

## **PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS PRATICANTES DE JIU-JITSU DA REGIÃO CRAJUBAR**

LUCAS FARIAS PEREIRA, ANGELICA ELIAS DOS SANTOS, LUDIMILA SILVA DO NASCIMENTO, PAULO ROGÉRIO BARBOSA  
DO NASCIMENTO

**INTRODUÇÃO:** O Jiu-Jitsu é umas das artes marciais que vem ganhando cada vez mais credibilidade, obtendo uma melhor visão pelos seus praticantes e não praticantes. Atualmente, as pessoas adotam uma prática de atividade física ou esportiva como um estilo de vida, sendo que as principais doenças e causas de morte estão prioritariamente associadas à maneira como vivemos no dia-a-dia. Os hábitos e ações que o indivíduo realiza estão associados à percepção de qualidade de vida que o mesmo traz consigo. Dessa forma, muitos praticantes utilizam o Jiu-Jitsu como estilo de vida individual. **OBJETIVO:** Analisar o perfil do estilo de vida dos praticantes de Jiu-Jitsu da região CRAJUBAR. **METODOLOGIA:** Serão selecionados praticantes de Jiu-Jitsu de ambos os sexos, acima dos 18 anos e residentes das cidades de Crato, Juazeiro do Norte e Barbalha que caracterizam a região CRAJUBAR. A presente pesquisa será submetida junto ao comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Regional do Cariri (URCA). Imediatamente após a aprovação, as academias serão selecionadas para reunião com os praticantes a fim de esclarecer todo o estudo, assinando assim o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCL) conforme as diretrizes do CNS 466/12 para pesquisas com seres humanos. A análise do estilo de vida será realizada mediante aplicação do questionário do Pentáculo do Bem Estar, conhecido por avaliar as variáveis determinantes do estilo de vida: nutrição; controle do stress; atividade física; relacionamento social; comportamento preventivo. Será gerado um banco de dados após a realização das coletas, e em seguida gerado uma estatística descritiva (média, desvio padrão, mínimo e máximo) para teste de normalidade. Depois de verificada a normalidade da amostra será realizada análise para as devidas conclusões da pesquisa. **RESULTADOS:** Espera-se que a pesquisa apresente bons resultados de forma clara e direta, uma vez que irá traçar um perfil do estilo de vida de toda a região.

**PALAVRAS-CHAVE:** LUTAS; JIU-JITSU; ESTILO DE VIDA; BEM ESTAR.

**ÁREA TEMÁTICA:** EDUCAÇÃO FÍSICA

**FORMA DE APRESENTAÇÃO:** PÔSTER