

## ESPORTES DE AVENTURA: UMA TRILHA NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL DO SER HUMANO

Jarbas Pereira Santos<sup>1</sup>  
Marilda Teixeira Mendes<sup>2</sup>  
Michela Abreu Francisco Alves<sup>3</sup>  
Kátia Maria Gomes Monção<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Faculdades Unidas do Norte de Minas – Funorte  
jarbas.edfisica@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG

<sup>3</sup>Faculdades Unidas do Norte de Minas – Funorte

<sup>4</sup>Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG

### RESUMO

Os esportes de aventura têm se tornado cada vez mais comum nos dias atuais, despertando grande interesse na sociedade brasileira, onde novas modalidades surgem e concomitantemente aumenta o número de adeptos a essas práticas. As visitas na natureza, que expressam pelas manifestações do corpo, possuem influências que permeiam desde a questão ambiental, até questões pessoais, como a fuga da rotina e descanso. O estudo teve por objetivo investigar através de pesquisa bibliográfica, os esportes de aventura com ênfase na natureza como parte integrante da Educação Física e essa relação entre os seres humanos e o meio ambiente. Com base nos levantamentos obtidos acerca dos esportes de aventura em específico da prática na natureza, o indivíduo acaba por pensar coletivamente e individualmente, mas sendo parte de um todo comum, valorizando a cooperação e o companheirismo, uma vez que como seres humanos tornam-se mais sensíveis e autoperceptíveis, onde esses valores e interações na natureza acabam por serem retomadas na volta ao cotidiano. Os profissionais da educação física, uma vez interessados na atuação, por sua vez deverão atender a necessidade de uma formação e capacitação profissional específica para atuar na área.

**Palavras-chave:** esportes de aventura, natureza, educação física.

### ABSTRACT

The adventure sports have become increasingly common these days, attracting great interest in Brazilian society, where new forms arise and concomitantly increases the number of adherents to these practices. Visitations in nature which express the manifestations of the body, have influences that permeate from the environmental issue, even personal issues, such as escape from routine and rest. The study aimed to investigate through literature research, the adventure sports with an emphasis on nature as an integral part of Physical Education and the relationship between humans and the environment. Based on surveys obtained about adventure sports in specific practical in nature, the person ends up thinking collectively and individually, but being part of a common whole, enhancing cooperation and friendship, since

as human beings become more sensitive and self perceived, where these values and interactions in nature end up being taken back to the routine. The physical education professionals, once interested in acting, in turn will need to stick to a specific vocational education and training to work in the area.

**Keyword:** adventure sports, nature, physical education.

## INTRODUÇÃO

Os esportes de aventura têm se tornado cada vez mais comum nos dias atuais, despertando grande interesse na sociedade brasileira, onde novas modalidades surgem e concomitantemente aumenta o número de adeptos a essas práticas.

As visitas na natureza, que expressam pelas manifestações do corpo, possuem influências que permeiam desde a questão ambiental, até questões pessoais, como a fuga da rotina e descanso.

As experiências íntimas do corpo com a natureza representam uma forma de comunicação, um diálogo entre o homem e o mundo natural. Diálogo este, crítico ou não, dependendo da relação do homem com sua corporeidade expressa no movimento humano, os quais sofrem influências diretas de sua cultura e valores (BRUHNS, 1997b).

Segundo Pimentel (2008), os esportes de aventura são adotados como opção de ócio ativo no tempo livre, especialmente entre a população púbere e adulta-jovem das grandes cidades. Para a saúde pública esse tipo de prática é um objeto contraditório, pois muitas pessoas são vítimas de acidentes fatais quando não agem com segurança, mas, por outro lado, a aventura é utilizada como uma forma lúdica de controle do estresse e de outros fatores de risco para diferentes padecimentos. Assim, praticar esportes de aventura pode ser um fator de risco e, ao mesmo tempo, uma forma de se adaptar às ameaças da vida cotidiana. Deve-se antes de tudo informar-se dos profissionais que atuam na área e de suas referências profissionais, equipamentos de segurança, treinamentos, entre outros, para que seja uma atividade de risco controlado e de vivência diferenciada e prazerosa na natureza.

Diversas experiências humanas foram relatadas e documentadas sobre o tema que antes era destinado apenas aos seres dotados de heroísmo e coragem (STEINMANN, 2003; FERRERAS, 2005; HERZOG, 2001). O que tem se alterado e difundido desde o início da última década é a democratização dessas atividades, onde elas hoje são praticadas por uma diversidade de pessoas, em geral com pouco conhecimento sobre os aspectos técnicos e de segurança que elas exigem, mas que querem viver suas emoções (PEREIRA; ARMBRUST; RICARDO, 2008).

O estudo teve por objetivo investigar através de pesquisa bibliográfica, os esportes de aventura com ênfase na natureza como parte integrante da Educação Física e essa relação entre os seres humanos e o meio ambiente.

## ESPORTES DE AVENTURA

Elias e Dunning (1992) acreditam ser necessário nos atermos para o fato de que, ao longo da evolução humana, sempre existiram práticas que envolvessem desafios e aventuras em que fortes emoções se faziam presentes. Contudo, tais práticas não podem ser chamadas de "esportes de aventura", pelo fato, é claro, de que não eram atividades esportivas, pelo menos não no sentido que é atribuído hoje à expressão. E, por fim, estas não eram dotadas da função que o esporte assumiu mais recentemente em nossa sociedade (CANTORANI; PILATTI, 2005).

Os esportes de aventura são conhecidos pela busca por sensações novas, com um caráter prazeroso, plenitude pessoal, evasão divertida e o contato com a natureza. No início da década de 90, pode-se observar uma maior esportivização dessas práticas, ou pelo menos, de grande parte desses “novos esportes”, que tiveram uma crescente procura como forma de lazer na década de 70 (BETRÁN, 2003).

Cordeiro *et al.* (2008) exemplifica algumas atividades de esportes de aventura no ar, terra e água:

*As modalidades relativas ao ar:* Pára-quedismo, *Sky-surf*; *Base jump*, Asa-delta; Parapente (infla e decola), Balonismo e Ultraleve.

*As modalidades relativas a terra:* Espeleologia (exploração de cavernas), Excursionismo (caminhadas, *trekking* e *hiking*), *Rallies* (classe turismo), *Bung jump*, *Rope swing* (pêndulo c/ corda), Cavalgada, Orientação (caminhada e corrida), Canionismo (rapel e tirolesa), Montanhismo (escalada e caminhada), Ciclismo, *Mountain bike* (cicloturismo), *Off-road* (fora-de-estrada), Arborismo, Motocross, *Sand board* (prancha na areia).

*As modalidades relativas à água:* Caiaque, Surf, Mergulho, Vela, *Acqua-rider*, Bóiacross, *Rafting*, *Outrigger* (canoavaiaiana), Canoa, *Windsurf*, *Moreybug* (*body boarding*).

Os esportes de aventura despertam em seus praticantes características de compromisso, superação de limites, autoconfiança, companheirismo, tolerância ao sucesso e ao fracasso, e são apontadas como sinônimo de prazer e bem-estar.

A ação e a aventura são aspectos que encontramos inseridos no contexto de esportes de aventura, e para tanto devemos compreender os seus significados.

O significado de ação é: movimento; atitude ou comportamento; manifestação de força e energia; capacidade de fazer algo (FERREIRA, 1989). Numa análise simples vemos que o símbolo dessas atividades está num movimento importante a ser executado, um gesto técnico complexo que traduza a sua emoção, a chamada manobra. A atitude é sinônimo de ação e está ligada às tribos citadas por Uvinha (2001), pois os grupos que se relacionam no seio dessas práticas tendem a ter uma forma de linguagem, vestimenta, e comportamento que os unem.

A palavra aventura do latim *adventura* quer dizer o que está por vir, com o sentido de desconhecido, imprevisível (FERREIRA, 1989). Esse sentido liga-se ao sentimento de buscar algo que não é tangível num primeiro momento, que é muito comum aos praticantes de modalidades na natureza, principalmente aquelas onde a distância, o clima, o esforço físico, a privação e a incerteza estão presentes.

Os esportes de aventura aparecem como uma válvula de escape, considerando que os mesmos são uma forma de se escapar da pressão comportamental imposta pela sociedade.

Conforme aborda Schwartz (2006), esta dinâmica entre homem e natureza possibilita o confronto do indivíduo com suas próprias limitações e compreensão de seus comportamentos e escolhas, atingindo uma maior interação entre os processos de percepção e ação.

Durante as visitas na natureza, os indivíduos deparam com diversas oportunidades de praticar atividades que se apresentam como espaços de reintegração entre os seres humanos e a natureza (SILVA; DAMIANI, 2005).

## ESPORTES DE AVENTURA E A EDUCAÇÃO FÍSICA

A Educação Física, sofre com a visão de um pensamento racional sobre o corpo como frisa Bracht (1999), mesmo tomando como exemplo no campo dos esportes de aventura a graduação de vias de escalada em rocha acerca da dificuldade exata para cada caminho escolhido como via de acesso ao cume das rochas, considerando as variáveis, dificuldade de

movimentação, risco de queda, tempo de duração da escalada, quantidade de força exigida, qualidade das proteções, nível máximo de dificuldade do lance mais difícil da via etc, segundo FEMERJ (2007), continua existindo uma subjetividade que se baseia nos conceitos de cada indivíduo sobre o que é a escalada, uma vez que se deve levar em consideração alguns fatores como tipo de formação geológica e geográfica, na inclinação natural da rocha, na história da comunidade escaladora local e até mesmo na vaidade pessoal de cada escalador que conquista uma via. A criação de regras nos esportes de aventura deve se basear na complexidade, o que vai de encontro ao pensamento de Souza (2001), quando adentra ao mundo da escalada para demonstrar uma forma de manifestação da inteligência humana: a inteligência corporal cinestésica. Completando esse raciocínio, Bracht (1999) acredita no momento de transição que a sociedade pós-moderna passa e que por esse motivo o desafio deve ser não simplificar, mas entender as relações complexas compreendidas no campo da Educação Física.

A Educação Física também deve focar e não perder de vista uma de suas funções mais importantes que é o desenvolvimento integral do indivíduo, oferecendo-o situações novas e imprevisíveis existentes nos esportes praticados em meio natural.

Hyder (1999), Freire e Schwartz (2005), defendem essas práticas como possibilidades educacionais e formadoras dos cidadãos. O que nos remete aos profissionais e educadores que necessitam se apropriar dessa nova cultura para contextualizar seus conteúdos a nova realidade da Educação Física.

De acordo com Marinho e Gáspari (2003), novos olhares têm se voltado ao ofício de ensinar, às condições e motivos pelos quais se ensina para quem se ensina e ao perfil do profissional que se pretende formar. Esses novos olhares são capazes de mudar, inclusive, o foco do que se entende por ensinar, aprender e ter como profissão.

As pessoas que optaram por esta profissão interdisciplinar, muitas vezes não dão conta do universo de opções que ela oferece e os esportes de aventura é um deles.

Os cursos de formação, nesse pressuposto, não podem mais estar atrelados à concepção de uma educação que se viabiliza apenas nos espaços formais da instituição, requisitando uma ampliação dos horizontes da ação educativa para além de seus muros e para além dos aspectos predominantemente cognitivos. Faz-se, premente, então, ousar e extrapolar na organização de estratégias pedagógicas que se utilizem dos espaços informais, de modo complementar, com objetivo de focar o sujeito aprendiz por inteiro, ou seja, não apenas no cognitivo, mas também nos seus elementos afetivos e emocionais (MARINHO; GÁSPARI, 2003).

Grezzana (2000) constata que o PCN (Parâmetro Curricular Nacional), evidencia a possibilidade de desenvolvimento das potencialidades humanas tendo como característica o risco, o desafio e a aventura.

O desafio que se impõe à educação brasileira, neste século, passa pela gestão da qualidade, a partir de ações compromissadas, competentes e criativas, das quais podem emanar mudanças significativas quanto ao processo formativo dos futuros profissionais do lazer, do turismo, do ecoturismo e outros (MARINHO; GÁSPARI, 2003). Inclui-se também nessa temática os esportes de aventura pela necessidade de formação e capacitação dos profissionais de educação física para atuar na área.

Conforme relatam Marinho e Gáspari (2003), um profissional competente deverá estar sintonizado com outros indicadores de aprendizagem, de natureza emocional, igualmente importantes no processo de aprender a aprender.

## **O RISCO NA AVENTURA**

Risco é também parte dos esportes de aventura que vem tornando-se cada vez mais populares.

O risco costuma ser um tema complexo quando se fala de esportes na natureza, já que pressupõem a possibilidade de estar jogando com a própria vida. A partir do momento em que nascemos e somos apresentados ao mundo, estamos sujeitos aos problemas e contratemplos que a vida oferece, ou seja, correr riscos é uma condição inerente a qualquer ser vivo (CARVALHO, 2005).

Para Guzzo (2004), pensar o risco é geralmente pensar o movimento. Movimento caracterizado como ação de qualquer tipo, envolvendo escolhas que possam gerar consequências para o indivíduo que as faz.

Correr riscos, em todos os sentidos, aparece como forma de ser contemporânea: coragem, adrenalina, medo, movimento. A aventura passa a ser envolvida por aparelhos de segurança, equipamentos específicos e constante monitoramento. O ingresso nesse tipo de modalidade de risco mantém a tradição do fortalecimento do caráter, ou do mito do herói (GUZZO, 2004).

É preciso deixar claro que, as práticas dos esportes na natureza de maneira geral exigem muita prudência, para que a experimentação do risco imaginário não se torne real. O perigo está sempre à espreita e exige atenção permanente (CARVALHO, 2005).

Segundo Bartmann (2006), fisiologicamente quando a dopamina é liberada, ela excita os seus receptores e em situações de estresse e fadiga nos esportes que enfrentam essa situação, a mesma deveria diminuir a sua liberação, mas acontece o contrário, explicando a busca pelo risco.

E na prática dos esportes junto à natureza, no meio selvagem, chamado de “Esportes de Aventura”, anda casado com a imagem de uma aventura cheia de valores do âmbito simbólico. Isto se dá pela associação da aventura lúdico-esportiva na natureza, onde cada objeto que a compõe (montanha, céu, abismo, nuvem, vento e etc.) assume um valor, fazendo assim uma conexão com o mundo objetivo subjetivo (BARTMANN, 2006).

Há uma dimensão positiva no enfrentamento dos riscos. Há uma velha conexão entre risco e aventura, valorizada pela ousadia passível de levar a descobertas e há também uma velha conexão entre risco e formação de caráter, expressa no valor educativo da aventura (SPINK *et al.*, 2004). Podem-se descrever valores que norteiam esse tipo de educação: aventura e desafio; paixão e serviço; aprendizagem por intermédio da experiência; desenvolvimento pessoal; responsabilidade social e ambiental.

Conforme Spink *et al.* (2004) os esportes de aventura ajudam primeiramente a conhecer-se melhor, depois o ensinam a abrir-se, possibilitando ajudar aos outros em sua equipe, onde essa combinação que o ajuda a ver as coisas com novos olhos e faz do esporte uma experiência incrível.

Também a competição e a luta pela sobrevivência na sociedade ao mesmo tempo nos atraem e nos atemorizam, e percebemos que delas não podemos fugir. Percebemos então que o risco é um companheiro do cotidiano e que precisamos conhecê-lo, calculá-lo e controlá-lo (COSTA, 2000).

Conforme Cantorani e Pilatti (2005), ocorre uma diminuição do nível de riscos envolvidos, pois, nos últimos anos, passou a contar, devido à demanda, com empresas especializadas em equipamentos de segurança, que, por sua vez, se tornam cada vez mais sofisticados.

Na maioria dos esportes que envolvem altura, água e velocidade, não há espaço para erros e muito menos para desprezar equipamentos de segurança, já que a “vida” é uma só. Temos convicção de que ninguém busca os esportes na natureza com a finalidade de extirpar a própria vida. Acreditamos que a utilização de um termo mais abrangente para estes esportes, seja imprescindível para o desenvolvimento e difusão das modalidades e principalmente, para

servir de ferramenta de acesso capaz de criar as condições necessárias a todos (CARVALHO, 2005). Em ambientes naturais e espaços urbanos ao ar livre, que envolvam emoções e riscos controlados, exige-se o uso de técnicas e equipamentos específicos, e a adoção de procedimentos para garantir a segurança pessoal e de terceiros e o respeito ao patrimônio ambiental e sociocultural.

Esse mesmo risco, evidenciado pelas pessoas, parece afetar diferentemente a cada um, inibindo-as ou estimulando-as à prática de esportes de aventura.

### **QUALIDADE DA ATIVIDADE, SEGURANÇA E CONSCIÊNCIA AMBIENTAL**

A qualidade da atividade ou do serviço prestado aos iniciantes ou praticantes de esportes de aventura é o principal impacto do conceito no público consumidor será a qualidade no atendimento; a segurança e o conforto; e a consciência ambiental. É importante que anexo a tudo isso esteja fundamentado a qualidade de vida na diferenciação do serviço.

Quanto à garantia da segurança, mesmo sem um conhecimento profundo sobre as novas tecnologias e os novos equipamentos específicos que existem no mercado, voltados à prática de tais esportes, o iniciante, ou até mesmo os mais experientes devem prezar pela manutenção, certificação e qualidade dos equipamentos, assim como pelas orientações específicas de segurança.

É necessário o máximo de cuidado e formação, necessários para estas práticas fluírem com a segurança exigida e os sujeitos possam usufruir do prazer, na busca das emoções por meio do risco imaginário, uma vez que não garantida à segurança, pode-se acarretar transtornos inevitáveis à vida do homem.

Conforme Nazari (2007), isso pode não parecer verdade, mas a grande maioria dos acidentes que ocorrem, acontece por erro humano, seja por falha de um equipamento que não foi usado de maneira adequada, ou por não haver qualquer tipo de manutenção neste equipamento, ou até mesmo por negligência do praticante. É preciso que se questione sobre a atividade para que se tome conhecimento da mesma e dos riscos envolvidos.

É extremamente importante que todos os equipamentos a serem utilizados tenham algum tipo de certificado de qualidade, pois é o que vai garantir a segurança do equipamento.

Em qualquer esporte o praticante deve estar em boas condições físicas e mentais; planejar antecipadamente; possuir o equipamento adequado (desde roupas até os equipamentos específicos do esporte); saber como utilizar o equipamento; levar apenas o necessário; nunca praticar sozinho; avisar outras pessoas para onde você está indo; observar as condições meteorológicas; respeitar seus próprios limites e do companheiro; estudar antes a região que irá praticar o esporte; estar sempre acompanhado de alguém que tenha algum tipo de experiência no esporte; estar bem alimentado, entre outros (NAZARI, 2007).

Na atualidade, os esportes na natureza têm desempenhado um papel tanto social como educacional e têm proporcionado algumas mudanças como a ocupação do tempo livre em uma sociedade tecnologicamente desenvolvida e conseqüentemente cada vez mais estressante; a revitalização de áreas rurais, antes em completa decadência; o despertar de interesses políticos e financeiros em todo o mundo, levando à criação de leis que regulamentam o acesso e utilização dos variados ambientes (CARVALHO, 2005).

Carvalho (2005) relata que o “tempo livre” é uma expressão dos tempos modernos, que reflete claramente o modo de vida das pessoas que tentam encontrar lacunas em suas vidas em busca de algo que se distancie das responsabilidades cotidianas. E elas vêm descobrindo nos esportes na natureza, formas rápidas de sentir novas sensações que aliviam de certo modo os sintomas do stress físico e mental. A velha expressão “*eu tenho a vida inteira pela frente*”, já não serve mais como referência nos dias de hoje. É preciso gerenciar o tempo.

Outro fator importante dos esportes na natureza está relacionado com a revitalização de locais como fazendas e pequenas cidades interioranas, antes em completa decadência. O que antes era desprezado pelos proprietários como trilhas e cachoeiras, de repente tornou-se a maior fonte de renda destes locais, fazendo com que o turismo rural ganhasse força e se expandisse por todos os cantos do país agregando valor ao sustento das famílias e das propriedades (CARVALHO, 2005).

Todo este novo e promissor movimento, também acabou gerando a necessidade de se criar uma legislação ambiental nacional que é considerada uma das mais completas e bem elaboradas do mundo. Infelizmente, também uma das menos respeitadas e mal aplicadas em função de interesses políticos (CARVALHO, 2005).

Na formação da consciência ambiental, o corpo é concebido como receptor e emissor de informações, em uma relação acentuada pela contemplação, estimulando o aguçamento dos sentidos e filtrando-se em valores e concepções de estilos de vida (LAVOURA; SCHWARTZ; MACHADO, 2008).

Lavoura; Schwartz e Machado (2008) relatam que é neste “jogo das sensações”, possibilitado pela efetiva relação ser humano-natureza, que surge o espaço para a discussão da valorização e preservação do meio ambiente, sensibilizando, tocando e despertando, nestes praticantes, atitudes e condutas preservacionistas.

Entretanto, MARINHO (2004), quando a mesma afirma que a simples visita à natureza pode não ser suficiente para despertar nos indivíduos a consciência preservacionista.

É preciso que se tenha uma atividade de qualidade, onde a segurança seja primordial para as práticas de esportes de aventura, mas devemos em contrapartida, trabalhar a consciência ambiental que possibilite a conservação e preservação da natureza e a prática do desenvolvimento sustentável das áreas rurais e naturais.

## **O TURISMO COMO AVENTURA**

O ecoturismo é um tipo de turismo na natureza que abrange em sua conceituação a experiência educacional interpretativa, a valorização das culturas tradicionais locais, a promoção da conservação da natureza e do desenvolvimento sustentável (KINKER, 2002).

O turismo de aventura define-se, segundo Fennel (2002), como uma atividade de lazer ao ar livre que ocorre em um local de destino não usual, exótico, remoto ou de vida selvagem; envolve algum meio de transporte não convencional e tende a ser associado a níveis baixos ou elevados de atividades.

Conforme evidenciam Tahara e Schwartz (2002), os esportes de aventura oferecem a possibilidade de vivenciar sentimentos de prazer, em função de suas características que promovem, inclusive, a ampliação do senso de limite da liberdade e da própria vida.

O turismo de aventura é um dos segmentos que atualmente mais cresce em todo o mundo e particularmente no Brasil, onde as belezas naturais e a grandiosidade do país permitem a realização de uma infinidade de atividades em diversos destinos turísticos. Inicialmente tratado como uma vertente do turismo de natureza, o turismo de aventura se disseminou pelo Brasil, desenvolvendo características próprias e resultando no surgimento de empresas e profissionais especializados (MINISTÉRIO DO TURISMO, 2010).

Ainda segundo o Ministério do Turismo, “o turismo de aventura compreende os movimentos turísticos decorrentes da prática de atividades de aventura de caráter recreativo e não-competitivo”. São as atividades recreativas que envolvem desafio e riscos avaliados e que proporcionam sensações diversas e novidade.

Marinho (2001a), ao afirmar que no turismo de aventura, as atividades as quais requerem os elementos naturais para o seu desenvolvimento, de formas distintas e específicas, parece realmente estar despertando maiores sensibilidades, em diferentes níveis. As intensas

manifestações corporais, nessas práticas, permitem que as experiências na relação corpo-natureza expressem uma tentativa de reconhecimento do meio ambiente e dos parceiros envolvidos, expressando, ainda, um reconhecimento dos seres humanos enquanto parte desse meio.

Por sua vez, o turismo de aventura ao conquistar mais espaços, a cada dia, enquanto campo de trabalho exige um novo perfil de profissional que, vencendo os desafios das diversas demandas sociais, reitere a validade desta proposta como uma estratégia criativa e lúdica, facilitadora do reencontro e da simbiose dos seres humanos com a natureza. Dessa forma, aponta-se para a necessidade da existência de uma pedagogia capaz de incorporar aspectos lúdicos, potencializados por meio de uma educação para o lazer e a recreação (MARINHO; GÁSPARI, 2003).

O turismo ecológico ou ecoturismo surge como uma alternativa de se contrapor à lógica do turismo de massa (estandardizado e predatório) e procura, cada vez mais, defender a proposição de roteiros personalizados, preocupados com o mínimo impacto e com grande interesse paisagístico-ecológico (SERRANO; BRUHNS, 1997). Para tanto, deve-se direcionar nossas preocupações em termos de planejamento, gestão e sustentabilidade.

## **AVENTURA E QUALIDADE DE VIDA**

Em tais atividades, o fato de chegar a lugares, por ora inacessíveis (o cume de uma montanha, o escuro da caverna, a força dos ventos ou das corredeiras dos rios) permite que tais “aventureiros” experimentem uma gama de significados, por meio desta troca simbiótica entre corpo e meio, remetendo os sujeitos a novas sensações, sentidos, sentimentos e emoções (LAVOURA; SCHWARTZ; MACHADO, 2008). A busca pelos desafios aos limites, pelo alcance de metas, pela interação homem-natureza-atividade e pelo ingrediente do risco controlado salvaguardado pela segurança dos equipamentos configura a aventura.

Qualidade de vida é um conceito que se parece próximo e ao mesmo tempo distante. Próximo por pretender abranger os incontáveis fatores que influenciam na vida dos seres humanos; distante pelo fato de que ao querer dizer muito pode acabar dizendo nada (ZIMMERMANN, 2006). De acordo com a autora, qualidade de vida é sentir-se parte do ambiente, agente de transformação; é fazer o que se gosta, ou "pelo menos ter a possibilidade de".

Para alguns praticantes de esportes de aventura, por exemplo, qualidade de vida pode não ser um conceito muito claro, mas está vinculada ao estresse, e combater o estresse é esquecer os problemas, quando o pensamento se dá no mesmo momento da prática. Da mesma forma, é freqüente a idéia de troca de energias. O praticante não recebe passivamente novas energias, é preciso ser/estar na natureza, estar na ação. É interessante que para descansar a mente é preciso levar o corpo para passear, reconhecendo-se então uma unidade (ZIMMERMANN, 2006).

Para Zimmermann (2006), a atividade física, qualquer que seja, está vinculada à saúde e, da mesma forma, à qualidade de vida, mas não como uma pílula cujos efeitos podem ser controlados, mas por ser uma forma de movimento.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com base nos levantamentos obtidos acerca dos esportes de aventura em específico da prática na natureza, o indivíduo acaba por pensar coletivamente e individualmente, mas sendo parte de um todo comum, valorizando a cooperação e o companheirismo, uma vez que como seres humanos tornam-se mais sensíveis e autoperceptíveis, onde esses valores e interações na natureza acabam por serem retomadas na volta ao cotidiano.

Nos esportes de aventura, as sensações densas e excepcionais proporcionaram bem estar e vitalidade em situações de risco controlado.

A prática de esportes de aventura está ligada à qualidade de vida do indivíduo, uma vez que o mesmo é levado à melhoria do condicionamento físico, do movimento, da cooperação e trabalho de equipe, da responsabilidade consigo e com o próximo, através de uma interação e respeito maior com a natureza.

O risco por sua vez, trabalha como uma ferramenta de atração aos esportes de aventura, trazendo atrelados aspectos como coragem, adrenalina, medo, movimento, fortalecimento do caráter, prudência, aventura e desafio, valor educativo, responsabilidade social e ambiental. Mas também vale ressaltar que o risco pode ser estimulador ou inibidor da prática, com a experiência vivenciada como um todo.

O risco adquire um papel significativamente importante no que tange à satisfação com a experiência, sendo que o desejo de participar pode diminuir se tais riscos não existirem. Igualmente, o excesso de risco em uma aventura pode resultar na diminuição da satisfação e, até mesmo, na perda do desejo de participação.

Os profissionais da educação física, uma vez interessados na atuação, por sua vez deverão ater a necessidade de uma formação e capacitação profissional específica para atuar na área.

É recomendada a realização de estudos relacionados os esportes de aventura acerca da Educação Física, ou da Ciência da Motricidade para que se possa conquistar novos espaços e apresentar novas reflexões e aprofundamentos acerca dos conteúdos disciplinares e práticos.

## REFERÊNCIAS

BARTMANN, F. J. D. **O perfil técnico-científico dos instrutores de esportes de aventura de escolas de instrução no Estado do RS**. Monografia submetida ao Curso de Educação Física, Universidade Luterana do Brasil, Canoas, 2006.

BETRÁN, J. O. Rumo a um novo conceito de ócio ativo e turismo na Espanha: as atividades físicas de aventura na natureza. In: MARINHO, A., BRUHNS, H. T. **Turismo, lazer e natureza**. São Paulo: Manole, 2003.

BRACHT, V. **A constituição das teorias pedagógicas da educação física**. CEDES v.19, n.48, Campinas, ago. 1999.

BRASIL/EMBRATUR. **Plano nacional de desenvolvimento sustentável do turismo de aventura**: Relatório da oficina de planejamento. Caeté, MG: EMBRATUR, 2001.

BRUHNS, H. T. O corpo visitando a natureza: possibilidades de um diálogo crítico. In: BRUHNS, H. T.; TOLEDO, C. M. (Org.) **Viagens à natureza**: turismo, lazer e natureza. Campinas, SP: Papirus, p.125-140, 1997 b.

CANTORANI, J. R. H.; PILATTI, L. A. O nicho 'Esportes de Aventura': um processo de civilização ou descivilização?. **Revista Digital - Buenos Aires** - Año 10 - N° 87 - Agosto de 2005. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em: 09/04/2010.

CARVALHO, A. J. S. Esportes na natureza: Estratégias de ensino do canionismo para pessoas com deficiência visual. **Dissertação (Mestrado)** Unicamp. Campinas, SP, 2005.

CORDEIRO, J. R.; MALHEIROS, L. M.; ANDRADE, L.; ALLAN, M. S. **Ecoturismo e aventura**. TCC PÓS-GRADUAÇÃO – LATO SENSU – MBA em MARKETING EMPRESARIAL. Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2008. Disponível em <http://www.uff.br/rpca/Volume%205/TCC%20ECOTURISMO.pdf>. Acesso em 09/04/2010.

COSTA, V. L. M. **Esportes de aventura e risco na montanha**: um mergulho no imaginário. São Paulo: Manole, 2000.

ELIAS, N.; DUNNING, E. **A busca da excitação**. Lisboa. DIFEL, 1992.

FEMERJ (Federação de Montanhismo e Escalada do Estado do Rio de Janeiro). **Sistema Brasileiro de Graduação**. NORITOMI, F. Y.; WASNIEWSKI, F. (coord.) disponível em: <http://www.femerj.org>. Acesso em 30/09/2007.

FENNEL, D. A. **Ecoturismo**: uma introdução. São Paulo: Contexto, 2002.

FERRERAS, P. **O mergulho**: uma história de amor e obsessão. São Paulo: Planeta do Brasil, 2005.

FERREIRA, A. B. H. **Minidicionário da Língua Portuguesa**. 2 ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989.

FREIRE, M.; SCHWARTZ, G. M. A caminhada na natureza nas aulas de educação física: consolidando atitudes pró-ativas. In: **Coleção Pesquisa em Educação Física** – n. 4, jun. 2005.

GREZZANA, F. Educação, meio ambiente e esporte de aventura na natureza. Coletânea - **12º ENAREL (Encontro Nacional de Recreação e Lazer)**. Balneário Camboriú, Santa Catarina: Roca, 2000.

GUZZO, M. **O corpo em risco**. Athenea Digital – n. 6, outubro, 2004. ISSN: 1579-8946.

HERZOG, M. **Annapurna**: O primeiro cume com mais de 8 mil metros conquistado pelo homem. São Paulo: Companhia das Letras, 2001.

HYDER, M. A. Have your students climbing the walls: the grow of *indoor* climbing. **Journal of Physical Education, Recreation & Dance**, v.70, n.9, p.32-39, 1999.

SILVA, Ana Márcia; DAMIANI, Iara R. (org). **Práticas corporais**. v. 2. Florianópolis: Navembru Ciência e Arte, 2005

KINKER, S. **Ecoturismo e conservação da natureza em parques nacionais**. Campinas, SP: Papirus, 2002.

LAVOURA, T. N.; SCHWARTZ, G. M.; MACHADO, A. A. Aspectos emocionais da prática de atividades de aventura na natureza: a (re)educação dos sentidos. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.22, n.2, p.119-27, abr./jun. 2008

MARINHO, A. **Lazer, natureza e aventura:** compartilhando emoções e compromissos. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Campinas (SP): Autores Associados, v. 22, n. 2, jan/2001a, p.143-153.

MARINHO, A.; GÁSPARI, J. De. **Turismo de Aventura e Educação:** Desafios e Conquista de Espaços. Turismo - Visão e Ação - volume 5 - n.1 - jan/abr 2003.

MARINHO, A. Atividades recreativas e ecoturismo: a natureza como parceira no brincar. In: SCHWARTZ, G.M. (Org.). **Atividades recreativas.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.

MINISTÉRIO DO TURISMO (2010). **Turismo de aventura:** Viaje nessa com segurança. Disponível em <http://www.turismodeaventura.org.br/>. Acesso em 14/10/2010.

NAZARI, J. Rappel: na perspectiva vertical. **Revista Digital - Buenos Aires** - Ano 11 - Nº 106 - Março de 2007. Disponível em <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em 15/04/2010.

PEREIRA, D.; ARMBRUST, I.; RICARDO, D. P. **Esportes Radicais de Aventura e Ação, conceitos, classificações e características.** Corpoconsciência. Santo André – SP, FEFISA, v. 12, n. 1, 2008, p. 37 – 55.

PIMENTEL, G. G. A. Aventuras de lazer na natureza: o que buscar nelas? In: MARINHO, A.; BRUHNS, H.T., eds. **Viagens, lazer e esporte.** São Paulo: Manole; 2006.

SCHWARTZ, G. M. A aventura no âmbito do lazer: as afan em foco. In: \_\_\_\_\_. (Org). **Aventuras na natureza: consolidando significados.** Jundiaí: Fontoura, 2006.

SERRANO, C.; BRUHNS, H. T.(orgs). **Viagens à natureza:** turismo, cultura e ambiente. Campinas, SP: Papyrus, 1997.

SOUZA, M. T. **A Inteligência Corporal** – Cinestésica como manifestação da Inteligência Humana no Comportamento de Crianças. 2001. Tese de Doutorado em Educação Física - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas.

SPINK, M. J.; GALINDO, D.; CAÑAS, A.; SOUZA, D. T. **Onde está o risco?** Os seguros no contexto do turismo de aventura. *Psicologia & Sociedade*; 16 (2): 81-89; maio/agosto, 2004. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/psoc/v16n2/a10v16n2.pdf>. Acesso em 12/04/2010.

STEINMAN, J. **Surf e Saúde.** Edição do Dr. Joel Steinman, 2003, ed.1.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G. M. **Atividades de aventura:** análise da produção acadêmica do ENAREL. *Licere*, v.5, n.1, p. 50-58, 2002.

UVINHA, R. R. **Juventude, Lazer e Esportes Radicais.** São Paulo. Manole, 2001.

ZIMMERMANN, A. C. Atividades de aventura e qualidade de vida. Um estudo sobre a aventura, o esporte e o ambiente na Ilha de Santa Catarina. **Revista Digital - Buenos Aires** - Año 10 - Nº 93 - Febrero de 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. Acessado em 09/04/2010.