



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCACAO FISICA



Maria Amélia de Paula Baldy

O desenvolvimento das artes marciais para mulheres:
uma revisão de literatura

Campinas
2016

Maria Amélia de Paula Baldy

O desenvolvimento das artes marciais para mulheres:

Uma revisão de literatura

Trabalho de Conclusão de Curso
(Graduação) apresentado à Graduação
da Faculdade de Educação Física da
Universidade Estadual de Campinas
para a obtenção do título de Bacharel
em Educação Física.

Orientador: José Júlio Gavião de Almeida

Campinas
2016

Agradecimentos

“Você pode sonhar, criar, desenhar e construir o lugar mais maravilhoso do mundo, mas é necessário ter pessoas para transformar seu sonho em realidade” (Walt Disney). Começo citando uma frase de uma pessoa que tomo como inspiração do lugar fantástico que criou, e já dizia ele, que precisamos de pessoas para transformar nosso sonho em realidade, e para mim foi exatamente isso, um sonho, transformado em realidade, com a ajuda dessas pessoas.

Agradeço assim, primeiramente, aos meus pais João Pedro e Mariana, que estiveram ao meu lado em cada decisão maluca, e confiaram e me apoiaram como sempre, me dando todo o apoio, base e carinho que eu poderia desejar no mundo, tudo que alcancei foi porque vocês estavam ao meu lado. Agradeço também ao meu irmão Camilo, que num momento de maior dúvida foi quem me deu a coragem de seguir meu coração, e começar tudo de novo. Também a minha cunhada Paula, que esteve ao meu lado com toda sua compreensão e carinho de sempre, uma irmã.

À minha eterna companheira Dani, que me aguentou em momentos difíceis, que me deu incentivos, apoios e estímulos em momentos que eu estava mais frágil, e que sempre confiou na minha capacidade. Com você ao meu lado, parece tudo mais fácil e possível.

À minha família, de forma geral para não esquecer ninguém, às minhas avós, tias e tios, primas e primos, sobrinhos e afilhada e ao meu sogro e sogra, pois sem eles não sou nada.

Ao meu orientador Gavião, por toda dedicação, paciência, disponibilidade e claro pelos doces eternos que tem em sua sala. Agradeço também à Gabriela e ao Marcelo, que me ajudaram no começo dessa jornada.

A todos os professores desta faculdade, que me formaram, me ensinaram e me prepararam para encarar o mundo afora. Agradeço a cada puxão de orelha, a cada chamada de atenção, a cada conselho e a toda dedicação que tiveram para que nossa formação fosse espetacular. Especialmente ao Uchida, que aceitou o convite de participar da minha banca.

A todos os amigos de faculdade, do RepLago e da vida que de alguma forma me ajudaram, ou simplesmente estiveram ao meu lado, nos momentos bons e ruins.

Muito Obrigada!

BALDY, Maria Amélia de Paula. O desenvolvimento das artes marciais para mulheres: Uma revisão de literatura. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Faculdade de Educação Física – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016.

Resumo

Esta pesquisa objetiva evidenciar que a participação das mulheres nas lutas no Brasil, ainda que venha aumentando consideravelmente nos últimos anos merece ser analisada com cautela. O desenvolvimento científico e tecnológico é necessário para seguir em busca de melhorias, o estudo busca reunir os trabalhos existentes em modalidade de lutas relacionado a mulheres e homens comparando a existência deles nos dois gêneros analisando assim a quantidade de artigos e publicações existentes em literatura relacionados a mulher. Isso porque as condições de acesso ao esporte e participação, direta ou indireta nele, ainda é muito inferior para mulheres se comparado aos homens. Ou seja, ao longo da história do esporte a visibilidade, os incentivos, as oportunidades são distintos. A metodologia utilizada foi a revisão bibliográfica de estudos dos últimos 30 anos, nas seguintes bases de dados: SciELO e PubMed. A palavra chave utilizada foi “Artes marciais” em português e inglês. Os resultados mostraram diversos artigos sobre o tema e eles foram classificados conforme ao gênero a qual se referia, ou se era um artigo amplo (de ambos os gêneros). Para essa caracterização foram lidos os resumos destes trabalhos. Após essa análise foi possível concluir que há uma escassa quantidade de publicações destinadas ao gênero feminino.

Palavras chave: Mulher, gênero, artes marciais.

BALDY, Maria Amélia de Paula. The development of martial arts for women: A literature review. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Faculdade de Educação Física – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016.

Abstract

This research aims to show that the participation of women in martial arts in Brazil, although it has increased considerably in recent years, deserves to be analyzed with caution. The scientific and technological development is necessary to follow in search of improvements, the study seeks to gather the existing works in the form of struggles related to women and men comparing the existence of two genders thus analyzing a quantity of articles and publications related to women. That because the conditions of access to sport and participation, directly or indirectly in it, is still much lower for women compared to men. That is, throughout the history of the sport visibility, incentives, opportunities are different. The methodology used for a bibliographic review of studies of the last 30 years, in the following databases: SciELO and PubMed. The key word used was "Martial Arts" in Portuguese and English. The results showed several articles on the topic and they were elaborated according to the principle of quality. For this characterization of the readings of the abstracts of the works. After this analysis, it was possible to conclude that there is a small amount of publications for women.

Keywords: Woman, gender, martial arts

Lista de tabelas

Tabela 1: Publicações nas bases de dados Scielo e Pub Med sobre artes marciais.

Lista de figuras

Figura 1: Valor total de publicações, segundo sua distinção de gênero.

Figura 2: Gráfico referente à publicações com o tema Tai Chi Chuan e Self-defense.

Figura 3: Gráfico referente a publicações sobre Jiu-jitsu, Kung-fu, MMA e Boxe.

Figura 4: Gráfico referente a publicações sobre judô, karate, taekwondo e geral.

Lista de siglas e abreviaturas

CBJJ – Comitê Brasileiro de Jiu-Jitsu

IJF – International Judô Federation

FEF – Faculdade de Educação Física

MMA - Mixed Martial Arts

UNICAMP – Universidade Estadual de Campinas

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
A trajetória da mulher na modalidade de lutas	11
Desenvolvimento Científico X Melhora de desempenho.....	12
JUSTIFICATIVA	14
OBJETIVOS	15
Objetivo geral.....	15
Objetivos específicos.....	15
METODOLOGIA.....	16
RESULTADOS	18
DISCUSSÃO	22
CONCLUSÃO	24
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

INTRODUÇÃO

A trajetória da mulher na modalidade de lutas

Historicamente falando a mulher, no que se envolvem esportes, sofreu muito preconceito e rejeição até conseguir o seu espaço, e pensando em modalidades em que envolvem características consideradas mais masculinas isso se torna ainda mais evidente, como o fato da lei promulgada no período do Estado Novo (1937 a 1945) e que vigorou no Brasil entre 1941 e 1975: o Decreto-lei nº 3.199, cujo artigo 54 expressava que “[...] às mulheres não se permitirá de desportos incompatíveis com as condições de sua natureza [...]”, deste modo as mulheres não encontravam somente uma rejeição de gênero, mas associados a leis que protegiam tal discriminação.

Segundo Mourão (2002), o governo proibiu a participação da mulher em certos esportes como halterofilismo, futebol e lutas. É difícil encontrar alguma atividade na qual não tenha sido feito uma distinção de gêneros, isto é, que não tenha ocorrido um processo cultural que designa um gênero a tal atividade, que determine o que seria mais adequado um homem fazer, ou então o que uma mulher realize. Para Souza e Altmann (1999), “[...] gênero é aquilo entendido como a construção social que uma dada cultura estabelece ou elege em relação a homens e mulheres”, daí vem a distinção desde o início de atividades que são para meninas e aquelas que são para meninos.

É identificado que existe, ainda, uma resistência da sociedade na entrada ao esporte de lutas pelas mulheres, e muitas vezes isso é visto ainda na infância das mesmas quando é detectado que os pais incentivam um menino ao esporte com um intuito de competição, mas quando este incentivo é para a filha vem com uma conotação de hobby. Adelman (2003) constatou esse modelamento das crianças em entrevista com mulheres que praticam hipismo, onde ficava claro que eles pediam para ‘pegar pesado’ e treinar seus filhos, porém quando se tratavam de meninas os pais tendiam a pedir para ‘pegar leve’ que era apenas um esporte para distrair. A influência dos pais é exemplificada também por Mourão e Souza (2007) que entrevistaram a judoca Kasue Ueda, a qual relatou que seu pai ensinava todas as técnicas de judô para seu irmão, mas para ela

somente algumas, intensificando esse patriarquismo que ainda temos na sociedade contemporânea.

Até conseguir seu espaço no esporte a mulher tem que ultrapassar muitas barreiras, desde o início, ao entrar e participar de brincadeiras consideradas masculinas, até o momento de entrar para um esporte como, por exemplo, lutas, taxado como um esporte para homens, já que segundo Ferretti e Knijnik (2007); Goellner (2008); Batista e Devides (2009) e Souza e Mourão (2011), as mulheres que praticam os esportes classificados para os homens, por exemplo, futebol e lutas, ainda hoje, são rotuladas como masculinizadas pela maioria das pessoas, e para praticarem esses esportes, sofrem com o preconceito tanto de homens quanto de mulheres.

Utilizando um exemplo onde a mulher é pouco inserida temos o jiu-jitsu, segundo a CBJJ, o campeonato brasileiro teve a participação feminina de aproximadamente 22% nas categorias infantis e de 12% nas categorias de adultos. Essa forma de lutar ficou conhecida como luta corpo a corpo na qual, segundo Gracie e Gracie (2003), favorece a pessoa mais fraca fisicamente, pois ela pode utilizar-se de alavancas e da luta de solo para submeter os seus adversários. Na luta corpo a corpo, não há chutes, socos ou pontapés, por exemplo. Ela utiliza-se do contato direto entre os oponentes para que um ganhe superioridade em relação ao outro. Favorecendo amplamente a imersão da mulher na modalidade. Assim como outras muitas modalidades em lutas.

Desenvolvimento Científico X Melhora de desempenho

Por trás da formação de um atleta de alto rendimento existe uma equipe formada por uma série de profissionais competentes que intervêm em vários aspectos, como os nutricionais, técnicos, táticos, psicológicos e biomecânicos. E para chegar ao nível em que temos o esporte, a ciência do esporte refinou seus saberes em relação aos conhecimentos, tendo-se assim um aprofundamento fundamentado em pesquisas científicas para ajudar atletas a controlarem seu desenvolvimento muscular e metabólico. A evolução da ciência do esporte contribuiu imensamente para o desenvolvimento tecnológico de equipamentos de avaliação, acessórios esportivos, suplementos alimentares, proporcionando assim o desenvolvimento científico de informações importantíssimas para que o técnico realize o melhor tipo de treinamento para seu atleta

alcançar níveis de rendimento máximo, e é essa associação entre a ciência e a prática que faz com que tenham resultados melhores alcançados.

A ciência do esporte pode ser usada como o processo científico para guiar a prática esportiva, e depois de análise, melhorar o desempenho físico (BISHOP, 2008). A ciência do esporte é uma área que pode ser compreendida como uma área multidisciplinar, que se preocupa com a compreensão e aperfeiçoamento do desempenho físico-esportivo humano, segundo mesmo autor. Com isso podemos observar que a ciência do esporte tem contribuído, cada vez mais, para o aperfeiçoamento dos programas de treinamento físico-esportivo, através principalmente de um aumento na qualidade do treinamento proposto.

JUSTIFICATIVA

Atualmente, temos as lutas como um esporte majoritariamente masculino, basta frequentar qualquer academia de lutas que será visível o maior número de homens praticando as modalidades. O fato de ter uma reduzida representação das mulheres inseridas nas lutas pode vir de um aspecto puramente antropológico, onde desde o princípio mulheres não costumavam ter atitudes ditas cotidianamente como masculinas, não sendo incentivadas a fazer o esporte. E por ter uma baixa adesão ao esporte por mulheres os estudos e formação de conhecimento na área científica ainda é pouco.

O trabalho visa identificar o pouco estudo na área, chamando assim a atenção para a necessidade de geração de conhecimento. O número de mulheres começando nas modalidades de lutas veem crescendo e com isso a necessidade de estudos para um melhor aproveitamento e desenvolvimento das mesmas, assim como o incentivo as modalidades de lutas.

OBJETIVOS

Objetivo geral

Avaliar o conhecimento científico sobre as mulheres no meio da modalidade de lutas, até porque, é uma atividade que continua sendo apontada como uma coisa de homem. Podemos assim levantar um quadro de qual é o preparo de conhecimento científico voltado para mulheres nesses esportes comparando-o ao de homens.

Objetivos específicos

- Verificar participação do estudo na geração de conhecimento científico na modalidade de lutas para mulheres.
- Realizar uma discussão que possibilite um maior entendimento e esclarecimento sobre o assunto.
- Obter uma conclusão que auxilie o entendimento dos profissionais da área de Educação Física sobre a deficiência e a importância do estudo nesta área.

METODOLOGIA

Este trabalho foi feito na forma de revisão de literatura. Este é um tipo de pesquisa que faz uma investigação da produção científica recente, restringindo um determinado assunto, envolvendo análise, avaliação e assimilação da literatura publicada (THOMAS E NELSON, 2012).

A partir da descrição de Thomas e Nelson (2012) concluímos que se trata de uma Meta-análise, compreende um método de análise definido através do resultado de várias pesquisas utilizado para quantificar e aplicar técnicas estatísticas. O estudo começou a partir da definição do problema, pouca visibilidade da mulher na área de lutas e consequentemente a ideia de uma pouca produção científica voltada para a área.

Para a realização da pesquisa foi feito:

1) Definição do tema: O tema foi escolhido observando ao atual cenário esportivo, que se mostra cada vez mais competitivo e com mais mulheres nos esportes de lutas. Cada vez mais, buscam-se novos recursos, buscando aumentar o rendimento das atletas.

2) Busca das palavras-chave nas bases de dados: As palavras-chaves utilizadas foram “Artes Marciais” e ”Martial arts”, para isso foram seguidos os seguintes critérios de inclusão e exclusão:

Critérios de Inclusão:

- Estudos publicados no período de 1986 a 201, período escolhido devido a inserção da mulher em campeonatos reconhecidos pela confederação nessa época.

- Artigos nas bases de dados PubMed e SciELO

- Artigos escritos em português e inglês.

Critérios de Exclusão:

- Artigos cujos resumos ou títulos não falavam sobre o tema em questão.

- Artigos de revisão bibliográfica

3) Seleção prévia dos artigos: Quantos artigos foram selecionados e divisão por categorias relacionadas a gênero, individuais ou mista, e separadas por modalidades.

RESULTADOS

Com a busca realizada nas bases de dados escolhidas foram encontradas 1878 publicações, sendo que pelos critérios de exclusão, apenas 1356 foram utilizadas. Para um maior detalhamento sobre as diversas modalidades encontradas, foi realizado uma separação por modalidade e especificando a que gênero o artigo se referia. O resultado pode ser encontrado na tabela 1:

Tabela 1: Publicações nas bases de dados Scielo e Pub Med sobre artes marciais.

Publicações sobre artes marciais							
Modalidade	Mulheres		Homens		Ambos		Total
	Número	%	Número	%	Número	%	Número
Aikido	0	0	6	75,00	2	25,00	8
Boxe	1	7,69	8	61,54	4	30,77	13
Capoeira	0	0	1	50,00	1	50,00	2
Geral	5	2,22	147	65,33	73	32,44	225
Jiu-jitsu	0	0	14	93,33	1	6,67	15
Judô	20	8,47	121	51,27	95	40,25	236
Karate	11	7,43	80	54,05	57	38,51	148
Kendo	0	0	14	82,35	3	17,65	17
Kickboxing	0	0	3	33,33	6	66,67	9
Kung-fu	0	0	12	60,00	8	40,00	20
MMA	1	2,04	37	75,51	11	22,45	49
Muay Thai	0	0	1	33,33	2	66,67	3
Self Defense	6	75	2	25,00	0	-	8
Taekwondo	6	4,72	53	41,73	68	53,54	127
Thai Chi	74	15,98	24	5,18	365	78,83	463
Chuan							
Outras	0	0	7	53,85	6	46,15	13
Total Válido	124		530		702		1356
Exclusão							522
Total							1878

Podemos perceber que apesar de a maioria das publicações se referirem a um gênero misto, a quantidade de publicações direcionadas apenas para homens é quantitativamente maior que a de mulheres, sendo em algumas modalidades inexistente para este último grupo.

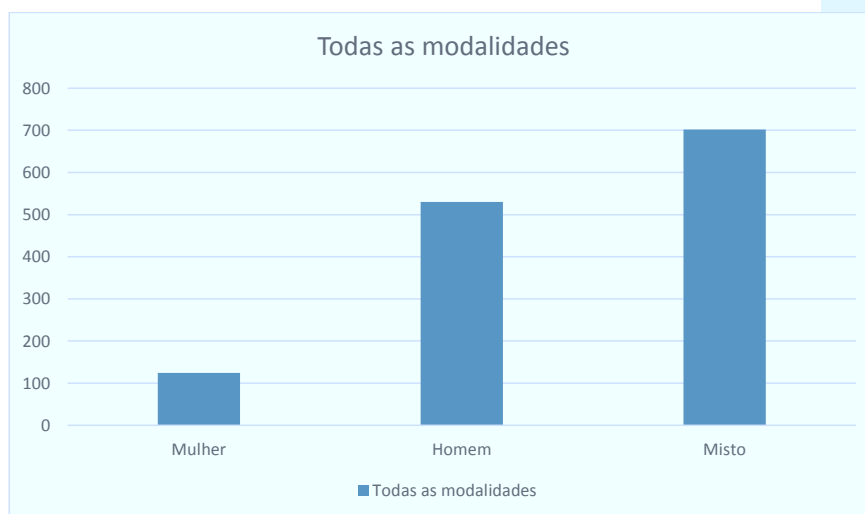


Figura 1: Valor total de publicações, segundo sua distinção de gênero.

As únicas modalidades em que a mulher tem uma representatividade maior de 10% é o Tai Chi Chuan, modalidade de baixo impacto e tem como majoritariamente um público mais velho. É uma modalidade de Ginástica Chinesa que, em um estudo desenvolvido no Canadá, apresentou-se como a segunda atividade de maior aderência entre os praticantes idosos, sendo superada apenas pela musculação, numa lista de 12 atividades ofertadas durante três anos (ECCLESTONE, 1998). E a denominada como Self-defense, com uma representatividade de 75%, que é uma modalidade em que se aprendem golpes e técnicas de defesa pessoal.

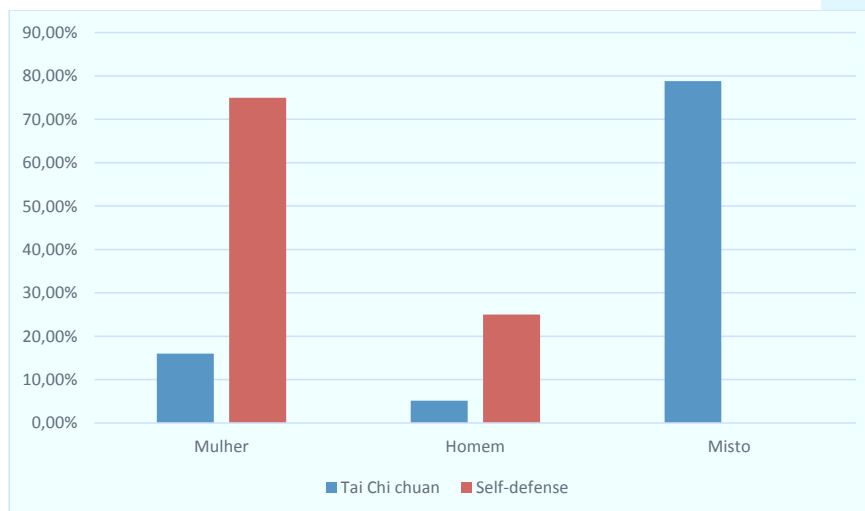


Figura 2: Gráfico referente à publicações com o tema Tai Chi Chuan e Self-defense.

Em modalidades que são consideradas mais masculinizadas como jiu-jitsu e kung-fu não foi encontrado nenhuma publicação especificamente sobre mulheres. E quando encontrada como no caso de MMA e boxe é com uma conotação de participação no esporte e visibilidade, onde o estudo teve como objetivo analisar as representações de feminilidades de lutadoras profissionais de Boxe e de MMA a fim de compreender como estes corpos colocam em cena a transitoriedade e as possibilidades de construção do feminino (FERNANDES, 2015), e não crescimento e desenvolvimento no mesmo, como quando encontrado no gênero masculino.

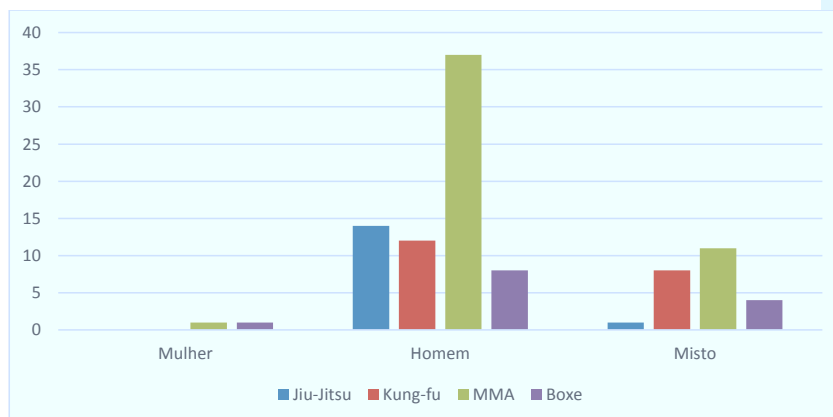


Figura 3: Gráfico referente a publicações sobre Jiu-jitsu, Kung-fu, MMA e Boxe.

Em seguida de modalidades em que tem uma representação de 4 a 8%, temos as que estão inseridas em ambientes como olimpíadas, e em que o campeonato mundial já tem há um tempo. Como o judô que começou com campeonato feminino em 1980 e nas olimpíadas em 1992, segundo dados da IJF.

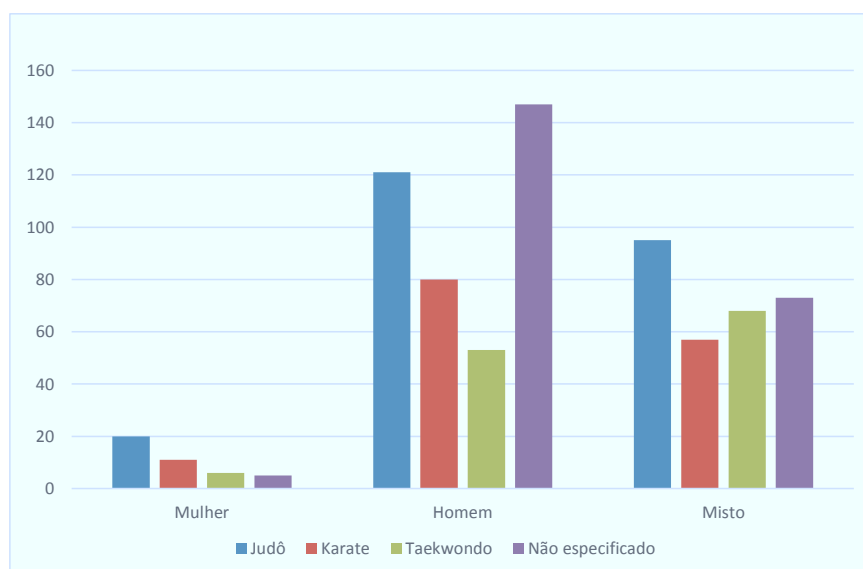


Figura 4: Gráfico referente a publicações sobre judô, karate, taekwondo e geral.

DISCUSSÃO

O objetivo desse estudo foi quantificar, em duas bases de dados usualmente usadas, quantas publicações dedicadas para o gênero feminino tem publicadas.

Para isso foi analisada e dividida em categorias de modalidades de lutas, as publicações encontradas, considerando o critério de exclusão considerado. Os resultados mostram uma baixa quantidade de publicações destinadas exclusivamente a mulheres, mesmo ainda nas modalidades que já vem tendo representatividade feminina há algum tempo, como no caso do judô, que tem campeonato mundial desde 1980.

É importante discutirmos e dar visibilidade para essa lacuna que temos na produção de ciência para o grupo feminino. As mulheres vêm conquistando espaço nesse meio masculino, porém ainda existem muitas pesquisas voltadas somente para uma análise masculina.

Os preconceitos, estereótipos e discriminações relacionados com a mulher atleta ou praticante de esportes vem desde a época da Grécia Antiga, com uma grande representação na maior parte das culturas ocidentais (AZEVEDO, 1988). Essa separação, ou marca cultural, parece encontrar um bom campo, principalmente em países de cultura latina como o Brasil (AZEVEDO, 1988).

Podemos questionar esta identidade feminina, que foi determinada por valores culturais, pensando até que ponto ela não foi sempre imposta e assumida sem um pensamento mais profundo, pelas mulheres. Para Jones ((1986, apud Faria Júnior, 1991) "... os preconceitos são a base dos estereótipos, principalmente os de natureza depreciativa". Podemos exemplificar preconceito como a assertiva comum de que "... a menina que pratica esporte fica com o corpo masculinizado" (KNOPLICH, 1984). Muitas vezes os preconceitos, estereótipos e discriminações em relação a prática desportiva feminina apoiam-se em justificativas de caráter biológico (PERRY, 1973). Porém não foi encontrada bibliografia no sentido de prejuízos na saúde da mulher por praticar artes marciais.

Considerações biológicas, assim, às vezes são utilizadas como justificativa para a retirada das mulheres de certas modalidades esportivas. A participação da mulher

no que diz respeito às lutas no Brasil é pouco aceita e alguns fatos contribuíram para esta situação. Na época da ditadura vigente entre 1964 e 1985, um militar tentou proibir a prática das artes marciais sem qualquer consulta as mulheres ou aos especialistas em medicina desportiva (SOARES, 1988). De qualquer maneira, tais atitudes parecem ter retardado o desenvolvimento das lutas femininas.

O corpo da mulher e sua autonomia é diferente, precisando ser analisado também para um desenvolvimento no esporte. Os benefícios da atividade física são comprovados em ambos os sexos, porém, a mulher apresenta aspectos próprios que incluem variações no perfil hormonal, com respostas diferentes do sistema orgânico do corpo (LEITÃO, 2000).

Uma questão importante quando estudamos a mulher atleta diz respeito a possíveis alterações hormonais, portanto, alterações menstruais, como: amenorreia, oligomenorreia e anovulação, decorrentes de esquemas de treinamento mal-orientados e exercícios em volume inadequado (PARDINI, 2001). Esse fator dificilmente é encontrado ou considerado no estudo das artes marciais para mulheres.

CONCLUSÃO

De acordo com os dados obtidos neste trabalho, podemos concluir que há uma falta de produção de conhecimento voltado exclusivamente para mulheres, principalmente na área em que conquistaram a pouco tempo, ou ainda vêm conquistando.

Campeonatos femininos nas lutas vêm ganhando espaço a cada ano, seja em modalidades mais usuais para mulheres, ou até mesmo nas menos, como no caso do MMA. E com isso vem a necessidade de desenvolvimento científico para entender o funcionamento do corpo feminino nas lutas, assim como utilizar treinos apropriados para elas.

É importante ressaltar que, a produção tem sido feita em esportes que já estão há mais tempo, como o Judô, e a linha de crescimento quando se trata de algo novo é normal que seja menos intensa. Podemos comparar ao futebol feminino, que vem ganhando espaço em pesquisas somente a partir de 2000, sendo que os times femininos começaram e foram reconhecidos a partir de 1980 (GOELLNER, 2005).

Esse trabalho teve como objetivo salientar essa deficiência para que possam ser incentivados à produção nessa área que vêm tendo um crescimento considerável. A mulher está conquistando esse espaço e com isso precisa estar bem preparada para o que vai encontrar, assim como os profissionais que irão treiná-las.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALDEMAN, Miriam. Mulheres atletas: re-significações da corporalidade feminina. **Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 11, n. 2, p. 445-65, jul/dez. 2003.

AZEVEDO, T. M. C. A mulher na Educação Física: preconceitos e estereótipos. **Dissertação de Mestrado**. Niterói: UFF, 1988.

BATISTA, R.S.; DEVIDE, F.P. Mulheres, futebol e gênero: reflexões sobre a participação feminina numa área de reserva masculina. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, a. 14. n. 137, oct. 2009.

BISHOP, D. An applied research model for the sport sciences. **Sports Medicine**, Auckland, v.38, n.3, p.253-63, 2008.

ECCLESTONE, N. A. et al.; Tracking older participants of twelve physical activity classes over a three-year period. **J Aging Phys Activ**. 1998; 6: 70-82.

FARIA JUNIOR, A. G.; Currículo, raça e gênero. **Mimeo**. Rio de Janeiro: UERJ, 1991.

FERNANDES, V. et al.; MULHERES EM COMBATE: REPRESENTAÇÕES DE FEMINILIDADES EM LUTADORAS DE BOXE E MMA. **Rev. educ. fis. UEM**, Maringá , v. 26, n. 3, p. 367-376, Sept. 2015 .

FERRETTI, M. A. de C.; KNIJNIK, J. D.; Mulheres podem praticar lutas? Um estudo sobre as representações sociais de lutadoras universitárias. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 13, n. 1, p. 57-80, 2007.

GRACIE, R.; GRACIE, R.; **Brazilian Jiu Jitsu: teoria e técnica**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2003.

GOELLNER, S. V.; As mulheres fortes são aquelas que fazem uma raça forte. **Revista Brasileira de História do Esporte**. v. 1. n.1, p. 1-28, jun. 2008.

GOELLNER, S. V.; Mulheres e Futebol no Brasil: entre sobras e visibilidades. **Revista Brasileira Educação Física e Esportes**, São Paulo, v.19, n.2, p.143-51, abr./jun. 2005

KNOPLICH, J.; A mulher idosa e o desporto. **Sprint**. v.II, n. 6, p.294- 297, 1984.

LEITÃO, M. B., LAZZOLI J.K., OLIVEIRA, M. A. B., NÓBREGA A. C. L., SILVEIRA, G. G., CARVALHO T.; Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde na mulher. **Revista Brasileira Medicina do Esporte**. 2000; 6:6 – Nov/Dez

MOURÃO, L.; **Vozes femininas e o Esporte Olímpico no Brasil**. In: TURINO, M.; DACOSTA, L. (org.). Coletânea de textos em estudos olímpicos. Rio de Janeiro: Gama Filho, 2002. v. 1, p.831-849.

MOURÃO, L.; SOUZA, G. C.; **Narrativas sobre o sul-americano de judô de 1079: a legalização do judô feminino no Brasil**. In: XV Congresso Brasileiro de Ciência do Esporte/II Congresso Internacional de Ciência do Esporte: Política Científica e Produção do Conhecimento em Educação Física. GTT – Memórias da Educação Física e Esporte. Pernambuco, set. 2007.

PARDINI, D. P.; Alterações hormonais da mulher atleta. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia Metabologia**. 2001;45(4):343-51

SOARES, G. A. D.; A mulher nas Olimpíadas. **Revista Ciência Hoje**,v.8,n.43 p.35-43, junho/ 1988.

SOUZA, E. S.; ALTMANN, H. Meninos e meninas: Expectativas corporais e implicações na educação física escolar. **Cadernos CEDES**, Campinas, v. 19, n. 48, p. 52, 1999.

SOUZA, G. C. de; MOURÃO, L.; **Mulheres do tatame: o judô feminino no Brasil**. Rio de Janeiro: Mauad X: FAPERJ, 2011.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J.; Métodos de pesquisa em atividade física. **Artmed**, 2012.