ao tratamento. Não raramente estão com suas relações sócio-familiares prejudicados, quando não destruídas, e com seus projetos educativos e profissionais interrompidos. Na verdade, está experienciando um processo de exclusão social decorrente do consumo de álcool ou de outras drogas de forma recorrente e dependente.

Mas, por outro lado, esse processo de exclusão já é instaurado antes da dependência química, pois na maioria das vezes, essas instituições recebem em seus quadros, pessoas oriundas de segmentos sociais já excluídos social e economicamente (SANTOS, 2013).

Segundo Barbanti (2012) as atividades físicas, de lazer e esportivas, como a prática do futebol, maratona, alongamento, ginástica, yoga, dentre outras, vem ganhando cada vez mais destaque, dentre as diversas atividades físicas oferecidas, para a recuperação dos dependentes químicos. Encontrar um programa de condicionamento físico que seja adequado à pessoa, sempre é de interesse no tratamento da adição.

Naves e colaboradores (2013) relatam ainda que ao praticar-se uma atividade física, estimula-se a produção da endorfina, que é um hormônio capaz de proporcionar bem-estar e prazer na vida do dependente químico, sensações antes obtidas com o uso da droga. Sendo assim, atividades físicas são de grande valor para a nova maneira de viver do adicto em recuperação, como um início na inversão de valores, substituindo uma vida desagregada e desgovernada por uma vida saudável e feliz.

A aptidão física além de promover efeitos positivos para um adicto em recuperação também apresentam o aspecto social que deve ser abordado. A maioria das experiências dos dependentes em recuperação é com dificuldades em ser sociável, devido a sua socialização antes ser somente com a substância química, com ou sem outras pessoas. Deste modo o ginásio, a sala de yoga ou um treino podem ser um ótimo lugar para conhecer pessoas positivas, todos trabalhando para melhorar sua própria saúde física (BARBANTI, 2012).

2.2 A CAPOEIRA COMO ATIVIDADE PEDAGÓGICA

A capoeira, na sua mais completa definição e formação, nasceu no Brasil, com a chegada dos negros escravizados provenientes da região de Angola na África, para trabalhar nas lavouras de cana-de açúcar. Foram trazidos contra a sua vontade, mas naturalmente, trouxeram sua cultura, sua vivência e, com ela, a semente da liberdade que nunca morreu, mesmo na terra marcada pelos horrores da escravidão (SOARES, 2007). Após a abolição da escravatura, muitos ex-escravos passaram a fazer da capoeira um meio de sobrevivência, realizando apresentações públicas. Porém alguns grupos de capoeiristas passaram a utilizar a luta como instrumento em roubos e outros crimes. No ano de 1890, as manifestações de capoeira foram proibidas por lei. Somente no ano de 1929, Getúlio Vargas, no intuito de angariar simpatia popular, liberou diversas manifestações populares, entre elas, a Capoeira. Mesmo assim, durante muito tempo ela manteve-se marginalizada

e somente nos dias de hoje esse quadro vem sendo mudado (MACUL, 2008; LUSSAC & TUBINO, 2009).

Atualmente a capoeira é praticada em vários países e vem ganhando cada vez mais espaço e abordagens no meio acadêmico, sendo considerável o crescimento de pesquisas relativas a esta arte-luta. A capoeira, de origem brasileira, hoje incentivada, protegida e amparada por lei federal, é considerada uma das práticas esportivas mais complexas e completas da humanidade. Em 2008 foi reconhecida pelo IPHAN - Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional – como patrimônio cultural imaterial do Brasil (LUSSAC & TUBINO, 2009).

A capoeira, que consiste em um misto de luta, dança, música e jogo mostra-se um excelente objeto de ludicidade, pois ela pode ser um recurso didático completo, visto que ela traz consigo autonomia, criatividade, musicalidade, domínio corporal, defesa pessoal e grande possibilidade de socialização. No jogo da capoeira o aluno mostra todo seu potencial, trabalhando inúmeras qualidades físicas como: resistência aeróbica e muscular, flexibilidade, velocidades de reação e de deslocamento, forças dinâmica, estática e explosiva, agilidade, equilíbrio, coordenação, ritmo e descontração (NUNES FILHO et al, 2019).

O ensino da capoeira é um rico processo pedagógico que valoriza uma educação libertadora e consciente. Durante o seu ensino serão discutidos elementos históricos dessa manifestação cultural que a caracterizam enquanto luta pela libertação, enquanto símbolo de resistência contra vários tipos de dominação, e enquanto espaço para o exercício da cidadania, de construção da identidade, autoestima e autonomia por parte de seus praticantes (CASTRO JR et al., 2000).

A Capoeira é uma prática multidisciplinar, que ensina de diversas maneiras, usando brincadeiras, letras de músicas, instrumentos, coreografias, atividades físicas, defesa pessoal, entre outras. O conteúdo da capoeira tem um importante papel no universo escolar, encontra-se em total consonância com os parâmetros atuais da educação e é um instrumento capaz de interagir com várias disciplinas como história, geografia, artes, literatura e geometria. Pode-se trabalhar a história da escravidão no Brasil, tradições e costumes culturais dos povos africanos no contexto brasileiro e como se reflete nos dias de hoje (NATIVIDADE, 2006; FERREIRA NETO, 2009).

A musicalidade dá forma e enriquecimento na transmissão do conteúdo. Ela pode ser explorada através de uma variedade de instrumentos e das músicas de capoeira. As aulas de Capoeira propiciam ao aluno a aprendizagem de vários tipos de instrumentos

musicais, como o berimbau, pandeiro, atabaque, agogô e reco-reco. A experiência com os sons produzidos pelos instrumentos utilizados, provoca sensações de bem-estar, a musicalidade está ligada à dimensão intuitiva do cérebro e também mais diretamente aos sentimentos (LACERDA, 2009; FARINA, 2011).

A mais completa maneira de trabalhar capoeira com os alunos é através da roda. É na roda que o aluno mostra o que aprendeu durante os treinos. Além de participarem em modo de cooperação, jogando, cantando, tocando ou batendo palmas. Na roda de capoeira o aluno vai se deparar com o imprevisto, o inesperado e terá que reagir rapidamente, pensando e agindo de maneira correta para manter a evolução do jogo (WIELECOSSELES, 2011). A roda, por sua vez é considerado um local democrático, nela destacam-se o cantor, o público em geral e os jogadores, todos podem participar da roda, sendo um importante instrumento de inclusão social. Além de promover um ambiente agradável, menos sério ou agressivo, dentre outras orientações já expostas. Ela começa a se desenvolver no indivíduo através do contato físico, no controle emocional, na pacificidade, na convivência e, principalmente no respeito mútuo (SANTOS & LUNA FILHO, 2018)

A Capoeira, além de todos benefícios já citados, está associada estritamente a cultura popular, assim é possível corroborar que a dança é um grande impulso educativo, pois é uma prática que transmite a cultura de um povo. O resgate da cultura é fundamental em qualquer tempo, em qualquer lugar. Resgatar e valorizar a sua cultura, suas raízes, suas origens, é, sobretudo no Brasil atual, uma necessidade visível (SANTOS & LUNA FILHO, 2018).

3 METODOLOGIA

O projeto se deu na forma de aulas, uma vez na semana, de aproximadamente 2 horas de duração, com 150 pacientes em recuperação. Os mesmos eram separados em 4 grupos: G1- menores de idade masculino, G2- menores de idade feminino, G3- maiores de idade masculino e G4- maiores de idade feminino. Era norma da clínica que os grupos não tivessem contato uns com os outros, desta forma, em cada semana a aula era realizada com uma turma diferente. As aulas foram constituídas de três partes: inicialmente era realizado o alongamento, posteriormente os treinos individuais e em duplas e ao final dos treinos era realizada a roda de capoeira (Fig. 1). O público-alvo tiveram aulas de capoeira, maculelê e iniciação aos instrumentos musicais utilizados na capoeira como o berimbau, pandeiro, atabaque e agogô, desta forma, os internos tiveram a oportunidade de

desenvolver o que aprenderam durante os treinos, bem como, praticar o que foi aprendido durante as aulas de instrumentos musicais, para que, a capoeira também seja explorada em sua musicalidade.

Houve também rodas de discussão sobre os fundamentos históricos e culturais acerca da capoeira, e sobre questões relacionadas ao público-alvo.

Os pacientes e voluntários do projeto foram avaliados em todos os encontros pelo mestre Reinaldo Primavera, que acompanhou a evolução das aulas, nos quesitos de destreza, agilidade, ginga e ritmo de jogo.

Ao encerramento do projeto foi realizada uma roda de capoeira, onde os pacientes foram batizados, ou seja, cada aluno recebeu uma corda, representando sua introdução oficial na capoeira.

Figura 1: Treino de capoeira na Clínica de reabilitação em dependência química “Projeto Esperança em Cristo” (PROESC), localizada no município de Fama-MG.





Fonte: Felipe Vieira (por orientação da clínica os pacientes não puderam ser identificados nas imagens).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto “Oficina de Capoeira Ginga Legal” promoveu a interação entre os dependentes químicos, a equipe multidisciplinar (assistentes sociais, médicos, enfermeiros, psicólogos) os instrutores de capoeira e os voluntários do projeto (estudante da UNIFAL-MG ou membro externo), servindo de instrumento para a promoção da igualdade, cooperação e a prática da cidadania, onde os pacientes se ressocializaram através de práticas esportivas, melhorando a autoestima e o bem estar físico e mental, permitindo o convívio harmônico entre os mesmos. De acordo com Souza & Lourenço (2009) a Lei no 10.639, no artigo 26-A, torna obrigatório o ensino da história afro-brasileira em todo o currículo escolar, sendo assim, o referido projeto dentro da clínica de reabilitação PROESC aparece como a possibilidade de se discutir essas questões entre o público-alvo bem como entre os voluntários do projeto, promovendo a formação de seres humanos capazes de lidar com as diferenças, tornando-os mais livres de preconceitos e mais tolerantes. Corroborando com essa assertiva, Wielecrosseles (2011) relata que o verdadeiro objetivo da inclusão da capoeira na escola deveria ser além de todo benefício motor, a formação de seres humanos capazes de lidar com as diferenças.

É reconhecido que a recuperação de um adicto é um processo muitas vezes difícil. Ao incorporar em suas práticas de recuperação os exercícios físicos, os dependentes químicos podem aprender novas ferramentas para liberar o estresse, melhorar o humor, adquirir autoconfiança e se conectar com sua força interior. Além de toda a dificuldade no processo de recuperação, e embora na clínica os pacientes tinham uma rotina estabelecida, com afazeres como cuidar da horta e momentos recreativos com o uso da piscina e quadra de futebol, estes eram até então, ausentes de atividades físicas frequentes. Nesse contexto, a prática da capoeira desenvolvida pelo projeto, estimulou a produção de endorfina, capaz de proporcionar bem-estar, permitindo a melhora da

autoestima e um melhor condicionamento físico e mental dos pacientes em recuperação. O que pôde ser confirmado através de observações da equipe multidisciplinar. Segundo foi relatado, os pacientes, se mostraram mais tranquilos e sociáveis, permitindo um convívio mais harmônico entre eles, bem como com toda a equipe.

Barbanti (2012) afirma que os exercícios físicos apresentam inúmeros efeitos benéficos no indivíduo que se recupera da dependência química, pois sua prática geralmente é prazerosa e possibilita a interação e socialização. O que anteriormente só era possível com o uso da substância química. Durante os treinos semanais, pôde-se observar um ambiente de alegria e aumento dos sentimentos de autoconfiança, otimismo, diminuição da depressão e ansiedade pelos pacientes.

O método aplicado no projeto é o da capoeira regional do Mestre Bimba, é uma capoeira bem dinâmica, com características marciais. O que proporciona uma excelente atividade aeróbica (FREITAS, 2007).

A capoeira é considerada uma prática globalizadora, que ensina de forma lúdica, onde se trabalha conteúdos como esporte, jogos, danças, brincadeiras e lutas. Trata-se de um trabalho em que se faz necessária a prática de uma sincronia grupal, através da roda de capoeira. Na roda têm-se a oportunidade de mostrar o que de melhor, cada participante desenvolveu, seja jogando, cantando, tocando ou batendo palmas (WIELECOSSELES, 2011). Desta maneira, os internos tiveram a oportunidade de desenvolver as suas aptidões dentro da prática da capoeira, valorizando o papel de cada um, melhorando a autoestima e bem-estar. Foi observado que alguns pacientes se identificavam com o canto, outros em tocar os instrumentos e houve aqueles que tinham mais aptidão com o jogo da capoeira em si, de maneira geral, todos tiveram participação nas aulas, era um momento de bastante alegria e descontração. Assim sendo, a roda é considerada um local democrático, onde não precisa ser bom de capoeira para participar da roda e tampouco se discrimina gênero, classe social, cor ou religiosidade. Nesse ínterim, afirma mestre Pastinha “a capoeira é para homem, menino, mulher”. Na verdade, para que o espaço seja de igualdade é preciso ser apenas capoeirista (SANTOS & LUNA FILHO, 2018).

A musicalidade foi desenvolvida através do contato com os instrumentos utilizados na roda de capoeira como os berimbaus, pandeiros, reco-reco, agogô e atabaque. De acordo com Farina (2011) a experiência com os sons produzidos pelos instrumentos mencionados, provoca sensações que se difere daquelas obtidas na escrita e na leitura. A música está ligada diretamente aos sentimentos. Além disso, as músicas próprias de capoeira, são também elementos importantíssimos na transmissão dos saberes, onde se

canta conteúdos como a história da capoeira e de grandes Mestres, narrativas de feitos, ensinamentos, avisos. A musicalidade dá forma e enriquecimento na transmissão do conteúdo. (LACERDA, 2009)

Os pacientes tiveram a oportunidade de enxergar a capoeira não só como atividade física, como também, valorizar a cultura afro-brasileira, através das aulas de maculelê, dança afro, samba de roda e de iniciação aos instrumentos musicais da capoeira, na qual a mesma pôde ser explorada na sua musicalidade. A historicidade também pôde ser trabalhada, através de rodas de conversas acerca de temas relacionado à escravidão no Brasil, tradições e costumes culturais dos povos africanos no contexto brasileiro e como se reflete atualmente, concordando com a assertiva de FERREIRA NETO (2009) e PAULA & BEZERRA (2014) que afirmam que associar conteúdos históricos é uma tarefa essencial para o desenvolvimento da capoeira dentro das instituições. Nesse sentido, Santos & Luna Filho (2018) menciona ainda que, a capoeira se transformou num símbolo de resistência cultural, e para entendê-la, é preciso saber os episódios da vida nacional: das lutas de liberdade dos negros cativos até a realidade da vida das populações marginalizadas das cidades.

Para os voluntários do projeto, o contato com a realidade dentro de uma clínica de reabilitação, despertou no aluno interesses além de sua vivência habitual, e promoveu discussões de questões importantes como: a situação dos dependentes químicos do ponto de vista social e de saúde pública, bem como o uso abusivo de substâncias psicoativas como o álcool e o tabaco, além das drogas ilícita, formando cidadãos mais conscientes e participativos.

5 CONCLUSÃO

A partir desse projeto verificou-se que a atividade física praticada através da capoeira pode ser uma alternativa de inclusão social e educação, através do tripé: movimento, arte e música, sendo uma ferramenta importante e motivadora para os pacientes em recuperação, promovendo o bem-estar físico e mental dos mesmos, além de contribuir para uma inclusão social de maneira saudável, servindo desta forma, de instrumento de ressocialização.

REFERÊNCIAS

BARBANTI, E. J. A Importância do Exercício Físico no Tratamento da Dependência Química. **Educação Física em Revista**, v. 6, n. 1, p. 1-9, 2012.

CASTRO JUNIOR, L. V.; ABIB, P. R. J.; SANTANA, S. J. Capoeira e os Diversos Aprendizados no Espaço Escolar. **Motrivivência**, v.11, n. 14, p. 159-171, 2000.

FARINA, S. Pedagogia da Mandinga: A Capoeira como expressão de liberdade no currículo escolar e no mundo da rua. **Revista Didática Sistêmica**, v. 13, n. 2, p. 94, 2011.

FERREIRA NETO, J. O. Capoeira no Contexto Escolar: Instrumento Facilitador da Aprendizagem, In: SANTOS, José Kennedy Silva dos, Abrindo Trilhas para os Saberes: Formação Humana, Cultura e Diversidade. Fortaleza: SEDUCCE, p.153-164, 2009.

FREITAS, J. L. **Capoeira na Educação Física: como ensinar?** Curitiba: Editora Progressiva, 2007.

LACERDA, F. F. **Capoeira Angola nas aulas de Educação Física: Possibilidades metodológicas de ensino da cultura popular**. Belo Horizonte – MG, 11/2009. www.olympic.eeffto.ufmg.br

LUSSAC, R. M. P.; TUBINO, M. J. G. Capoeira: a história e trajetória de um patrimônio cultural do Brasil. **Revista da Educação Física /UEM**, Maringá, v. 20, n. 1, p. 7-16, 2009.

MIALICK, E. S; FRACASSO, L.; SAHD, S. M. P. V. A importância da prática de atividade física como auxílio no processo de tratamento para a dependência química em pessoas de 18 a 35 anos. **VI Concurso Nacional de Monografias sobre o tema Drogas para Universitários 2006/2007**, promovido pelo Centro de Integração Empresa Escola – CIEE, em parceria com a Secretaria Nacional Antidrogas –SENAD.

MACUL, M. V. S. Capoeira: luta de resistência à violência. **Boletim Interfaces da Psicologia da UFRural- RJ**, 2º Seminário, p. 50-74, 2008.

NATIVIDADE, L. A Capoeira nas aulas de educação física nas escolas municipais de Barra Mansa. Hoje um passo, amanhã uma caminhada. **Revista Digital**, Bueno Aires, ano 10, n. 94, março, 2006.

NAVES, C. P.; PAIVA, I. M. R.; FIGUEIREDO, B. M.; MÂNGIA, R. C.; PEREIRA, M. S.; FIGUEIREDO, A. P. Atividade física como terapia auxiliar no tratamento de dependentes químicos. **Revista Digital**. Buenos Aires, v. 18, n. 180, 2013. Disponível em: www.efdeportes.com

NUNES FILHO, L. U.; MOURA, J. P. A.; ALENCAR, D. L. A capoeira como conteúdo nas aulas de Educação Física um estudo da prática pedagógica de professores de escolas públicas. **Lecturas: Educación física y deportes**, v. 24, n. 257, p. 1514-3465, 2019.

PAULA, T. R.; BEZERRA, W. P. As vantagens do ensino da capoeira nas aulas de Educação Física Escolar. 2014. Disponível em: www.efdeportes.com

PRATTA, M. M.; SANTOS, M. A. O Processo Saúde-Doença e a Dependência Química: Interfaces e Evolução. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 25, n. 2, pp. 203-211, 2009.

SANTOS, N. M. Tocando a vida: terapia comunitária integrativa como ferramenta de reinserção social para adictos. **Temas em Educação e Saúde**, v. 9, n. 1, p. 63-92, 2013.

SANTOS, V. H.; LUNA FILHO, V. D. A capoeira como instrumento de inclusão social nas aulas de educação física na educação básica. **Anais do V CONEDU- Congresso Nacional de Educação**. Olinda-PE, 2018.

SILVA, M. J.; BERNARDES, P. S.; BORGES, A. R.; SOARES, V. Programa de atividade física melhora aspectos da depressão e aptidão física de dependentes químicos. **Motricidade**, v. 14, n.1, p. 16-20, 2018.

SOARES, C. E. L. **A Capoeira Escrava**, Editora Unicamp, 2007, 477 p.

SOUZA, W.; LOURENÇO, A. L. C. Capoeiras Jogam Física?! **XVIII Simpósio Nacional de Ensino de Física**, 2009.

WEILECOSSELES, L. M. A Roda de Capoeira na Roda do Conhecimento: Uma Prática Educativa. **Coloquium Internacional de Educação Física sobre Indicadores de Qualidade do Ensino Fundamental**, v. 01, n. 01, 2011.