

COMPETIÇÃO DO KARATÊ OLÍMPICO ELABORADO COM AS IDEIAS DE FUNAKOSHI

COMPETICIÓN DEL KÁRATE OLÍMPICO ELABORADO CON LAS IDEAS DE FUNAKOSHI

COMPETITION OF THE OLYMPIC KARATE ELABORATED WITH THE IDEAS OF FUNAKOSHI

Nelson Kautzner Marques Junior

kautzner123456789junior@gmail.com

Membro do Comitê Científico da Revista Observatorio de Deporte,
Universidad de Los Lagos, Santiago do Chile
Niterói, Rio de Janeiro,
Brazil

RESUMO

O objetivo da revisão foi sugerir um campeonato olímpico de karatê com as ideias do mestre Funakoshi. O karatê shotokan é uma arte marcial onde o lutador deve finalizar a luta com um ataque e no máximo com cinco golpes. Baseado na característica dessa arte marcial que consiste em derrotar o oponente com um único golpe, no karatê shotokan esportivo os combates são finalizados com poucos ataques de maneira controlada no tronco e/ou no rosto do oponente, mas os golpes em alta velocidade e com muita força são “freados” três centímetros antes de atingirem o karateca adversário. Entretanto, o karatê olímpico comandado pela WKF possui regras que se afastam da arte marcial. Os lutadores ao executarem seus golpes no oponente de maneira controlada comemoram essa ação e nas lutas eles são divididos em oito categorias por peso no masculino (61 a 83 kg) e no feminino (51 a 67 kg). Porém, com o intuito do karatê olímpico ter o conteúdo da arte marcial a sugestão é do campeonato acontecer com vários estilos de karatê, ter a categoria absoluto na luta, ocorrer as disputas do kata, do embu e do fuku-go. Em conclusão, o karatê olímpico com as ideias de Funakoshi é uma interessante disputa que merece ser testada em competições de menor importância para verificar a eficácia desse modelo de disputa para depois ser aplicado nos Jogos Olímpicos.

Palavras chaves: esporte, artes marciais, karatê, lesões, exercício.

RESUMEN

El propósito de la revisión era sugerir un campeonato olímpico de kárate con las ideas del maestro Funakoshi. El kárate Shotokan es un arte marcial que el luchador debe terminar la lucha con un ataque y en el máximo con cinco golpes. Basado en la característica de este arte marcial que consiste en derrotar al oponente de un golpe, en el karate shotokan deportivo el combate se termina con pocos ataques controlados en el torso y/o rostro del oponente, pero los golpes a gran velocidad y con mucho la fuerza se "frena" tres centímetros antes de alcanzar el karateka oponente. Sin embargo, el kárate olímpico dirigido por la WKF tiene reglas que se apartan del arte marcial. Los luchadores al ejecutar sus golpes sobre el oponente de manera controlada celebran esta acción y en las luchas se dividen en ocho categorías por peso en el masculino (61 a 83 kg) y en la femenina (51 a 67 kg). Sin embargo, para que el kárate olímpico tenga el contenido de arte marcial se sugiere que el campeonato suceda con varios estilos de kárate, que tenga la categoría absoluta en la lucha, que se lleve a cabo en las disputas de kata, embu y fuku-go. En conclusión, el kárate olímpico con las ideas de Funakoshi es una disputa interesante que merece ser probada en competencias de menor importancia para verificar la efectividad de este modelo de disputa para luego ser aplicado en los Juegos Olímpicos.

Palabras clave: deportes, artes marciales, kárate, lesiones, ejercicio.

ABSTRACT

The objective of the review was to suggest an Olympic karate championship with the ideas of the master Funakoshi. Shotokan karate is a martial art where the fighter should end the fight with one attack and at maximum five attacks. Based on the characteristic of this martial art that consists of defeating the opponent with a single attack, in the sports shotokan karate the combat is finished with few controlled attacks on the opponent's trunk and/or face, but the attacks at high velocity and with a lot strength are "braked" three centimeters before hit the opponent's karateka. However, Olympic karate led by WKF has rules that depart from martial art. The fighters when executing their strikes on the opponent in a controlled manner celebrate this action and in the fights they are divided into eight categories by weight in the male (61 to 83 kg) and in the female (51 to 67 kg). However, with the objective of the Olympic karate to have the content of the martial art the suggestion is for the championship to occur with several karate styles, to have the absolute category in the fight, and to have the disputes of kata, embu, and fuku-go. In conclusion, Olympic karate with the ideas of Funakoshi is an interesting dispute that deserves to be tested in competitions of lesser importance to verify the effectiveness of this dispute model to after be applied at the Olympic Games.

Keywords: sports, martial arts, karate, injuries, exercise.

INTRODUÇÃO

A prática das artes marciais iniciou aproximadamente em 500 antes do nascimento de Cristo e o início da prática do karatê como arte marcial na ilha de Okinawa não é sabido (Marques Junior, Lopes e Oliveira, 2022). Talvez isso tenha acontecido porque essa luta era exercitada em segredo, geralmente no período da noite, ocorrendo a sua prática nas florestas, nas praias desertas e em outros lugares que pudessem manter escondida esse sistema de combate (Stevens, 2007). Um dos motivos de manter essa arte marcial em segredo foram os acontecimentos políticos nessa ilha, Okinawa quando era dominada pela China era proibido o uso de armas e o mesmo continuou quando essa ilha voltou a

ser posse do Japão. Essa iniciativa visava impedir revolta dos nativos da ilha que foram dominados economicamente e culturalmente por essas nações, primeiro pela China e depois pelo Japão. Então, a única maneira de defesa para os okinawanos era a prática do karatê e isso culminou com a criação de vários estilos conforme o local da ilha que era treinado o karatê (Marques Junior, 2022).

Apesar dos pesquisadores do karatê não saberem o início da sua prática, os primeiros registros dessa arte marcial são do século XVII (Barreira, 2006). Então, essa arte marcial teve influência predominantemente de lutas chinesas e japonesas quando dominaram essa região. Porém, no Japão, o karatê ficou conhecido somente em 1922, em Tóquio o mestre Funakoshi realizou uma apresentação de karatê do estilo que ele criou, o shotokan, no festival de artes marciais tradicionais promovido pelo Ministério da Educação (Marques Junior et al., 2022). Após esse momento essa luta ficou conhecida no Japão. Mas o karatê começou a ser divulgado pelo mundo após a 2ª Guerra Mundial (foi de 1939 a 1945), foram enviados diversos mestres japoneses para vários países (Marques Junior, Ascanio, Padilla e Ortiz, 2020).

Os primeiros confrontos atléticos no ocidente que aproximaram dos esportes de combate da atualidade ocorreram na Grécia antiga, nos Jogos Olímpicos da antiguidade (Marques Junior, 2020). Aos poucos as lutas se difundiram pelo mundo com a inclusão dessas modalidades nos Jogos Olímpicos da era moderna. O mesmo aconteceu com os diversos estilos de karatê, por exemplo, o estilo shotokan realizou em 1936 o primeiro torneio para comemorar a fundação da Federação Japonesa de Karatê (Nakayama, 2012). Somente em 1957 ocorreu o primeiro campeonato japonês do estilo shotokan e em 1970 foi realizado o primeiro mundial desse estilo de karatê tendo a presença de 33 países (Marques Junior, 2013). Após a prática desses campeonatos, o karatê shotokan se difundiu como esporte de combate (Ribas, Pereira, Barbosa, Lass e Bassan, 2020; Vidranski, Otkovic e Tadijanov, 2019). Atualmente o karatê de estilo shotokan possui diversas federações que comandam esse esporte de combate, podendo citar a JKA (Japan

Karate Association), a JKS (Japan Karate Shoto Federation), a SKIF (Shotokan Karate-Do International Federation), a ITKF (International Traditional Karate Federation), o KWF (Karatenomichi World Federation) e a WKF que é reconhecida pelo COI (World Karate Federation). Porém, a federação de maior prestígio do estilo shotokan é a WKF porque os atletas dessa entidade competiram nos Jogos Olímpicos de 2020 que foi disputado no Japão (Marques Junior et al., 2020).

Entretanto, a esportivização do karatê olímpico acarretou na “perda” do objetivo dessa arte marcial que era derrotar o oponente com um único golpe (a ideia do *ikken hissatsu*) na luta e passou a ser em pontuar o máximo possível com os acertos dos golpes até acabar o tempo do combate (Coelho, Coelho, Filho, Triani e Columa, 2019). Outra questão, na WKF quando o karateca acerta um golpe no adversário ele costuma comemorar e isso é reprovado pelos mestres antigos do karatê. Mas a WKF apresenta vantagem na prática do karatê esportivo, ela informa que vários combates do karatê da JKA e da ITKF que visam um shotokan mais para a arte marcial acabam em nocaute (Oliveira, Frosi, Nunes, Pimenta, Júnior e Amstel, 2018). Isso é verdade, podendo ser

evidenciado um número alto de contusões, principalmente na face do lutador (Tapajcikova, 2022).

O mestre Funakoshi fez a seguinte explicação: “minha convicção é que as escolas de karatê deveriam fundir-se numa única, permitindo assim ao karatê-dô evoluir de maneira organizada e benéfica na direção do futuro do homem” (p. 645 em Martins e Kanashiro, 2010). Para Funakoshi o karatê era um só, mesmo tendo diferenças técnicas cada estilo. Então, baseado em Funakoshi, o karatê olímpico poderia utilizar as ideias desse mestre com o intuito de elaborar uma disputa com vários estilos de karatê. Logo, uma competição com diversos estilos de karatê torna a competição olímpica conforme o lema do Jogos Olímpicos “Citius, Altius, Fortius” (O mais rápido, o mais alto, o mais forte) porque os lutadores vão ser testados nos combates, no kata e em outras disputas para saber qual karateca de determinado estilo é o melhor competidor.

Como estruturar o karatê olímpico com as ideias do mestre Funakoshi?

A literatura do karatê não possui essa informação (Guzel, 2020; Ribas et al., 2020). Logo, esse tema é relevante para os envolvidos nesse esporte de combate.

O objetivo da revisão foi sugerir um campeonato olímpico de karatê com as ideias do mestre Funakoshi.

METODOLOGIA

A revisão de literatura sobre a competição do karatê olímpico teve vários artigos coletados no Google Acadêmico (https://scholar.google.com.br/schhp?hl=pt-BR&as_sdt=0,5) e no Research Gate (<https://www.researchgate.net/>) com as palavras chaves karate, karate fight, karate injury, protective equipment of the karate, kumite e kata. Também foram utilizados livros sobre esse tema. Todas essas referências foram adquiridas em janeiro de 2021 e em março de 2023.

COMPETIÇÃO DO KARATÊ SHOTOKAN OLÍMPICO

O karatê shotokan é uma arte marcial onde o lutador deve finalizar a luta com um ataque e no máximo com cinco golpes. Por esse motivo no treino em situação de luta são exercitados um (treino em situação de luta denominado de kihon ippon kumite), três (sambon kumite) e cinco ataques (gohon kumite) (Marques Junior, 2013). Baseado na característica dessa arte marcial que consiste em derrotar o oponente com um único golpe, no karatê shotokan esportivo os combates são finalizados com poucos ataques de maneira controlada no tronco e/ou no rosto do oponente, mas os golpes em alta velocidade e com muita força são “freados” cerca de três centímetros antes de atingirem o karateca adversário (Nakayama, 2012). Isso foi estabelecido porque o karateca com

um único soco e/ou chute pode matar um ser humano. Então, durante o treino e na disputa o karateca merece desenvolver essa técnica, golpe controlado, com o intuito de não causar dano no oponente. Durante os combates a luta é finalizada com um ataque perfeito que é chamado de ippon ou com dois ataques quase perfeitos, denominado de waza-ari (Marques Junior et al., 2020).

As lutas do karatê shotokan esportivo antigo eram realizadas sem dividir os atletas por peso, o karateca usava um karatê gi (é o quimono), os combates ocorriam em um dojô ou na quadra de esportes com as marcações da zona da luta de 8 por 8 metros. Atualmente várias dessas regras na luta do karatê shotokan JKA e ITKF estão em vigor, a única diferença que em ambas federações os lutadores usam luvas, protetor bucal e a zona do combate o solo é com emborrachado. Outra disputa importante que continua a ser realizada nos dias atuais é o kata, mas essa luta imaginária atualmente é efetuada com o solo emborrachado (Coppola, Montemarano, Albano e Vastolar, 2019).

Entretanto, o karatê olímpico comandado pela WKF possui regras que se afastam da arte marcial. Os lutadores ao executarem seus golpes no oponente de maneira controlada

comemoram essa ação, sendo uma tarefa inadequada porque em uma luta real o karateca pode acertar golpes no adversário e ele nem sempre é nocauteado, merecendo estar na posição de combate após o ataque para ficar atento no karateca adversário. Portanto, os mestres antigos do karatê shotokan recomendam que o atleta do karatê esportivo mereça simular o combate real.

As demais regras do karatê olímpico da WKF consistem de lutas divididas por categoria por peso, o atleta vencedor é aquele que consegue pontuar mais no período de 3 minutos com golpe controlado no tronco e/ou no rosto do oponente (Ribas et al., 2020). Conforme a qualidade do ataque o juiz com ajuda dos quatro árbitros laterais que estão com bandeira azul e vermelha (referente a faixa que está em cada lutador) estabelecem a

qualidade do ataque com uma pontuação (ippon é três pontos, waza-ari é dois pontos e yuko é um ponto) na zona da luta emborrachada de 8 por 8 metros (Alinaghipour, Zareian e Ardakani, 2020; Marques Junior et al., 2022). Em caso de dúvida da interpretação do ponto do árbitro ou não, o treinador pode pedir análise do golpe do seu karateca pelo vídeo check para verificar se ocorreu ponto ou não (Oliveira et al., 2019). Isso foi uma evolução que a WKF trouxe para o karatê olímpico porque a visão do árbitro nem sempre consegue acompanhar adequadamente o ataque do lutador para estabelecer se ocorreu pontuação do golpe ou não.

Na WKF os lutadores utilizam luvas, caneleiras, protetor bucal, protetor de pé e de tronco com o intuito de evitar que o atleta de karatê sofra qualquer dano físico (Oliveira et al., 2018). O karatê WKF se tornou tão esportivo que a carga de treino passou a ser mensurada (Bok, Jukic e Foster, 2022), a demanda energética da luta do karatê foi estabelecida (Franchini, 2023), os atletas campeões passaram a ser monitorados fisiologicamente simulando a luta (Loturco et al., 2017), os treinadores passaram a mensurar por avaliações cineantropométricas as características morfológicas dos lutadores de kata e de kumite (de luta) (Katanic, Bjelica, Rezic, Selimi e Osmani, 2022)

e outros. Antigamente o karatê com o conteúdo da arte marcial essa iniciativa ocorria pouco porque existiam poucas publicações sobre esse tema. Portanto, isso foi uma evolução que o karatê olímpico proporcionou para o estilo shotokan e para os outros estilos.

ESTRUTURAÇÃO DA COMPETIÇÃO DO KARATÊ OLÍMPICO EMBASADO NO MESTRE FUNAKOSHI

Funakoshi informou que todos estilos deveriam se converter em um só (Martins e Kanashiro, 2010). Então, baseado nessas informações de Funakoshi, o karatê olímpico precisa ser realizado através de uma disputa com vários estilos de karatê, atualmente segundo Frosi e Mazo (2011), existem mais de 60 estilos de karatê. As escolas de karatê dos mestres okinawanos das cidades de Shuri, Naha e Tomari foram onde se desenvolveram os estilos mais tradicionais dessa arte marcial. Alguns desses estilos são o shotokan, o goju-ryu, o shito-ryu, o wado-ryu, o shorin-ryu, o uechi-ryu, o kyokushin, o budokan e outros.

Baseado no pensamento de Funakoshi, todos estilos precisam formar um único karatê, no karatê olímpico esses oito estilos (shotokan, goju-ryu, shito-ryu, wado-ryu, shorin-ryu, uechi-ryu, kyokushin e budokan) merecem estar nos Jogos Olímpicos participando de combates por categorias por peso e no absoluto, onde os lutadores não são divididos por massa corporal total, sendo a categoria que tem as ideias dessa arte marcial porque os karatecas merecem estar prontos para enfrentar qualquer oponente em um combate.

No karatê olímpico da WKF os lutadores são divididos em oito categorias por peso no masculino (61 a 83 kg) e no feminino (51 a 67 kg) (Cavedon, Milanese, Sacristani e Zancanaro, 2023). Essas mesmas categorias por peso do karatê WKF merecem ser aplicadas no karatê olímpico com vários estilos de karatê e a categoria absoluto. Por exemplo, a categoria masculina até 65 kg os lutadores desses oito estilos (shotokan, goju-ryu, shito-ryu, wado-ryu, shorin-ryu, uechi-ryu, kyokushin e budokan) durante a

disputa olímpica devem se enfrentar. Justifica dividir a categoria por peso para fornecer mais segurança para os lutadores, estando embasada na biomecânica (Marques Junior, 2020).

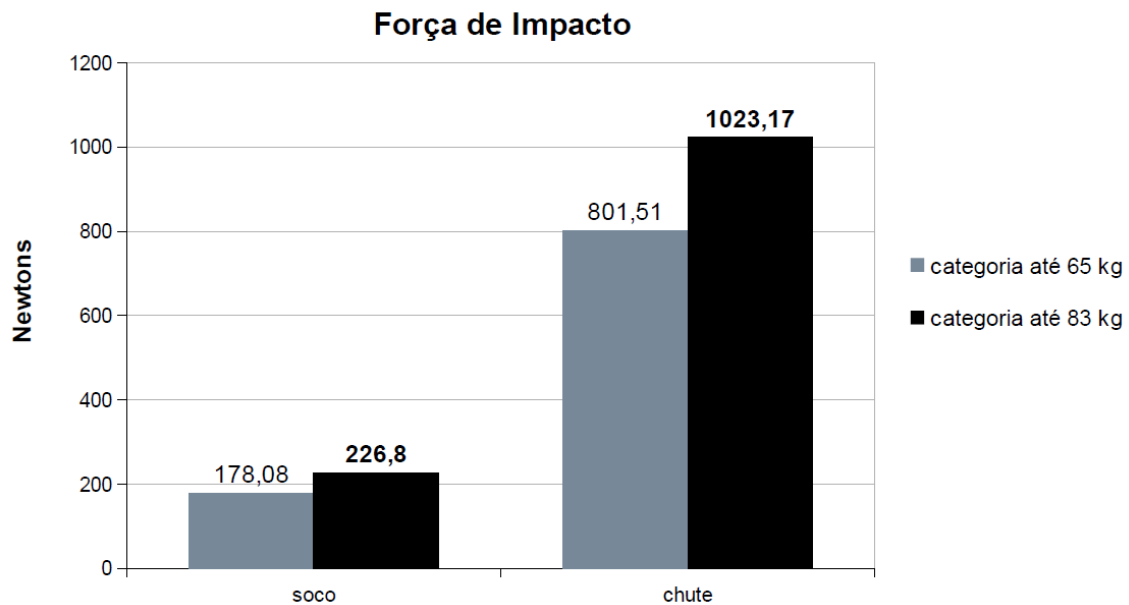
Afinal, a força de impacto do ataque do karatê sofre influência da massa em quilogramas (kg) e da aceleração linear em metros por segundo quadrado (m/s^2), é a 2ª lei de Newton, sendo expresso por Força = massa em kg . aceleração linear em m/s^2 = ? Newtons (N) (Silvestre e Teixeira, 2022). Por esse motivo os karatecas merecem ser divididos por categorias de peso. Segundo Venkatraman e Nasiriavanaki (2019), o chute do karatê possui maior impacto do que o soco porque a massa do membro inferior é mais elevada do que do membro superior. Os karatecas com maior estatura costumam ter mais elevado

impacto do chute por causa da maior massa dos membros inferiores (Ferreirra et al., 2014). Logo, a divisão da categoria por peso no karatê olímpico com vários estilos de karatê é essencial e ainda merece ter a categoria absoluto, sem limite de peso.

A massa do soco e do chute conforme a categoria por peso do karateca pode ser calculada pela biomecânica. Em relação a massa corporal total o membro superior possui um percentual das suas partes (braço com 2,6%, antebraço com 1,6% e mão com 0,7%) e o mesmo ocorre com o membro inferior (coxa com 10,3%, perna com 4,3% e pé com 1,5%) (Oliveira, Filho, Júnior e Hauser, 2011). Para calcular a massa desses segmentos, basta multiplicar a massa corporal total do karateca pelo percentual da parte do corpo e depois dividir por 100.

Por exemplo, um lutador de karatê da categoria até 65 kg possui uma massa do membro superior que praticou o soco de 3,18 kg (Braço = $65 \text{ kg} \cdot 2,6\% / 100 = 1,69 \text{ kg}$, Antebraço = $65 \text{ kg} \cdot 1,6\% / 100 = 1,04 \text{ kg}$ e Mão = $65 \text{ kg} \cdot 0,7\% / 100 = 0,45 \text{ kg}$, depois somo esses valores) e do membro inferior que fez o chute de 10,45 kg (Obs.: foi feito o mesmo cálculo anterior com os percentuais do membro inferior). Na categoria de até 83

kg, a massa do membro superior e inferior que praticou o ataque do karatê é maior, sendo respectivamente de 4,05 kg do soco e 13,34 kg do chute. Sabendo que a média da aceleração linear de dois (oi zuki e gyaku zuki) dos principais socos é de 56 m/s^2 (Gianino, 2010) e a média da mesma unidade de medida da física de alguns principais chutes (mae geri, mawashi geri, kizami mawashi geri e yoko geri kekomi) é de $76,7 \text{ m/s}^2$ (Gianino, 2010; López, Díaz, Pérez e Medina, 2022; Wasik, Mosler, Góra e Scurek, 2023). Podemos colocar esses valores na fórmula da 2ª lei de Newton (Força = massa . aceleração = ? Newtons ou N), temos uma força de impacto do soco de 178,08 N (Força = $3,18 \text{ kg} \cdot 56 \text{ m/s}^2 = 178,08 \text{ N}$) da categoria até 65 kg e os outros dados são apresentados na figura 1.



Fi

Figura 1. Força de impacto do ataque conforme a categoria do karatê (Elaborado pelo autor).

Essas explicações mostram o quanto é importante dividir os lutadores por peso no karatê olímpico com vários estilos de karatê.

Lembrando o que foi explicado anteriormente, na parte 1 desse artigo, o soco e o chute do lutador de karatê possui uma alta força de impacto, podendo causar um dano devastador quando atingido no alvo – trauma, fratura, nocaute, parada cardíaca, óbito etc (Díaz, López e Perez, 2021; Wojciech, Jacek, Daniel e Vences Brito, 2018). Essas afirmações são evidenciadas quando os lutadores de karatê quebram madeira, tijolo, gelo e outros com um único soco ou chute. Isso é conseguido porque o soco de um karateca possui uma força de 680 kg que equivale a 6668,52 Newtons (Cox, 1993). O mesmo acontece com o chute de um lutador de karatê. Esse desenvolvimento da força do soco e chute é conseguido exercitando no makiwara (madeira na vertical fixada no solo para ser golpeada), no kihon (é o treino técnico), no kata (é a luta imaginária) e no saco de pancada (denominado de sunatawara). Portanto, por causa do soco e do chute potente do karateca, para a competição olímpica do karatê recomenda-se um contato controlado no tronco e/ou no rosto do lutador com o intuito de evitar lesão ou algo pior nas lutas. Melhor explicando, os golpes controlados são “freados” cerca de 3 centímetros antes de atingirem o alvo (Nakayama, 2012). Essas recomendações visam reduzir a quantidade de contusões do karateca na disputa.

Outro quesito que o karatê olímpico com vários estilos de karatê merece se preocupar é com a proteção dos lutadores com o intuito de diminuir as lesões no karateca. O mestre Funakoshi para treinar o karatê shotokan jutsu utilizava proteção do beisebol para evitar graves lesões no tronco, rosto, canela e em outras partes do corpo – ver figura 2. No beisebol a batida da bola no tórax próximo do coração pode desencadear concussão cardíaca (commotio cordis) que ocasiona tontura, desorientação, arritmia cardíaca e outros que podem levar o atleta à morte por causa do impacto da bolada, por esse motivo alguns jogadores do beisebol usam protetor de tórax (Batlouni, Ghorayeb, Dioguardi e Cruz Filho, 2007; Cruz Filho, Vanheusden e Ghorayeb, 2007). Então, um chute ou soco do karateca pode causar esse dano no oponente que recebeu o ataque. Portanto, equipamentos de segurança como o protetor de tórax são fundamentais para a prática do karatê olímpico (Vences Brito, Ferreira, Castro, Polak, Valente, Romero e Figueiredo,

2019) ou qualquer outra proteção como o protetor bucal (Costa, Amorim, Jural, Magno e Maia, 2022).

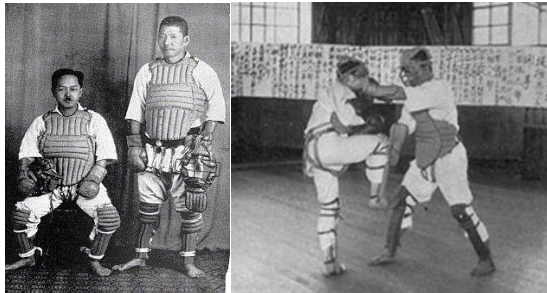


Figura 2. Proteção para a prática do karatê jutsu (Extraído de <http://vinicioantony.blogspot.com/2014/>).

Erdemir e Soykan (2020) evidenciaram a importância do protetor de tórax para o karateca ter menos chance de lesão. Os lutadores de karatê praticaram o yoko geri kekomi no saco de pancada por 12 vezes em 4 séries, tendo pausa de 15 segundos entre os chutes e intervalo de 3 minutos entre as séries. Após as 4 séries, os karatecas fizeram o mesmo volume de chutes com o ushiro geri no saco de pancada (4 séries x 12 repetições) e tendo a mesma pausa (15 segundos entre os chutes) e intervalo (3 minutos entre as séries).

Então, os karatecas fizeram 48 chutes com o yoko geri kekomi e 48 repetições com o ushiro geri – total de 96 chutes. Para testar três tipos de protetores de tórax aprovados pelo karatê da WKF, esse implemento foi fixado no saco de pancada e os lutadores praticaram o yoko geri kekomi e depois o ushiro geri com o mesmo volume, pausa e intervalo – esses karatecas fizeram um total de 288 chutes. O impacto dos chutes no saco de pancada e no protetor de tórax fixado no saco de pancada foi detectado por um sensor preso nesse implemento.

Erdemir e Soykan (2020) evidenciaram no seu estudo que o impacto do chute é menor no protetor de tórax do que sem esse equipamento ($p \leq 0,05$), sendo exposto na figura 3.

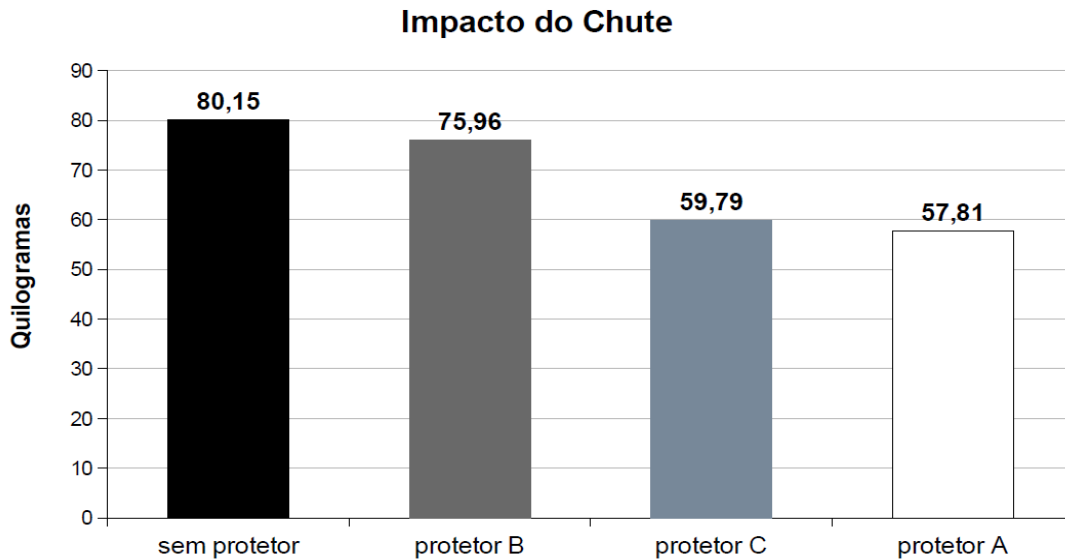


Figura 3. Impacto do chute sem e com protetor de tórax (Elaborado pelo autor com os dados de Erdemir e Soykan, 2020).

Em conclusão, o protetor de tórax é fundamental para reduzir as possíveis lesões nesse esporte de combate.

O local do corpo do karateca com maior incidência de lesões durante a luta ocorre na face e na cabeça (Augustovico, Lystad e Arriaza, 2019; Milosevic, Trajkovic, Golubovic, Ivanov, Mladenovic, Milovanovic e Mitrovic, 2022). As lesões nos lutadores de karatê são mais causadas pelo soco (48,4 a 87%), depois pelo chute (7,3 a 35,7%), em terceiro na execução da defesa (2,8 a 18,3%) e em quarto na queda do karateca no solo (0,9 a 17,3%) (Lystad, Augustovicova, Harris, Beskin e Arriaza, 2020). Então, visando evitar lesões na face e na cabeça, o karatê olímpico com vários estilos de karatê proposto nesse artigo merece utilizar na face o protetor de rosto do karatê kudo daido juku, conhecido como capacete espacial.

Em outro estudo sobre equipamento de proteção no karatê, Johannsen e Noerregaard (1988) investigaram se o uso de uma luva com espuma nas mãos reduz as lesões no karateca. No campeonato dinamarquês de karatê de 1983 e de 1986 os lutadores usaram luva durante 290 combates, mas no campeonato da Dinamarca de 1984 e de 1985 os karatecas não usaram luva em 620 lutas. O uso da luva reduziu a quantidade de karatecas lesionados e diminuiu as contusões nas mãos. Porém, lesões na face, cabeça e pescoço aconteceu um aumento com o uso da luva. A figura 4 expõe esses resultados.

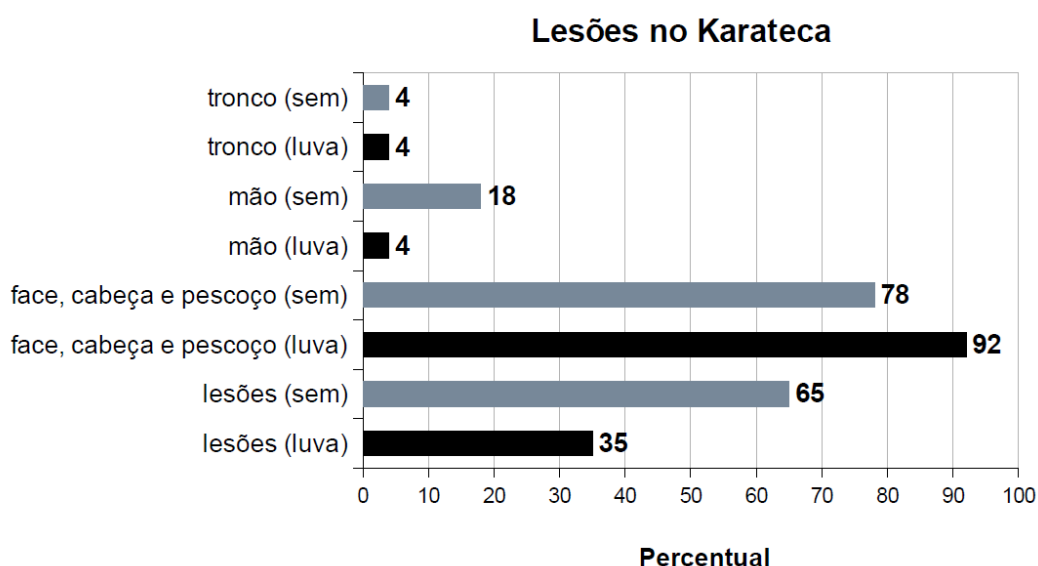


Figura 4. Lesões do karateca com luva e sem esse implemento nos combates (Elaborado pelo autor com os dados de Johannsen e Noerregaard, 1988).

Conclui-se que, o uso da luva é fundamental para reduzir as lesões no karateca. Então, o uso da luva é fundamental no karatê olímpico com vários estilos de karatê. Porém, para essas disputas terem segurança nos combates, o soco e/ou o chute merecem ser “freados” para evitar dano no oponente (Nakayama, 2012). Mas para certificar se o golpe foi realmente “freado” ou foi forte, deve existir um sensor que detecte o impacto do ataque do karateca, estando fixado na luva para informar a força do soco e na meia para registrar a força do chute. Outros equipamentos de proteção são indicados, as mulheres precisam usar protetor de seios e homens e mulheres se quiserem, recomenda-se utilizar

o protetor genital. O piso da zona da luta de 8x8 metros deve ser emborrachado igual ao da WKF para evitar lesão no karateca caso ele caia no solo.

O karatê olímpico vai permitir um confronto entre estilos diferentes de karatê durante os combates. O karatê kyokushin ocorre “trocação” de golpes (soco e chute) (Piepiora, Kindzer, Baginska e Cynarski, 2022) e o karatê shotokan o lutador fica em uma determinada distância do oponente e desferi um ou no máximo cinco ataques para acabar com a luta (Marques Junior et al., 2022). Existem quatro maneiras do karateca vencer uma luta, ou seja, atacando, antecipando o ataque do oponente e fazendo a sua tarefa ofensiva, defendendo o golpe do adversário e contra-atacando, se esquivando do ataque do adversário e atacando (Alinaghipour, Zareian e Ardakani, 2020; Maldonado e Arteaga, 2018).

Logo, a sugestão do kumite (da luta) olímpico com vários estilos de karatê é através de combates de 3 minutos e o vencedor vai ser o karateca que pontuar mais com waza-aris e/ou que fizer um único ippon que é o golpe perfeito e a luta acaba. Portanto, conforme a qualidade dos golpes dos lutadores que o árbitro vai determinar se foi ponto ou não (Guzel, 2020), tendo ainda ajuda do vídeo check para certificar se os ataques duvidosos ocasionaram waza-ari, ippon ou não teve ponto (Carlsson, Berglez, Persson e Carlsson, 2020).

Segundo Nakayama (2012b), a melhora do kumite do karateca está relacionada com a evolução do kata. Para Arakaki (2017), a prática do kata ocasiona no lutador um estado meditativo em movimento. O kata é uma luta imaginária que prepara o praticante dessa arte marcial para vários tipos de combates. Devido a importância do kata para o karatê, torna-se necessário a inclusão dessa atividade na competição do karatê olímpico com vários estilos de karatê. Porém, como vários estilos de karatê merecem estar na disputa olímpica (shotokan, goju-ryu, shito-ryu, wado-ryu, shorin-ryu, uechi-ryu, kyokushin e

budokan), é interessante a criação de cinco katas para essa competição com o intuito dos lutadores realizarem o mesmo kata nas várias fases da disputa.

O karatê shotokan ITKF possui diversos conteúdos da arte marcial nas suas disputas, tendo duas interessantes competições que tornam uma atração. O embu que é o teatro marcial, onde dois ou mais lutadores simulam um combate e o fuku-go, competição que ocorre uma rodada de kata e a outra de luta (Marques Junior, 2016). Ambos merecem estar presentes na disputa olímpica do karatê com vários estilos de karatê.

O artigo de revisão informou ao leitor alguns conteúdos para o karatê olímpico utilizar as ideias de Funakoshi com o intuito de vários estilos de karatê participarem de uma disputa.

CONCLUSÕES

O karatê shotokan WKF foi disputado nos Jogos Olímpicos de 2020 no Japão. Essa luta passou por uma significativa esportivização porque nos primeiros campeonatos os karatecas usavam no kumite (na luta) apenas um karatê gi (um quimono), mas nos combates da WKF os lutadores são compostos de vários protetores (boca, tórax, luva etc) com o intuito de dificultar o nocaute e de proporcionar menos chance de óbito. Porém, visando que o karatê olímpico tenha o conteúdo da arte marcial, foram feitas algumas sugestões nesse artigo de revisão. Por exemplo, Funakoshi o pai do karatê moderno, recomendou que todos estilos precisam formar um único karatê. Baseado nessa ideia o karatê olímpico merece ser realizado com vários estilos de karatê no kumite, no kata, no embu e no fuku-go. Entretanto, mesmo uma disputa olímpica com conteúdo da arte marcial os lutadores devem ter proteção nos combates e os golpes duvidosos necessitam do vídeo check para certificar se foi ponto ou não. Em conclusão, o karatê olímpico com as ideias de Funakoshi é uma interessante disputa que merece ser

testada em competições de menor importância para verificar a eficácia desse modelo de disputa para depois ser aplicado nos Jogos Olímpicos.

REFERÊNCIAS

- Alinaghypour, M., Zareian, E., e Ardakani, Z. (2020). Scoring techniques in final competitions of karate world championships 2016. *Annals of Applied Sport Science*, 8(2), 1-7.
- Arakaki, H. (2017). *Sensei: a jornada espiritual*. Campo Grande: AH.
- Augustovicova, D., Lystad, R., e Arriaza, R. (2019). Time-loss injuries in karate: a prospective cohort study of 4 consecutive world karate championships. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*, 7(8), 1-6.
- Barreira, C. (2006). A alteridade subtraída: o outro no esvaziamento do karatê e na redução fenomenológica. *Mnemosine*, 2(2), 106-118.
- Batlouni, M., Ghorayeb, N., Dioguardi, G., e Cruz Filho, F. (2007). Morte súbita cardíaca em atletas. Em. N. Ghorayeb, e G. Dioguardi (Eds.). *Tratado de cardiologia do exercício e do esporte* (p. 587-599). Rio de Janeiro: Atheneu.
- Bok, D., Jukic, N., Foster, C. (2002). Validation of session ratings of perceived exertion for quantifying training load in karate kata sessions. *Biology of Sport*, 39(4), 849-855.
- Carlsson, T.; Berglez, J.; Persson, S.; e Carlsson, M. (2020). The impact of video review in karate kumite during a Premier League competition. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 20(2), 1-11.
- Costa, M., Amorim, C., Jural, Magno, M., e Maia, L. (2022). Development, validation and assessment of effectiveness of an education folder about mouthguards in a child and adolescent population – a strategy for preventing dental trauma in sports. *Revista ABENO*, 22(2), 1-14.
- Cavedon, V., Milanese, C., Sacristani, F., e Zancanaro, C. (2023). Body composition in karate: a dual-energy X-ray absorptiometry study. *Applied Sciences*, 13(1), 1-10.
- Coelho, M., Coelho, P., Filho, L., Triani, F., e Columá, J. (2019). Caminhos do espírito samurai no karatê shotokan. *Motrivivência*, 31(57), 1-15.

- Coppola, S., Montemarano, L., Albano, D., e Vastolar, R. (2019). Potential of motion analysis technologies in the quantitative study of karate technique: an experimental approach for the jump of Unsu kata. *Journal of Physical Education Sport*, 19(121), 841-846.
- Cox, J. (1993). Traditional Asian martial arts training: a review. *Quest*, 45(3), 366-388.
- Cruz Filho, F., Vanheusden, L., e Ghorayeb, N. (2007). Epidemiologia da morte cardíaca súbita. Em. N. Ghorayeb, e G. Dioguardi (Eds.). *Tratado de cardiologia do exercício e do esporte* (p. 571-586). Rio de Janeiro: Athene.
- Díaz, H., López, O., e Perez, O. (2021). Estudio biomecánico de la gyakutsuki en el deporte karate do, con empleo del software Hu-M-An 5.0. *Revista Conrado*, 17(83), 49-54.
- Erdemir, O., e Soykan, A. (2020). Investigation of the effectiveness of body protectors used in karate kumite competitions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(12), 92-98.
- Ferreira, L., Martins, A., Piemontez, G., Domenech, S., Gevaerd, M., Bonilla, A., e Junior, N. (2014). Influência das características antropométricas sobre o impulso e tempo de execução do chute giro dorsal do karatê. *Revista de Educação Física/UEM*, 25(1), 33-43.
- Franchini, E. (2023). Energy system contributions during olympic combat sports: a narrative review. *Metabolites*, 13(2), 1-10.
- Frosi, T., e Mazo, J. (2011). Repensando a história do karate contada no Brasil. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25(2), 297-312.
- Gianino, C. (2010). Physics of karate. Kinematics analysis of karate techniques by a digital movie camera. *Latin American Journal of Physics Education*, 4(1), 32-34.
- Guzel, P. (2020). Perceptions and experiences of world karate referees: implications for gender (in) equity. *African Educational Research Journal*, 8(3), 618-626.
- Johannsen, H., e Noerregaard, F. (1988). Prevention of injury in karate. *British Journal of Sports Medicine*, 22(3), 113-115.
- Katanic, B., Bjelica, D., Rezic, M., Selimi, M., e Osmani, A. (2022). Differences in the morphological characteristics and body composition between elite Montenegrin kata and kumite karatekas. *Sport Mont*, 20(3), 87-91.
- López, O., Díaz, H., Pérez, O., e Medina, M. (2022). Application of a biomechanical study to the mawashi geri technique in the pre-competitive stage in karate fighter from the University of Cienfuegos. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(1), 349-355.

- Loturco, I.; Nakamura, F.; Silva, J.; Santos, J.; Pereira, L.; e Franchini, E. (2017). Physical and physiological traits of a double world karate champion and responses a simulated kumite bout: a case study. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 12(1), 138-147.
- Lystad, R., Augustovicova, D., Harris, G., Beskin, K., e Arriaza, R. (2020). Epidemiology of injuries in Olympic-style karate competitions: systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 54(-), 976-983.
- Maldonado, M.; e Arteaga, W. (2018). Caracterización competitiva de la selección de karate del estado Barinas en la modalidad de kumite. *Revista Con-Ciencias del Deporte*, 1(1), 112-127.
- Marques Junior, N. (2013). Porque o soco causa mais pontos do que o chute durante a luta de karatê? Conteúdo para prescrever o treino do karatê shotokan. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, 7(40), 376-387.
- Marques Junior, N. (2016). Estudos científicos sobre o kata do karatê: uma revisão sistemática. *Revista Ciencias de la Documentación*, 2(3), 19-45.
- Marques Junior, N. (2020). Impacto do soco e do chute dos esportes de combate: uma revisão sistemática. *Pensar em Movimento*, 18(2), 1-28.
- Marques Junior, N. (2022). Punch and kick impact of the karate: a review. *Marathon*, 14(2), 66-76.
- Marques Junior, N.; Ascanio, W.; Padilla, J.; e Ortiz, P. (2020). Características antropométricas e do salto vertical de jovens karatecas. *Revista Edu-física.com: Ciencias Aplicadas al Deporte*, 12(25), 78-94.
- Marques Junior, N., Lopes, J., e Oliveira, F. (2022). Pontos dos ataques do karatê shotokan: uma revisão sistemática. *Deportiva*, 19(54), 77-102.
- Martins, C.; e Kanashiro, C. (2010). Bujutsu, Budô, esporte de luta. *Motriz*, 16(3), 638-648.
- Milosevic, M., Trajkovic, I., Golubovic, Z., Ivanov, T., Mladenovic, G., Milovanovic, A., e Mitrovic, N. (2022). Development of methodologies for experimental analysis of neck deformations caused by impact forces in martial arts. *Advances in Mechanical Engineering*, 14(8), 1-14.
- Nakayama, M. (2012). *O melhor do karatê – kumite 1*. vol. 3. São Paulo: Cultrix.
- Nakayama, M. (2012b). *O melhor do karatê 5 – heian e tekki*. 8ª ed. São Paulo: Cultrix.

- Oliveira, M.; Frosi, T.; Nunes, R.; Pimenta, T.; Júnior, C.; e Amstel, N. (2018). De “mãos vazias” a “mãos com luvas”: uma análise sociológica sobre o karatê e os Jogos Olímpicos. *Olimpianos*, 2(1), 324-342.
- Oliveira, M., Telles, T., e Barreira, C. (2019). De Okinawa aos Jogos Olímpicos: o karate. Em. K. Rubio (Org.). *Do pós ao neo olimpismo: esporte e movimento olímpico no século XXI* (p. 327-348). São Paulo: Képos.
- Oliveira, A., Filho, D., Júnior, G., e Hauser, M. (2011). *Cinesiologia*. Ponta Grossa: UEPG.
- Piepiora, P., Kindzer, B., Baginska, J., e Cynarski, W. (2022). Personality and age of male national team Ukraine in kyokushin karate – pilot study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7225), 1-9.
- Ribas, M., Pereira, M., Barbosa, T., Lass, A., e Bassan, J. (2020). Tactical and technical performance analysis of the male 65 kg category at the Brazilian shotokan karate championship. *Journal of Physical Education*, 31(-), 1-7.
- Silvestre, A., e Teixeira, P. (2022). *Física – uma introdução*. Lisboa: Instituto Politécnico de Lisboa.
- Stevens, J. (2007). *Três mestres do budo: Kano (judô), Funakoshi (karatê), Ueshiba (aikido)*. São Paulo: Cultrix.
- Tapajcikova, T. (2022). Injuries in sports karate. *Slovak Journal of Sport Science*, 8(1), 16-23.
- Vences Brito, A., Ferreira, M., Castro, M., Polak, E., Valente, E., Romero, F., e Figueiredo, A. (2019). Sport injuries in Portuguese female and male karateka: a retrospective study. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 19(4), 51-57.
- Venkatraman, J., e Nasiriavanaki M. (2019). Biomechanics of kumite style gyaku tsuki in karate. *BJSTR*, 14(3), 10656-10658.
- Vidranski, T., Otkovic, P., e Tadijanov, D. (2019). Differences in technical-tactical indicators of karate kumite between the world championship in Tokyo 2008 and Madrid 2018. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(5 proc), 2470-2479.
- Wasik, J., Mosler, D., Góra, T., e Scurek, R. (2023). Conception of effective mass and effect of force – measurement of taekwon-do master. *Physical Activity Review*, 11(1), 11-16.
- Wojciech, C., Jacek, W., Daniel, S., e Vences Brito, A. (2018). Changes in foot pressure on the ground during mae geri kekomi (front kick) in karate athlete – case study. *Physical Education of Students*, 1(-), 12-16.