

## **Significados da prática do Jiu-jítsu na escola: percepção de estudantes no contexto de pandemia da covid-19**

**Meanings of Jiu-jitsu practice at school: students' perception in the context of the Covid-19 pandemic**

**Significados de la práctica de Jiu-jitsu en la escuela: percepción de los estudiantes en el contexto de la pandemia de Covid-19**

Guilherme da Silva Gasparotto<sup>a\*</sup> , Livia Pimenta Rennó Gasparotto<sup>b</sup> 

### **Palavras-chave:**

Adolescentes;  
Educação;  
Artes marciais;  
Educação Física.

### **Keywords:**

Adolescents;  
Education;  
Martial arts;  
Physical Education.

### **Palabras clave**

Adolescentes;  
Educación;  
Artes marciales;  
Educación Física.

### **RESUMO**

O objetivo do estudo foi compreender significados atribuídos pelos estudantes à prática do jiu-jítsu em um projeto escolar, sobre sentimentos e emoções durante a pandemia de covid-19, a partir da análise de discurso de um grupo focal formado por oito participantes de um projeto de extensão da modalidade de jiu-jítsu, com auxílio do software Iramuteq. Identificaram-se três classes e seis subclasses de palavras relacionadas que, em conjunto com a análise de similitude destes termos, demonstraram as percepções e significações que os estudantes atribuíram à experiência no projeto. Para os estudantes, os ensinamentos da modalidade e experiências no projeto escolar puderam auxiliar a mitigar efeitos emocionais negativos, resultantes do isolamento social.

### **ABSTRACT**

The objective of the study was to understand meanings attributed by students to the practice of Jiu-jitsu in a school project, about feelings and emotions during the Covid-19 pandemic. A focus group was formed with the participation of eight students involved of an extension project of the Jiu-jitsu, then the discourse analysis was performed with the aid of the Iramuteq software. Three words classes and six words subclasses related were identified, these together with the analysis of similarity of the terms demonstrated the perceptions and meanings that the students attributed to the experience in the project. For the students, the teachings of the modality and experiences in the school project could help to mitigate negative emotional effects resulting from social isolation.

### **RESUMEN**

El objetivo del estudio fue comprender los significados atribuidos por los estudiantes a la práctica de Jiu-jitsu en un proyecto escolar, sobre los sentimientos y emociones durante la pandemia de Covid-19. A partir del análisis del discurso de un grupo focal formado por ocho participantes de un proyecto de extensión de la modalidad Jiu-jitsu, con la ayuda del software Iramuteq, se identificaron tres clases y seis subclasses de palabras relacionadas que, junto con el análisis de similitud, evidenciaron las percepciones y significados que los estudiantes atribuyeron a la experiencia en el proyecto. Para los estudiantes, las enseñanzas de la modalidad y las experiencias en el proyecto escolar podrían ayudar a mitigar los efectos emocionales negativos derivados del aislamiento social.

<sup>a</sup>Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná. Pinhais, PR, Brasil.

<sup>b</sup>Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná. Curitiba, PR, Brasil.

### **\*Autor correspondente:**

Guilherme da Silva Gasparotto  
E-mail: guilherme.gasparotto@ifpr.edu.br

Recebido em 08 de julho de 2022; aceito em 16 de agosto de 2022.

DOI: <https://doi.org/10.1590/rbce.44.e004722>

## INTRODUÇÃO

As ações desenvolvidas pela escola, sejam em nível de ensino, pesquisa ou extensão, podem refletir no desenvolvimento humano de crianças e adolescentes em diferentes perspectivas, seja no âmbito da aprendizagem, das relações interpessoais, ou ainda, em habilidades socioemocionais (Petrucci et al., 2016).

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) preconiza, inclusive, o trabalho ativo da escola e professores para o desenvolvimento de aspectos socioemocionais de forma curricular, ou seja, é vislumbrada a aprendizagem para além de conteúdos técnicos científicos relacionados aos componentes curriculares (Brasil, 2018).

A assimilação e evolução de habilidades socioemocionais podem contribuir para que estudantes da educação básica, em geral crianças e adolescentes, num período da vida repleto de incertezas, medos e de construção de uma identidade, desenvolvam serenidade e resiliência para lidar com situações difíceis as quais estejam submetidos cotidianamente (Oliveira e Muszkat, 2021).

Nos últimos dois anos, durante o período da pandemia da covid-19, as condições psicológicas dos seres humanos foram postas à prova e, frente a uma série de adaptações bruscas na rotina, tais como o isolamento social, trabalho e ensino remoto, cientistas perceberam uma série de condições deletérias à saúde psicológica relacionadas a tal cenário (Ares et al., 2021; Freitas et al., 2021). Já no início da pandemia, em 2020, pesquisadores identificaram que entre 50,9% e 58,6% dos respondentes de um estudo realizado em cinco países apresentavam traços de ansiedade, estresse e depressão (Shah et al., 2021). De 2020 em diante, uma série de outros estudos apontaram resultados similares, com diversos grupos populacionais como professores, idosos, crianças e adolescentes (Freitas et al., 2021; Pereira-Ávila et al., 2021; Ares et al., 2021).

É possível imaginar que a elevada dimensão do problema possa ter levado até pessoas com boa saúde a condições mentais de relativa exaustão e desgaste. Entretanto, pode-se hipotetizar que aqueles com melhor preparo emocional tenham lidado de forma mais efetiva com a situação. Gómez-Romero et al. (2018) e Tabares et al. (2020) verificaram a inteligência emocional, expressa por fatores como boa regulação emocional, assim como a não ocorrência de traços de depressão, elevada autoestima e satisfação com a vida se relacionam inversamente com comportamentos de risco à saúde, como o suicídio, por exemplo.

Diante da responsabilidade da escola como corresponsável do desenvolvimento socioemocional dos estudantes, diversas ações, para além das aulas e do cumprimento de conteúdos programáticos, podem ser ofertadas como forma de potencializar esses benefícios e, entre essas ações, podem-se citar as atividades esportivas. Diversos estudos verificaram a relação da

prática esportiva ou de atividades físicas com aspectos da saúde mental, como apresentado na revisão de escopo de Pascoe et al. (2020). Alguns, inclusive, verificaram relação inversa sobre essas práticas e fatores como depressão, ansiedade e estresse de estudantes durante a pandemia (Deng et al., 2020).

Esportes de combate simulam situações de estresse que requerem do atleta o desenvolvimento de técnicas e raciocínio mental adequados, seja para agir com defesa corporal ou para aplicar mecanismos de resiliência. O jiu-jítsu, pelas suas características de contato e demasiado esforço físico, pode proporcionar situações controladas de desconforto. Durante o período de treinamento, pré-competitivo ou competitivo, o atleta experimenta situações de estresse físico e mental geradas pela própria prática, como ansiedade e cansaço elevado. Tais situações, desenvolvidas em ambiente controlado como o treinamento, não representam risco e sua exposição favorece o desenvolvimento de adaptações e técnicas de autorregulação das emoções individuais (Fernández et al., 2020). Com isso, é válido notar que sujeitos submetidos às rotinas de treinos bem orientadas, assim como participação em competições esportivas, podem lidar melhor com diferentes situações de adversidade, fatores que reforçam a importância da resiliência (Silva e Decussatti, 2017).

Apesar de uma série de estudos demonstrar relação de prática de atividade física ou exercício físico com fatores emocionais, em contexto de pandemia ou não, grande parte trata da prática de forma genérica, sem abordar modalidades específicas (Pascoe et al., 2020). Além disso, os estudos desenvolvidos durante a pandemia que identificaram tais relações se limitaram a apresentá-las, ou seja, não aprofundaram a análise para a percepção dos sujeitos sobre a importância dessas práticas no gerenciamento das implicações relacionadas à pandemia. Nessa perspectiva, em contexto escolar, compreender significados atribuídos pelos estudantes a determinadas práticas realizadas pode favorecer a autonomia dos educandos para a escolha de ações escolares que os beneficiam em diferentes domínios da vida. Além disso, é relevante proporcionar o conhecimento de possibilidades de ações efetivas ou não, por parte da instituição, para que selecione intervenções mais assertivas no processo de ensino-aprendizagem.

Nessa perspectiva foram desenvolvidas as seguintes perguntas norteadoras: Na perspectiva do estudante, qual a importância das práticas esportivas em contraturno, promovidas sistematicamente pela escola? Como os estudantes percebem a influência de um projeto de jiu-jítsu na escola no auxílio em situações de adversidade como o período da pandemia da covid-19? Que emoções e sentimentos pautaram a relação entre o período da pandemia e as experiências desenvolvidas no projeto de jiu-jítsu?

Assim, o propósito deste estudo foi compreender significados atribuídos pelos estudantes à prática do

jiu-jítsu em um projeto escolar, sobre sentimentos e emoções durante a pandemia de covid-19.

## MÉTODOS

### CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Esta pesquisa trata de um estudo de caso com abordagem qualitativa, oriundo de um projeto de extensão de prática de jiu-jítsu em contexto escolar (Yin, 2005).

Estudos de caso são adequados em pesquisa educacional para descrever e analisar uma unidade social, considerando suas múltiplas dimensões e sua dinâmica natural. Quando o interesse é investigar fenômenos educacionais no contexto natural em que ocorrem, os estudos de caso podem ser instrumentos valiosos, pois o contato direto e prolongado do pesquisador com os eventos e situações investigadas possibilita descrever ações e comportamentos, captar significados, analisar interações, compreender e interpretar linguagens, estudar representações, sem desvinculá-los do contexto e das circunstâncias especiais em que se manifestam (André, 2013).

Para a coleta de informações decidiu-se pela formação de um grupo focal, na expectativa de compreender como manifestações de sentimentos e emoções ocorreram naquele conjunto de sujeitos. Para Morgan (1996), grupo focal é uma ferramenta de pesquisa que coleta dados através da interação do grupo acerca de um tópico proposto por um pesquisador (moderador, facilitador). Essa definição implica compreendê-lo como um procedimento que reconhece o papel ativo do moderador em estimular o grupo e que os dados provêm da interação gerada pela discussão. A estratégia de grupo focal possibilita as condições para consenso emergente e possibilidades de os participantes lidarem com discordâncias.

### PARTICIPANTES

Participaram da pesquisa oito estudantes de ensino técnico integrado ao médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia – IFPR, *campus* Pinhais, integrantes do projeto de prática de jiu-jítsu que ocorre em contraturno escolar. Como critério de inclusão para seleção dos participantes do grupo focal consideraram-se: i) estar matriculado no projeto desde seu início em maio de 2019; ii) apresentar frequência igual ou superior a 80% das sessões de treinamento até a interrupção das atividades em 2020; iii) ter apresentado o Termo de Assentimento e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, assinados pelo estudante e pais ou responsáveis. Cumpridos os critérios, selecionaram-se quatro meninas e quatro meninos, com idade entre 15 e 17 anos.

Não há consenso quanto ao número de participantes para um grupo focal. Alguns autores dizem que esse

número, por grupo, deve ser de 6 a 15 pessoas (Chiesa e Ciamponi, 1999; Sena e Duarte, 1999). Roso (1997) é mais cauteloso quanto ao número de participantes por grupo, dentre outros problemas de um número elevado, esse autor aponta a dificuldade de garantir que todos tenham a oportunidade de falar sem que a discussão se torne excessivamente diretiva, esse autor indica de 8 a 10 participantes por grupo. Portanto, a amostra mostrou-se adequada para a proposta da pesquisa.

### LOCUS E CONTEXTO DA PESQUISA

O estudo foi desenvolvido no *campus* Pinhais do IFPR, que entre ações de pesquisa e extensão desenvolve, desde fevereiro de 2019, o projeto de prática de jiu-jítsu para estudantes da instituição e comunidade da região. O projeto de jiu-jítsu, nomeado “Jiu-JIF Pinhais”, está cadastrado no sistema de gestão dos projetos de pesquisa e extensão da instituição (Siscope) sob o protocolo 23411.005808/2018-84.

O projeto tem objetivo de aprimorar fatores relacionados ao desenvolvimento educacional dos estudantes, tais como desempenho escolar e habilidades socioemocionais, a partir da oferta de ações esportivas no contexto escolar.

O projeto atende estudantes do 1º ao 4º ano do Ensino Técnico integrado ao Médio da instituição, bem como adolescentes da comunidade, que podem permanecer no projeto ao fim desta etapa do ciclo escolar.

A prática é desenvolvida em estrutura adequada de funcionamento, tendo sala própria equipada com piso específico (tatame), além de todos os participantes receberem vestimenta necessária para a prática da modalidade, o *dogi* (quimono). Os treinamentos ocorrem três vezes por semana e são compostos por parte de condicionamento físico, desenvolvimento técnico e simulações de combate que totalizam uma hora e trinta minutos por sessão.

Desde o início das atividades em 2019, a equipe de jiu-jítsu do projeto tem se inserido no contexto de competições, com participações em eventos institucionais, regionais e estaduais. Entretanto, no início de 2020, assim como as demais atividades escolares, o projeto precisou ser suspenso em sua forma presencial, por conta do avanço da covid-19 no país e no mundo. Inicialmente houve a tentativa de atividades relacionadas à prática da modalidade em formato remoto, entretanto a descaracterização da prática e a permanência em isolamento social por longo período repercutiram na completa suspensão das atividades institucionais. Na ocasião da coleta de informações, o projeto contava um total de 24 participantes.

As atividades puderam retornar em abril de 2022, ocasião em que houve a reativação do projeto de extensão após definição pela reabertura das escolas e de acordo com os critérios de segurança sanitária estipulados pela instituição.







*A questão da perseverança que temos no treino, não desistir, mesmo que a pandemia estava difícil, seguir em frente. Na questão emocional mesmo, parar e esperar pra ver o que você pode e o que não é possível fazer.*

Tal fenômeno também pôde ser observado em um grande estudo envolvendo 1.813 atletas, sendo destes 512 praticantes de diferentes modalidades de artes marciais, de dez diferentes países europeus. A pesquisa apontou que durante um momento da pandemia os atletas de artes marciais foram frequentemente menos afetados pela condição de estresse e utilizaram diferentes estratégias de gerenciamento das situações (Makarowski et al. 2020). Esse resultado pode sugerir, assim como no presente estudo, uma condição de resiliência desenvolvida por praticantes dessas modalidades.

O estudo de Santos et al. (2020), sobre ações voltadas ao desenvolvimento de resiliência entre adolescentes, destaca que ela se dá a partir da interação entre vulnerabilidade e proteção, determinadas por atributos individuais, familiares e sociais, num processo que é dinâmico e deve ser estimulado. Os fatores considerados protetivos como “resolver problemas”, “valorização do sujeito” e “habilidade de comunicação”, citados no estudo, são também atributos aplicados na rotina da prática esportiva do jiu-jítsu que, somado ao fato de se tratar de atividade permanente em ambiente escolar, permite aos participantes o desenvolvimento de habilidades em longo prazo.

A análise de similitude auxilia graficamente na interpretação do discurso do grupo. Neste tipo de análise são identificadas comunidades de palavras que se relacionam por meio de halos, que apresentam maior intensidade de relação quanto mais espesso for seu calibre. Também é possível tecer apontamentos com base na posição das comunidades na figura.

Na Figura 3, a palavra jiu-jítsu se destaca e se relaciona com comunidades e palavras vinculadas à prática e à escola, como já era esperado antes da realização da análise, uma vez que o projeto desenvolve essa modalidade e ocorre em contexto escolar. Portanto, é natural que se identifique no discurso do grupo termos como arte marcial, colégio, começar, esporte, instituição, aprender. Além disso, notam-se também algumas percepções de sentimento, como respeito, família, amigo, amizade, sentir.

O que desperta atenção na análise é o caminho do halo principal, que mantém seu calibre espesso ao se deslocar da comunidade “jiu-jítsu”, passando pela comunidade que tem como principais termos “ajudar” e “momento”, até o halo se ligar com a comunidade que tem como termo mais evidente “pandemia”, entre outros termos relacionados ao período, como casa, parar, problema, esperar. Com isso, pode-se interpretar a figura sob a perspectiva de que, apesar de o discurso do grupo apresentar as comunidades “jiu-jítsu” e “pandemia” de forma oposta, pois os significados e sentimentos

externados na situação de ambos são contrários, para os participantes, a comunidade central faz a ligação, relacionando-se com as outras duas, de forma a entender que a prática do jiu-jítsu, naquele contexto escolar pôde, de alguma maneira, auxiliar no passar pelo período de pandemia e mitigar suas implicações negativas. A fala corrobora com essa análise:

*Foi a nossa disciplina que me ajudou a manter o foco e continuar nas atividades da escola, de casa. Durante a pandemia poderia ter sido mais difícil.*

Recentemente, os autores Marusak et al. (2022) testaram a capacidade de influência dessas atividades na inteligência emocional de estudantes. O resultado do experimento constatou melhora nas condições emocionais, de estresse e diminuição do medo relacionado ao contexto da pandemia em crianças escolares submetidas a um protocolo controlado de cinco meses de prática de artes marciais incluídas no currículo escolar. Isso reforça a potencialidade dessa atividade esportiva como ferramenta educacional, no que diz respeito ao aprendizado de habilidades emocionais na escola. Além disso, a pesquisa retoma os pressupostos mencionados no trabalho de Fernández e colaboradores (2020) sobre resiliência quando, ao demonstrar o efeito das artes marciais na regulação psicológica de eventos estressores por meio de intervenção em contexto escolar, tal modalidade como o jiu-jítsu aponta como uma importante ferramenta para fins educacionais, sociais e de saúde. Os resultados deste estudo abrem caminho para desenvolvimento de mais pesquisas que tratem de resiliência na prática esportiva em contexto escolar, uma vez que o tema é explorado principalmente na prática esportiva de alto rendimento (Silva e Decussatti, 2017).

Cabe mencionar que o estudo apresentou algumas limitações, a principal delas diz respeito ao momento de coleta das informações. As percepções externalizadas no diálogo com os participantes do grupo focal foram relatadas em um período mais brando da pandemia, contexto que permitiu o retorno às atividades escolares e contato aproximado entre os participantes, portanto a prática da modalidade. Possivelmente, durante as fases mais difíceis da pandemia as percepções poderiam ser diferentes. Além disso, houve pequena variação em tempo de participação no projeto pelos estudantes, antes de seu adiamento no início da pandemia. Entretanto, nenhum membro do projeto com menos de seis meses de participação foi selecionado para compor o grupo focal.

Apesar das limitações, o formato de abordagem proporcionou a descrição dos sentimentos experienciados pelos membros do grupo com riqueza de detalhes, o que culminou em análises relevantes para a reflexão sobre a importância do projeto para o grupo.

## CONCLUSÕES

Verificou-se por meio deste estudo a percepção do estudante de vínculo com a instituição, a partir do

sentimento de pertencimento ao grupo do projeto de extensão. O grupo manifestou, ainda, entendimento do potencial de aprendizagem a partir da participação do projeto, para além dos aspectos técnicos desenvolvidos pela modalidade. Como resultado mais relevante, o grupo atribuiu em alguma medida, aos ensinamentos desenvolvidos e experienciados durante a prática do projeto, o potencial de mitigação de efeitos emocionais negativos atribuídos ao processo de isolamento social para controle da pandemia de covid-19.

A prática do jiu-jitsu como projeto de extensão se mostrou efetiva no cumprimento da sua função escolar de proporcionar também aprendizagem de habilidades socioemocionais, como preconizam documentos basilares atuais da educação brasileira.

## FINANCIAMENTO

O presente trabalho não contou com apoio financeiro de qualquer natureza para sua elaboração.

## CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

## REFERÊNCIAS

- André M. O que é um estudo de caso qualitativo em educação? *Rev FAEBA-Educ Contemp.* 2013;22(40):95-103. <http://dx.doi.org/10.21879/faeaba2358-0194.2013.v22.n40.p95-103>.
- Ares G, Bove I, Vidal L, Brunet G, Fuletti D, Arroyo Á, et al. The experience of social distancing for families with children and adolescents during the coronavirus (COVID-19) pandemic in Uruguay: difficulties and opportunities. *Child Youth Serv Rev.* 2021;121:105906. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilgyouth.2020.105906>. PMID:33390638.
- Brasil. Base Nacional Comum Curricular (BNCC): educação é a base [Internet]. Brasília, DF: MEC/CONSED/UNDIME; 2018 [citado em 2022 Mar 06]. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>.
- Chiesa AM, Ciampone MHT. Princípios gerais para a abordagem de variáveis qualitativas e o emprego da metodologia de grupos focais. In: Criança TCM, Antunes M, editores. A classificação internacional das práticas de enfermagem em saúde coletiva-CIPESC. Brasília: ABEn; 1999. p. 306-324.
- Deng CH, Wang JQ, Zhu LM, Liu HW, Guo Y, Peng XH, et al. Association of web-based physical education with mental health of college students in Wuhan During the COVID-19 outbreak: cross-sectional survey study. *J Med Internet Res.* 2020;22(10):e21301. <http://dx.doi.org/10.2196/21301>. PMID:32997639.
- Fernández MM, Brito CJ, Miarka B, Díaz-de-Durana AL. Anxiety and emotional intelligence: comparisons between combat sports, gender and levels using the trait meta-mood scale and the inventory of situations and anxiety response. *Front Psychol.* 2020;11:130. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00130>. PMID:32116933.
- Freitas RF, Ramos DS, Freitas TF, Souza GRD, Pereira ÉJ, Lessa ADC. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *J Bras Psiquiatr.* 2021;70(4):283-92. <http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000348>.
- Gómez-Romero MJ, Limonero JT, Trallero JT, Montes-Hidalgo J, Tomás-Sábado J. Relación entre inteligencia emocional, afecto negativo y riesgo suicida en jóvenes universitarios. *Ansiedad Estres.* 2018;24(1):18-23. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anyes.2017.10.007>.
- Lima GA, Maia FES. Os impactos da arte marcial no comportamento dos seus praticantes. *Rev Interf Saúde Hum Tec.* 2021;9(2):1098-104. <http://dx.doi.org/10.16891/2317-434X.v9.e2.a2021.pp1098-1104>.
- Makarowski R, Piotrowski A, Predoiu R, Görner K, Predoiu A, Mitrache G, et al. Stress and coping during the COVID-19 pandemic among martial arts athletes—a cross-cultural study. *Arch Budo.* 2020;16:161-71.
- Marchand P, Ratinaud P. L'analyse de similitude appliquée aux corpus textuels: les primaires socialistes pour l'élection présidentielle française. In: Ratinaud P, Marchand P, editors. Actes des 11eme Journées Internationales d'Analyse statistique des Données Textuelles. Liège, Belgium: Université de Liège; 2012. p. 687-699.
- Marusak HA, Borg B, Morales A, Smith JC, Blankenship K, Allen JL, et al. Martial arts-based curriculum reduces stress, emotional, and behavioral problems in elementary schoolchildren during the COVID-19 pandemic: a pilot study. *Mind Brain Educ.* 2022;16(1):5-12. <http://dx.doi.org/10.1111/mbe.12307>. PMID:35669694.
- Morgan DL. Focus groups as qualitative research. Thousand Oaks: Sage publications; 1996.
- Oliveira PV, Muszkat M. Revisão integrativa sobre métodos e estratégias para promoção de habilidades socioemocionais. *Rev Psicoped.* 2021;38(115):91-103. <http://dx.doi.org/10.51207/2179-4057.20210008>.
- Pascoe M, Bailey AP, Craike M, et al. Physical activity and exercise in youth mental health promotion: a scoping review. *BMJ Open Sport Exerc Med.* 2020;6(1):e000677. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjsem-2019-000677>. PMID:32095272.
- Pereira-Ávila FMV, Lam SC, Goulart MDC, Góes FGB, Pereira-Caldeira NMV, Gir E. Fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia da COVID-19. *Texto Contexto Enferm.* 2021;30:e20200380.
- Petrucci GW, Borsa JC, Koller SH. A família e a escola no desenvolvimento socioemocional a infância. *Trends Psychol.* 2016;24(2):391-402.
- Reinert M. Alceste une méthodologie d'analyse des données textuelles et une application: Aurelia De Gerard De Nerval. *Bull Sociol Method.* 1990;26(1):24-54. <http://dx.doi.org/10.1177/075910639002600103>.
- Roso A. Grupos focais em psicologia social: da teoria à prática. *PSICO.* 1997;28(2):155-69.
- Santos LKP, Santana CC, Souza MVO. Ações para fortalecimento da resiliência em adolescentes. *Cien Saude Colet.*

- 2020;25(10):3933-43. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320202510.22312018>. PMID:32997025.
- Sena RR, Duarte ED. Contribuições para a construção do percurso metodológico do Projeto CIPESC. In: Criança TCM, Antunes M, organizadores. A classificação internacional das práticas de enfermagem em saúde coletiva-CIPESC. Brasília: ABEn; 1999. p. 325-333.
- Shah SMA, Mohammad D, Qureshi MFH, Abbas MZ, Aleem S. Prevalence, psychological responses and associated correlates of depression, anxiety and stress in a global population, during the coronavirus disease (COVID-19) pandemic. *Community Ment Health J.* 2021;57(1):101-10. <http://dx.doi.org/10.1007/s10597-020-00728-y>. PMID:33108569.
- Silva T, Decussatti DO. Esporte e resiliência: uma revisão sistemática. *Pensar Prát.* 2017;20(2):389-401.
- Tabares ASG, Núñez C, Osorio MPA, Caballo VE. Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios. *Ter Psicol.* 2020;38(3):403-26. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000300403>.
- Yin RK. Estudos de caso: planejamento e métodos. 3. ed. Porto Alegre: Bookman; 2005.