



UNIVERSIDADE PRESBITERIANA MACKENZIE  
CENTRO DE COMUNICAÇÃO E LETRAS  
CURSO DE JORNALISMO – TCC (2º S 2018)  
ANEXOS



**UNIVERSIDADE PRESBITERIANA MACKENZIE  
CENTRO DE COMUNICAÇÃO E LETRAS  
CURSO DE JORNALISMO**

ARTHUR AGATON GABOR

DOCUMENTÁRIO EM SÉRIE:  
O JIU JITSU COMO ESTILO DE VIDA

**SÃO PAULO  
2º SEMESTRE 2018**

Este Trabalho de Conclusão de Curso não reflete a opinião da Universidade Presbiteriana Mackenzie. Seu conteúdo e abordagem são de total responsabilidade de seu autor.

**ARTHUR AGATON GABOR**

**O JIU JITSU COMO ESTILO DE VIDA**

Relatório Final do TCC II (Trabalho de Conclusão de Curso) apresentado ao Centro de Comunicação e Letras da Universidade Presbiteriana Mackenzie para obtenção do Título de Bacharel em Jornalismo, sob a orientação da Sr Prof. Dr Rafael Santos

**SÃO PAULO**  
**2º SEMESTRE / 2018**

## **RESUMO**

Este relatório tem como objetivo apresentar o embasamento teórico necessário para o desenvolvimento e construção de um documentário separado em dois episódios. O produto em questão leva ao telespectador dez entrevistas, quatro com lutadores e professores de Jiu Jitsu, três crianças que participam de um projeto social, a mãe de um desses alunos, um médico e um lutador profissional. Entretanto, outras pessoas foram consultadas com o intuito de obter informações cruciais para a realização deste trabalho. O documentário foi dividido em dois episódios com o intuito de separar de maneira mais clara os temas abordados. No trabalho, o processo de captação de fontes, redação e edição tem seu detalhamento. O relato também mostra todo o planejamento feito para a produção do documentário, bem como sua execução prática e os resultados finais. Todas as alterações necessárias para a realização do projeto ao longo do período de criação também são representadas.

Palavras chaves: Jornalismo, Documentário, O Jiu Jitsu como estilo de vida, Jiu Jitsu, benefícios

## **ABSTRACT**

This report aims to present the theoretical basis necessary for the development and construction of a separate documentary in two episodes. The product in question leads the viewer to ten interviews, four with fighters and Jiu Jitsu teachers, three children participating in a social project, the mother of one of these students, a doctor and a professional fighter. However, other people were consulted in order to obtain crucial informations to the performance of this work. The documentary was divided into two episodes in order to separate more clearly the topics covered. At this report, the process of source collection, writing and editing are detailed. The report also shows all the planning done to produce the documentary, as well as its practical execution and the results. All changes necessary for the realization of the project over the creation period are also represented.

Keywords: Journalism, documentary, Jiu Jitsu lifestyle, Jiu Jitsu, benefits

## **Upload**

**Episódio 01** -> <https://www.youtube.com/watch?v=GeuZhOaThGo>

**Episódio 02** -> <https://youtu.be/gGBziiTG9J8>

<https://youtu.be/4aFoc50cAJw>

**Data upload** -> 21/11/2018

## SUMÁRIO

<b>CAPA .....</b>	<b>1</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>3</b>
<b>REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>5</b>
<b>DESENVOLVIMENTO DA PEÇA .....</b>	<b>7</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>10</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>13</b>

## INTRODUÇÃO

Segundo o IBGE, em pesquisa de 2013, 25.6% da população brasileira pratica algum tipo de esporte regularmente, sendo que quanto mais jovem for a pessoa, maior a probabilidade de ter o esporte em sua rotina.

Dos 45.9% da população brasileira que não pratica nenhum esporte, nem esporadicamente, 5.5% deles afirma ser sedentário por não ter condição financeira para a prática. A região sudeste é a menos afetada por isso: 4.2% e a Centro-Oeste a que isso é mais comum: 10.2%. Além disso, segundo a mesma pesquisa do IBGE, 1.4% da população afirma que parou a prática esportiva por motivo econômico.

As artes marciais estão muito presentes na vida das pessoas desde muito cedo. Segundo o Ministério do Esporte, 4.6% tiveram alguma arte marcial como primeira modalidade praticada, isso inclui karatê, capoeira, boxe, jiu jitsu, muay thai, judô.

O motivo para entrada nas artes marciais são os mais diversos. Um dos mais comuns é o mau comportamento – especialmente entre as crianças – outros tantos por problemas motores visando melhorias na movimentação ou até por meio de programas sociais, os quais são bastante comuns no Brasil. Muitos acabam tomando gosto pela prática e nunca mais abandonam os tatames. Segundo revista científica americana, quem pratica alguma arte marcial com frequência possui um menor nível de stress e consegue enfrentar seus problemas com maior facilidade e autoestima.

Mas talvez, os mais beneficiados pelas artes marciais sejam aqueles que se enquadram em dois desses motivos: por mau comportamento e via programas sociais. Ou seja, pessoas com condições sociais menos favorecidas e que poderiam entrar, ou já estão, no mundo das drogas e/ou crime, mas por terem começado a praticar alguma arte marcial, optam por virar um esportista.



A própria prefeitura do estado de São Paulo sabe disso, e realizou, em 2015, um projeto dentro da Cracolândia. Na época, alguns lutadores e o então Secretário Estadual de Esportes, Jean Madeira, foram à uma sala para a aula inaugural de Judô e Jiu Jitsu.

Existe até um evento esportivo chamado Nocaute às Drogas, organizado pela Força Jovem Universal. Um evento que busca mostrar aos usuários que há um caminho curto rumo à saída do mundo das drogas: o esporte. Dentro da América do Sul já foi realizado no Brasil e na Argentina.

**A principal pergunta a ser respondida nesse trabalho é como mostrar de maneira clara e com bons exemplos, por meio de uma série documentada, o Jiu Jitsu realmente é um fator crucial para a mudança de estilo de vida dos praticantes?**

O maior objetivo desse trabalho de conclusão de curso é produzir um documentário e mostrar como algo que parece tão simples e acessível para muitos pode causar uma transformação tão grande na vida das pessoas.

Desde pequeno sempre fui muito adepto da prática esportiva, tendo passado por inúmeras modalidades. Porém, sem nenhuma dúvida, as artes marciais foram as que mais me conquistaram. A primeira que pratiquei foi o Judô, que treinei por aproximadamente 10 anos. Depois de algum tempo sem nenhuma arte marcial decidi ir para o Muay Thai e pouco tempo depois Jiu Jitsu, sendo que esse último pratico até os dias de hoje.

Esses esportes me fizeram conhecer muitas pessoas, sendo que várias delas mudaram completamente de vida após começar a praticar alguma arte marcial. E isso me marcou muito, ver como pessoas extremamente pobres e carentes, se tornaram atletas exemplares e alguns até passaram a viver do esporte, não mudando apenas de patamar econômico, mas também se tornando melhores indivíduos e mais encaixados na sociedade como um todo.

O meu trabalho irá mostrar a história de pessoas que conseguiram mudar de vida por conta das artes marciais. Portanto irei procurar personagens para me contar o que eles passaram.

Acredito que esse tema é pouco abordado pelo jornalismo. Caso tivesse mais espaço na mídia, poderia abrir mais os olhos da população, demonstrando de maneira mais clara que o esporte

realmente muda vidas. Além disso, o investimento no Brasil é baixíssimo nessa área, os centros esportivos estão em péssimas condições, especialmente em regiões mais pobres. É normal ver atletas de nível olímpico em um centro de treinamento precário. Caso o brasileiro tivesse um conhecimento e apreço maior pela prática, as chances de investimento crescer seria enorme, criando assim, uma bola de neve totalmente positiva.

O Jiu Jitsu é um esporte que sofre muito pré-conceito de quem não conhece a prática. Alguns pensam ser um esporte de louco e de quem gosta de apanhar, porém, os praticantes sabem que a realidade é completamente diferente. Os parceiros de treino acabam formando uma família, criando um laço muito forte entre si e se ajudando, sempre que possível, a progredir, não só na prática esportiva, mas também como pessoa.

Segundo a revista Gracie Mag, veículo especializado em Jiu Jitsu desde 1994, o Jiu Jitsu traz muitas vantagens aos seus praticantes, tanto para corpo, como mente. Entre eles estão: melhora física, diminuição no stress, novas amizades, e uma boa autodefesa em caso de e necessidade. Mas as mudanças que as pessoas mais sentem são na parte de autoconfiança saber que todo resultado depende única e exclusivamente de si próprio.

“A cada dia de luta, você vai ver que cada problema, cada dificuldade, só serão solucionados com seu empenho e inteligência”, isso é o que afirma a revista. Ou seja, se você não se esforçar não terá resultados positivos no tatame. Você precisa treinar o máximo que puder e sempre com empenho máximo, só assim conseguirá trocar de faixa e evoluir na arte.

Essa linha de pensamento não vale apenas para o Jiu Jitsu, e sim para a vida como um todo. No seu trabalho, na sua vida amorosa e familiar, há necessidade de esforço total para manter um bom desempenho e relacionamento, só assim o sucesso será alcançado.

A revista ainda diz que “com um bom mestre ao seu lado, e a cada batalha vencida, você vai aprender como é bom ouvir as palavras certas ou até mesmo as broncas na hora exata” e esse é outro conselho que o lutador pode e deve levar para fora do tatame.

## **1. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **1. Jiu Jitsu no Brasil**

#### **1.1 A criação do Jiu Jitsu**

O Jiu Jitsu teve sua origem no Brasil, não a toa ele é conhecido internacionalmente como Jiu Jitsu Brasileiro. Em todos os países do mundo (com exceção do Brasil), as pessoas que praticam essa arte a tratam como o BJJ (Brazilian Jiu Jitsu).

“Tudo começou em 1914, com a chegada ao Brasil do japonês Mitsuyo Maeda. Especialista nas artes marciais do Oriente, ele vinha de uma turnê pela América do Norte e Central, onde apresentara – pela primeira vez no continente – o judô e o jiu-jitsu. Mais conhecido pelo apelido Conde Koma, Maeda fixou residência em Belém do Pará, como adido do cônsul do Japão, mas nunca deixou de ensinar as lutas em que era mestre. Um de seus alunos, Carlos Gracie, tinha um irmão franzino e de saúde frágil, chamado Hélio, que acabou criando uma técnica própria, baseada em alavancas – golpes que usam todo o peso do corpo (o seu e o do adversário).” (Redação SUPER INTERESSANTE, 2016, online)

Hélio Gracie era o irmão mais novo e mais fraco, e por muitas vezes acaba levando a pior nas brigas de família, ele se viu obrigado a juntar algumas técnicas de outras artes marciais – até por isso muita gente diz que o Jiu Jitsu foi criado no Japão - e criar as que hoje são ensinadas no Jiu Jitsu. “Funciona como o macaco de trocar pneu. Vinte homens talvez consigam erguer um carro, mas um macaco faz o serviço com mais técnica e menos força”, diz Rorion Gracie, filho de Hélio e instrutor de jiu-jitsu em Los Angeles.

Muitos golpes já sofreram alterações, melhorias ou até foram inventados, mas sempre seguindo a mentalidade de Hélio, que faleceu em 2009 como o único faixa vermelha do mundo. A faixa vermelha é a última do Jiu Jitsu, vem depois da preta.

## 1.2 Jiu Jitsu atualmente

É muito difícil precisar a quantidade de praticantes de Jiu Jitsu ao redor do mundo, isso porque muitos param, retornam. Outros são oficialmente graduados, mas não treinam mais. O número de academia segue um pouco essa linha, com o sucesso do esporte, cada vez mais centros de treinamento são vistos pelo mundo. Porém, uma coisa é bem clara: o crescimento do Jiu Jitsu ao redor do mundo é notório. Apenas no ano de 2017, 1.304 academias novas receberam o registro da IBJJF (International Brazilian Jiu Jitsu Federation). Os torneios organizados por essa federação também aumentaram bastante: 5 em 1996 para 37 em 2017.

Atualmente, o jiu jitsu é um esporte reconhecido e regulamentado, em nosso país, pela Confederação Brasileira de Jiu Jitsu. Em nível regional, há as federações estaduais. As principais competições nacionais são o campeonato brasileiro, o campeonato brasileiro de equipes e o campeonato brasileiro de estreatantes. Outro papel da confederação brasileira é o de selecionar atletas para competirem em nível internacional, como o campeonato pan-americano e o campeonato mundial. (Brasil Escola, online)

No Brasil, o Jiu Jitsu é a arte marcial mais praticada. São cerca de 2 milhões de praticantes segundo o Ministério do Esporte.

## 2. Projetos sociais envolvendo Jiu Jitsu

Assim como muitas outras artes marciais, o Jiu Jitsu também possui inúmeros projetos sociais pelo mundo. O intuito é ajudar pessoas menos favorecidas financeiramente dando a oportunidade de treinar e conhecer melhor a luta e seus benefícios. Em alguns casos, os novos atletas acabam se apaixonando pelo esporte e passam a praticá-lo pelo resto da vida.

O UFC, maior evento de MMA (Mixed Martial Arts) não fica para trás quando o assunto é projeto social. Em outubro de 2017, foi realizado um evento na cidade de São Paulo, e Demian Maia, um dos maiores nomes do Jiu Jitsu lutou naquela noite. O lutador também ajudou a divulgar a grande ação promovida pelo UFC: qualquer pessoa que doasse 1kg ou mais de alimento não perecível, automaticamente ganhava um ingresso para assistir à pesagem e encarada dos lutadores.

Foram 4.500 kg de alimentos arrecadados, os quais foram distribuídos para 4 ações sociais que envolvem, de alguma maneira, as artes marciais. Uma delas é a *Nascidos para Vencer*, liderado por Serginho Moraes, lutador do UFC e especialista em Jiu Jitsu. 3 mil pessoas já foram beneficiadas pelo projeto, que dá aulas diárias da arte marcial brasileira.

## 3. O Jiu Jitsu e seus benefícios

Os benefícios são inúmeros, melhorias no bem-estar, saúde física e mental, confiança, autoestima e muito mais. Um dos mais perceptíveis no dia a dia é a saúde física. Os praticantes costumam emagrecer muito e ficar muito mais fortes. Com acompanhamento de um profissional, é possível fortalecer os músculos corretos e evitar incômodos e lesões. As dores nas costas costumam ser as primeiras a desaparecer.

“Qualquer trabalho na no abdômen protege a coluna. Pessoas que têm histórico de sedentarismo e dores lombares com frequência, acabam, no início da luta, protegendo suas articulações [...]. Você se exercita para começar a diminuir suas dores. As pessoas acham que por que tem uma restrição por dor ou uma doença crônica na articulação não pode fazer o exercício. É o contrário: você deve, dentro da sua limitação, começar a se exercitar para melhorar.” MAGLIOCCA, Gustavo. Entrevista concedida ao programa Bem-Estar, da Rede Globo. 29 ago. 2014

As lutas não trazem benefícios para a saúde, há uma mudança comportamental notável em seus praticantes. Muitos pais colocam seus filhos em alguma arte marcial para ajudá-lo a se comportar. “A luta traz a parte sociocultural (aos praticantes): educação, disciplina, respeito, hierarquia”. Gustavo Magliocca

#### 4. Documentário seriado

Utilizar uma série de documentários foi a melhor opção para esse trabalho, já que só assim, será possível, dar a atenção e relevância necessária para cada aspecto abordado. O tema é complexo e pode ser separado em inúmeros vieses interessantes, sendo assim, separar o documentário em partes irá facilitar o entendimento do mesmo.

A voz do documentário pode defender uma causa, apresentar um argumento, bem como transmitir um ponto de vista. Os documentários procuram nos persuadir ou convencer, pela força de seu argumento, ou ponto de vista, e pelo atrativo, ou poder, de sua voz. (NICHOLS, 2016, p.73)

Algo muito interessante do documentário é que cada personagem representa a si mesmo, ninguém lê um roteiro e precisa dramatizar, imitando, ou contando a vida de outra pessoa. Afinal, todo mundo possui uma boa história para contar, umas mais interessantes, outras menos. Como diz Nichols: cada um apresenta a si mesmo.

Esse fato é muito interessante para o tema a ser desenvolvido nesse TCC, isso porque, de certa maneira, as histórias são tão importantes quanto o tema. O documentário irá explorar bem a história de cada um, contada por ele mesmo, do seu ponto de vista. Cada lutador poderá contar nas suas próprias palavras a importância do Jiu Jitsu em sua vida.

## 2. DESENVOLVIMENTO DA PEÇA.

### 2.1 Pré-Produção

#### 1. *Explicação do tema e linguagem*

A reportagem on-line desenvolvida como trabalho de conclusão de curso foi apresentada à banca avaliadora no final do ano de 2018. O tema será a mudança que o Jiu Jitsu pode proporcionar a seus praticantes, abrangendo desde questões financeiras, físicas até mentais. Para tal, usei declarações dadas em entrevistas realizadas durante cerca de 1 ano e meio,

somando a vídeos feitos em campeonatos e academias e dados para acrescentar mais informações ao documentário

Com o objetivo de atingir uma gama de público mais extensa, utilizei um vocabulário mais simples e informal. Entretanto, foi necessário entrar em aspectos mais técnicos, principalmente quando a parte clínica do assunto foi abordada. Mesmos nesses momentos, o intuito foi ser o mais didático possível, mas sem tornar o documentário cansativo ou pesado.

O esporte é uma ótima ferramenta de mudança. Isso é claro para muita gente. Muitos canais de televisão já exploraram isso, e montaram matérias sobre o tema. Entretanto, mesmo assim, a luta ainda passa por preconceitos em alguns momentos e é pouquíssimo abordada em canais abertos.

Um grande desafio será quebrar esse paradigma de que as lutas são para “malucos que gostam de apanhar”, e mostrar que a realidade é completamente diferente. Há a formação de uma família dentro do tatame, onde um ajuda ao outro, transformando, e muito, a vida de seus praticantes.

## *2. Fontes (agendamento e execução de entrevistas)*

Para exemplificar o tema abordado e também dar detalhes mais técnicos sobre o assunto, realizei onze entrevistas, sendo que dez delas foram diretamente utilizadas no documentário, sendo nove em um episódio e um no outro. Explico abaixo como foi o processo para conseguir os contatos e como realizei as conversas.

- 1- Danilo “Tartaruga” Pacheco** – Faixa marrom de Jiu Jitsu, dá aula para adultos e crianças na academia que treina. Consegui contato pois sou seu aluno. Realizei a entrevista pessoalmente com câmera e gravador do celular conectado ao microfone de lapela.
- 2- Demian Maia** – Faixa preta de Jiu Jitsu e lutador profissional de MMA do UFC. Consegui contato pois treino na academia que Demian Maia é dono. Realizei a entrevista pessoalmente com câmera e gravador do celular conectado ao microfone de lapela.
- 3- Gustavo Henrique Oliveira dos Santos** – Faixa roxa de Jiu Jitsu. Professor do projeto social na Paraisópolis. Conheci no dia que fui gravar na comunidade.

- 4- **Kaliane** – Mãe de aluno do projeto social na Paraisópolis. Conheci, pois, ela estava na comunidade assistindo às aulas de seu filho.
- 5- **Leandro Garcia Costa Filho** – Faixa azul de Jiu Jitsu, dá aula no projeto social da Paraisópolis. Consegui contato pois treino na mesma academia que ele. Leandro me levou ao projeto social que fez parte do trabalho.
- 6- **Leonardo Domingos** – Faixa marrom, dá aula e compete Jiu Jitsu. Consegui contato pois já fui seu aluno. Realizei a entrevista pessoalmente com câmera e gravador do celular conectado ao microfone de lapela, entretanto o microfone não funcionou e não foi possível utilizar essa entrevista diretamente no documentário. Mesmo assim as informações obtidas nela ajudaram.
- 7- **Lucas Costa Barros** – Faixa preta de Jiu Jitsu. Antes apenas treinava e competia, mas hoje também auxilia e dá aulas. Consegui contato pois sou seu aluno. Realizei a entrevista pessoalmente com câmera e gravador do celular conectado ao microfone de lapela.
- 8- **Márcio Matsumoto** – Médico especialista em Anestesiologia e Terapia da Dor, além de mestre e doutor em neurociências. Também treina Jiu Jitsu e é faixa preta. Consegui o contato conversando com parceiros de treino, que o conheciam. Realizei a entrevista pessoalmente com câmera e gravador do celular conectado ao microfone de lapela.
- 9- **Paulo Victor Andrade de Souza** – Criança que participa do projeto social na Paraisópolis. Conheci no dia que fui gravar na comunidade.
- 10- **Victor Oliveira Moreira** - Criança que participa do projeto social na Paraisópolis. Conheci no dia que fui gravar na comunidade.
- 11- **Weverton Ferreira Jesus Vianna** - Criança que participa do projeto social na Paraisópolis. Conheci no dia que fui gravar na comunidade.

### 3. *Produção*

A ideia de separar o documentário em 2 episódios foi para uma organização melhor na hora de explicar o tema. Apenas um episódio iria misturar dois aspectos diferentes retratados, sendo que, um complementa o outro, mas não há continuidade entre eles. Ou seja, quem assistir apenas um episódio, mesmo que não seja o primeiro, irá entender sobre o que esse documentário seriado se trata.

Todos os entrevistados contaram sua história, mostrando as transformações que o Jiu Jitsu os proporcionou, mudando, para melhor, as condições e qualidade de vida após a prática. Além disso, irei mostrar imagens deles nos treinamentos.

Nenhuma viagem foi realizada durante a produção. Todas as entrevistas foram gravadas pessoalmente e em São Paulo.

Os episódios serão os seguintes:

- Os benefícios do Jiu Jitsu para o corpo e mente dos praticantes
- Demian Maia e a paixão pela luta acima da formação acadêmica

#### *4. Formação de equipe*

A equipe que construiu essa ideia de TCC constituiu-se a partir de mim, Arthur Agaton Gabor, que ficou responsável pela elaboração, estruturação, desenvolvimento e fechamento do produto como um todo. Realizei todas as filmagens sozinho. Para realizar a passagem utilizei um tripé e fiquei em frente à câmera.

Na parte de edição solicitei ajuda de um profissional da área, contratando-o para editar os episódios da série. Visto que, em um documentário, a parte mais importante é a visual, uma boa edição das filmagens é de suma importância para um trabalho que busca a excelência.

### **3. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Levando em consideração todas as dificuldades e desanimadas enfrentadas durante a produção do trabalho, considero o resultado satisfatório. Consegui abordar o tema em alguns aspectos, mostrando, principalmente para quem não conhece a fundo, a importância do Jiu Jitsu. Somam-se a isso, imprevistos de última hora e primeira entrega antecipada.

Inicialmente, a ideia era produzir um documentário em séries sobre artes marciais como um todo. O objetivo era ter cada episódio abordando uma arte marcial diferente. Entretanto, devido à falta de tempo disponível, não seria possível falar o suficiente sobre cada prática, o que deixaria o trabalho extremamente superficial. Por isso, houve uma mudança, e restringi o assunto apenas para o Jiu Jitsu.



Ao decidir falar sobre o Jiu Jitsu, queria fazer quatro episódios, mas caí no mesmo problema: pouco tempo para cada um deles. Então a melhor opção foi a junção em apenas dois episódios mais elaborados.

O tema foca em quebrar um grande preconceito que ainda existe em torno do Jiu Jitsu. Apesar do crescimento nos últimos anos, que o colocou como a arte mais praticada do Brasil, algumas pessoas ainda têm ideias erradas sobre a prática. Dar a palavra para lutadores e praticantes que tiveram suas vidas transformadas foi a maneira mais direta encontrada para tal.

Além disso, há a necessidade de falar tecnicamente sobre o assunto, para isso um médico pôde mostrar que existe uma explicação científica para todas as mudanças retratadas. Um fato interessante é que o médico também é lutador de Jiu Jitsu, ou seja, além do conhecimento técnico, ele também possui vivência prática dentro do tatame.

Um documentário pôde mostrar, de maneira mais aprofundada, que o Jiu Jitsu realmente transforma vidas. Quem começa a praticar muda bastante. Ao visualizar praticantes se respeitando, respeitando o tatame e relatando a importância da arte em suas vidas, o telespectador consegue entender melhor o tema abordado, e também se sente mais próximo da história.

A grande dificuldade que encontrei nesse trabalho foi sair da zona de conforto, que trouxe consigo um desânimo. Por praticar Jiu Jitsu, grande parte do meu trabalho estava próximo do meu alcance. Num primeiro momento isso pode parecer ótimo, mas me deu a impressão que eu poderia resolver o trabalho a qualquer momento.

Soma-se a isso que as primeiras entrevistas não atingiram minhas expectativas. Eu estava procurando histórias comoventes, mas não as obtive. Tive então, que dar outro olhar para as entrevistas, buscando encaixar as falas em outras situações do documentário. No final das contas, creio que todos os entrevistados tiveram um papel crucial no fechamento do produto.

Além disso, um problema com o meu microfone trouxe uma das maiores dificuldades: o áudio estava péssimo e praticamente inaudível em alguns casos. Algumas entrevistas eu consegui remarcar, e com isso, foi possível utilizá-las no trabalho. A que não foi possível remarcar, tive de excluí-las do trabalho, ou então selecionar as partes que era possível escutar melhor.

Por fim, mesmo com as dificuldades ressaltadas e ciente da necessidade de dedicação e paciência de muitas horas para aprofundar e desenvolver as temáticas representadas no documentário, acredito que pude contribuir com o cenário da prática esportiva no Brasil, trazendo opiniões de quem entende sobre o assunto e também pratica o esporte. Além de demonstrar um produto jornalístico interessante e mostrar que o esporte salva vidas.

Eu espero que os grandes meios de comunicação possam seguir esse exemplo, e abrir o olho da população sobre a importância do esporte. Vale ressaltar também que o Jiu Jitsu ainda tem pouco espaço na mídia atual, mesmo sendo uma arte marcial criada no Brasil e a mais praticada em nosso território.

#### 4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

MAGLIOCCA, Gustavo. Entrevista concedida ao programa Bem-Estar, da Rede Globo. 29 ago. 2014 **Entenda os benefícios do karatê, taekwondo, muay thai e jiu-jitsu.** Disponível em: <<http://g1.globo.com/bemestar/noticia/2014/08/entenda-os-beneficios-do-karate-taekwondo-muay-thai-e-jiu-jitsu.html>>. Acesso em: 22 nov. 2017.

ESPORTE, Ministério do. **A prática de esporte no Brasil.** Disponível em: <<http://www.esporte.gov.br/diesporte/2.html>>. Acesso em: 15 set. 2017.

INTERESSANTE, Super. **Como surgiu o jiu-jitsu brasileiro e quais suas inovações?:** Tudo começou em 1914, quando o japonês Mitsuyo Maeda, especialista nas artes marciais orientais, desembarcou no Brasil. Disponível em: <<https://super.abril.com.br/saude/como-surgiu-o-jiu-jitsu-brasileiro-e-quais-suas-inovacoes/>>. Acesso em: 17 nov. 2017.

NEWSROOM, Graciemag. **Ricardo Almeida: 12 reasons why martial arts are better for kids than team sports.** Disponível em: <<http://www.graciemag.com/en/2014/10/01/ricardo-almeida-12-reasons-why-martial-arts-are-better-for-your-kids-than-team-sports/>>. Acesso em: 18 set. 2017

RECORD. **Na luta contra as drogas, usuários terão aulas de artes marciais na Cracolândia.** Disponível em: <<http://noticias.r7.com/sp-no-ar/videos/na-luta-contras-drogas-usuarios-terao-aulas-de-artes-marciais-na-cracolandia-15102015>>. Acesso em: 21 set. 2017.

REDAÇÃO GRACIE MAG (São Paulo). **10 benefícios que o Jiu-Jitsu pode trazer para você, hoje mesmo.** 2013. Disponível em: <<http://www.graciemag.com/2013/09/18/jiu-jitsu-10-beneficios-que-o-jiu-jitsu-pode-trazer-para-voce-hoje-mesmo/>>. Acesso em: 07 nov. 2017.

ROZA, Michele. **"Nocaute às Drogas" no Rio de Janeiro.** Disponível em: <<https://www.universal.org/noticias/nocaute-as-drogas-no-rio-de-janeiro>>. Acesso em: 21 set. 2017.

SABRINA, Marques. **FJU da Argentina promove primeiro “Nocaute às Drogas” no país.** Disponível em: <<https://www.universal.org/noticias/fju-da-argentina-promove-primeiro-nocaute-as-drogas-no-pais>>. Acesso em: 21 set. 2017