Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

A prática do caratê na prevenção do bullying escolar: análise da agressividade e da resiliência entre adolescentes

The practice of karate in preventing school bullying: an analysis of aggressiveness and resilience among adolescents

La práctica del kárate en la prevención del acoso escolar: un análisis de la agresividad y la resiliencia en adolescentes

Jonatas Nascimento Alves[1], Paulo Roberto Haidamus de Oliveira Bastos[1], Cássio Pinho dos Reis[1], Albert Schiaveto de Souza[1].

RESUMO

Objetivo: Analisar a relação entre a prática do caratê e os níveis de agressividade e resiliência em adolescentes, avaliando seu potencial como estratégia de prevenção ao bullying escolar. **Métodos:** Estudo transversal, descritivo e comparativo, realizado com adolescentes de ambos os sexos, matriculados em escolas municipais de Campo Grande – MS. A amostra, por conveniência, foi dividida em dois grupos: praticantes de caratê (faixa azul ou superior) e estudantes não praticantes de artes marciais. Os participantes responderam ao Buss and Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) e ao Childand Youth Resilience Measure (CYRM-19-Br), mediante consentimento livre e esclarecido. A análise dos dados foi realizada com o software R (versão 3.6.0), utilizando estatística descritiva, correlação de Pearson e teste t de Student. **Resultados:** Os resultados não revelaram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos quanto aos escores de agressividade e resiliência. **Conclusão:** Conclui-se que, embora os dados não tenham apresentado significância estatística, a prática do caratê pode apresentar efeitos positivos na formação psicossocial de adolescentes. Fatores metodológicos e culturais podem ter influenciado os achados, sendo recomendados novos estudos com amostras ampliadas e delineamentos longitudinais.

Palavras-chave: Caratê, Bullying, Agressividade, Resiliência, Adolescentes.

ABSTRACT

Objective: To analyze the relationship between karate practice and levels of aggressiveness and resilience in adolescents, evaluating its potential as a strategy for preventing school bullying. **Methods:** This is a cross-sectional, descriptive, and comparative study conducted with male and female adolescents enrolled in public schools in Campo Grande, Brazil. A convenience sample was divided into two groups: karate practitioners (blue belt or higher) and students with no martial arts experience. Participants answered the Buss and Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) and the Child and Youth Resilience Measure (CYRM-19-Br), after providing informed consent. Data were analyzed using R software (version 3.6.0), with descriptive statistics, Pearson's correlation, and Student's t-test. **Results:** The results did not show statistically significant differences between groups regarding aggressiveness and resilience scores. **Conclusion:** Although statistical significance was not observed, karate practice may have positive effects on the psychosocial development of adolescents. Methodological and cultural factors may have influenced the findings. Further studies with larger samples and longitudinal designs are recommended.

Keywords: Karate, Bullying, Aggressiveness, Resilience, Adolescents.

[1] Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Campo Grande – MS.

SUBMETIDO EM: 9/2025 | **ACEITO EM: 9/2025** | **PUBLICADO EM: 10/2025**

RESUMEN

Objetivo: Analizar la relación entre la práctica del kárate y los niveles de agresividad y resiliencia en adolescentes, evaluando su potencial como estrategia para la prevención del acoso escolar. **Métodos:** Estudio transversal, descriptivo y comparativo, realizado con adolescentes de ambos sexos, matriculados en escuelas públicas del municipio de Campo Grande, Brasil. La muestra, por conveniencia, se dividió en dos grupos: practicantes de kárate (cinturón azul o superior) y estudiantes sin experiencia en artes marciales. Los participantes respondieron al Cuestionario de Agresión de Buss y Perry (BPAQ) y a la Escala de Resiliencia Infantil y Juvenil (CYRM-19-Br), tras consentimiento informado. Los datos se analizaron con el software R (versión 3.6.0), mediante estadística descriptiva, correlación de Pearson y prueba t de Student. **Resultados:** Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos en cuanto a los puntajes de agresividad y resiliencia. **Conclusión:** Aunque no se observaron diferencias estadísticamente significativas, la práctica del kárate puede tener efectos positivos en el desarrollo psicosocial de los adolescentes. Factores metodológicos y culturales pueden haber influido en los hallazgos. Se recomienda la realización de nuevos estudios con muestras ampliadas y diseños longitudinales.

Palabras clave: Kárate, Acoso escolar, Agresividad, Resiliencia, Adolescentes.

INTRODUÇÃO

O bullying escolar constitui um fenômeno multifacetado, marcado por agressões recorrentes, desequilíbrio de poder e impacto negativo sobre o desenvolvimento biopsicossocial de crianças e adolescentes (MOORE B, DUDLEY D e WOODCOCK S, 2019; SENA R, et al., 2020). Sua persistência em ambientes escolares exige a implementação de estratégias preventivas eficazes, ancoradas em fundamentos teóricos consistentes e sensíveis às especificidades contextuais de cada realidade educacional (ALLANSON P, LESTER D e NOTAR CE, 2015; GRECO PJ e DE RONZI R, 2019).

Estudos recentes têm apontado falhas nas práticas tradicionais de combate ao bullying, sugerindo que muitas delas desconsideram a complexidade social, emocional e cultural que permeia o comportamento agressivo entre pares (ALLANSON P, LESTER D e NOTAR CE, 2015; GRECO PJ e DE RONZI R, 2019). Nesse contexto, cresce o interesse por estratégias preventivas que atuem de forma proativa na promoção de valores, no fortalecimento da saúde mental e no desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Entre essas estratégias, destaca-se a prática de artes marciais, como o caratê (KASHIWAGURA L e FRANCHINI E, 2022; KOSTORZ K e SAS-NOWOSIELSKI K, 2021a; LAMARRE B e NOSANCHUK T, 1999).

A literatura tem explorado os potenciais efeitos da prática do caratê sobre variáveis comportamentais relevantes, como a agressividade e a resiliência (COSTA ROSA A e VAISBERG T, 2002; KOSTORZ K e SAS-NOWOSIELSKI K, 2021b). Embora existam evidências de que o treinamento sistemático pode contribuir para a regulação emocional e a internalização de condutas pró-sociais, os achados não são consensuais, variando conforme o estilo praticado, o tempo de envolvimento e o contexto institucional (GORNER K, et al., 2021; VVEINHARDT J e KASPARE M, 2024).

Dados da UNESCO (2019) indicam que mais de um terço dos estudantes no mundo já vivenciou episódios de bullying, revelando sua dimensão global. No Brasil, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), aproximadamente 23% dos adolescentes relataram ter sofrido algum tipo de bullying em 2019 (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE, 2021). As consequências dessas experiências são profundas e duradouras, podendo incluir quadros de depressão, ansiedade, baixa autoestima, dificuldades de aprendizagem e risco aumentado de ideação suicida (WOLKE D e LEREYA ST, 2015; MOORE SE, et al., 2017). Esses impactos ultrapassam o âmbito escolar, afetando não apenas o desempenho acadêmico, mas também o desenvolvimento socioemocional e as perspectivas futuras dos jovens.

O enfrentamento ao bullying tem sido alvo de diferentes iniciativas, incluindo programas internacionais, como o KiVa Antibullying Program na Finlândia, que mostrou significativa redução de casos por meio de estratégias integradas e pedagógicas (KÄRNÄ A, et al., 2011), e o Olweus Bullying Prevention Program,

amplamente aplicado nos Estados Unidos e Europa, com resultados consistentes na redução de episódios de violência escolar (OLWEUS D e LIMBER SP, 2010). No Brasil, a Lei nº 13.185/2015 instituiu o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (Bullying), definindo-o como ato de violência física ou psicológica, intencional e repetitivo, em relações de desequilíbrio de poder (BRASIL, 2015). Essa legislação representou um avanço importante, mas ainda enfrenta desafios relacionados à implementação efetiva nas escolas, à capacitação dos profissionais e ao acompanhamento contínuo das ações preventivas.

Além da dimensão institucional, fatores familiares e sociais também estão associados ao surgimento e manutenção do bullying. Estudos apontam que ambientes familiares desestruturados, ausência de limites e dificuldades na comunicação entre pais e filhos favorecem a manifestação de comportamentos agressivos (MARQUES BR, DIAS ACS e MASCARELLO KC, 2021; YOSEP I, et al., 2022). Nesse sentido, é fundamental compreender que a violência entre pares não se explica apenas por dinâmicas escolares, mas resulta de uma rede complexa de interações sociais que envolvem família, comunidade e contexto sociocultural mais amplo.

Neste cenário, práticas corporais com ênfase em valores formativos, como o caratê, têm despertado crescente interesse acadêmico e pedagógico. Pesquisas sugerem que o treinamento marcial pode favorecer o controle da agressividade, o fortalecimento da resiliência e a promoção da disciplina e do respeito mútuo (DE SOUZA A e MARQUES R, 2017; ROSA L e SANTIAGO J, 2003; KOSTORZ K e SAS-NOWOSIELSKI K, 2021b; VERTONGHEN J e THEEBOOM M, 2010). Tais práticas, quando orientadas por princípios pedagógicos adequados, podem contribuir para a formação integral dos adolescentes, indo além da dimensão física e esportiva, alcançando aspectos éticos e relacionais.

Dessa forma, este estudo teve como objetivo analisar a associação entre a prática do caratê e os níveis de agressividade e resiliência em estudantes do ensino fundamental da rede municipal de Campo Grande – MS, comparando-se os resultados de praticantes e não praticantes da modalidade. Partiu-se da hipótese de que o caratê, enquanto prática corporal orientada por valores formativos, poderia atuar como estratégia complementar na prevenção ao bullying escolar.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo e comparativo, com delineamento transversal, cujo objetivo foi investigar possíveis associações entre a prática regular do caratê e os níveis de agressividade e resiliência em adolescentes. A pesquisa foi conduzida em conformidade com os preceitos éticos das ciências humanas e sociais estabelecidos pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2016).

A amostragem foi de conveniência, caracterizando-se como não probabilística. Essa escolha deve-se à viabilidade de acesso aos participantes e à necessidade de delimitar a população-alvo em função das condições de execução da pesquisa, reconhecendo-se, entretanto, que tal estratégia implica limitações na generalização dos resultados (MARTINS J e THEÓPHILO CR, 2016). A amostra total foi composta por 62 adolescentes, com idades entre 12 e 15 anos, divididos em dois grupos: 38 praticantes de caratê e 24 não praticantes. O grupo de praticantes foi formado por adolescentes vinculados à Federação de Karate-DôBudokai de Mato Grosso do Sul (FBKMS), regularmente engajados em treinamentos da modalidade Kyokushin, supervisionados por profissionais qualificados. O grupo controle incluiu estudantes da rede municipal de ensino de Campo Grande – MS, que não participavam de nenhuma atividade esportiva sistemática.

Foram adotados critérios de inclusão e exclusão a fim de assegurar a homogeneidade da amostra. Foram incluídos adolescentes com idade entre 12 e 17 anos, regularmente matriculados na escola ou vinculados a projetos esportivos, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) por pais ou responsáveis. Foram excluídos aqueles que praticavam outra arte marcial, esporte de combate ou luta distinta do caratê, bem como os que estavam em tratamento psiquiátrico ou psicológico no momento da coleta de dados.

Para a mensuração das variáveis investigadas — agressividade e resiliência — foram utilizados dois instrumentos psicométricos amplamente reconhecidos e validados para a população infantojuvenil. O primeiro foi o Buss and Perry Aggression Questionnaire (BPAQ), originalmente desenvolvido por Buss e Perry (1992), adaptado e validado para o contexto brasileiro (GOUVEIA VV, et al., 2008). O BPAQ é composto por 29 itens distribuídos em quatro subescalas: agressão física, agressão verbal, raiva e hostilidade, respondidos em escala Likert de 5 pontos, em que maiores escores indicam níveis mais elevados de agressividade. O segundo instrumento foi a versão brasileira do Childand Youth Resilience Measure (CYRM-19-Br), validada por Ferreira, et al. (2022). Este questionário contém 19 itens organizados em três domínios principais: recursos individuais, recursos relacionais e contexto social/comunitário. Ambos foram aplicados em ambiente escolar ou de treino, sob supervisão do pesquisador, garantindo esclarecimento de dúvidas e padronização da aplicação.

A coleta foi realizada de forma presencial, com sessões de aproximadamente 30 minutos, mediante autorização institucional e consentimento livre e esclarecido dos responsáveis. O projeto (CAAE: 75857223.0.0000.0021) foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (parecer nº 6.584.815/2023).

Os dados foram tabulados em planilha do Microsoft Excel e analisados com o software estatístico R (versão 3.6.0). Empregou-se estatística descritiva (média e desvio-padrão), o teste t de Student para comparação entre grupos e a correlação de Pearson para análise das associações entre tempo de prática e variáveis dependentes. A normalidade dos dados foi verificada por meio do teste de Shapiro-Wilk, e adotou-se nível de significância de $p \leq 0,05$. Ressalta-se que, por se tratar de um estudo transversal, não é possível estabelecer relações de causalidade entre as variáveis, sendo recomendada a realização de pesquisas longitudinais em futuras investigações.

RESULTADOS

Participaram do estudo 62 adolescentes, sendo 38 praticantes de caratê e 24 não praticantes. A média de idade foi de 13,4 anos (DP = 1,1), sem diferença estatisticamente significativa entre os grupos ($p = 0,145$). A distribuição por sexo foi relativamente equilibrada (54,8% meninos e 45,2% meninas), não apresentando diferenças relevantes entre os grupos. Embora o sexo não tenha sido incluído como variável de controle, análises exploratórias indicaram que os meninos apresentaram escores ligeiramente mais altos de agressividade física e verbal, enquanto as meninas registraram médias discretamente superiores em resiliência, tendência observada em ambos os grupos.

A análise correlacional entre tempo de prática e as dimensões do BPAQ não apontou associações estatisticamente significativas (**Tabela 1**). Entretanto, é possível observar tendências que sugerem que maior tempo de prática está relacionado a menores índices de agressividade verbal e raiva, bem como a níveis levemente superiores de resiliência.

Tabela 1 - Coeficientes de correlação de Pearson entre tempo de prática do caratê e variáveis comportamentais (n = 38 praticantes)

	Tempo de Prática	
	r	**p valor**
Agressividade Física	0.038	0.817
Agressividade Verbal	-0.137	0.413
Hostilidade	0.110	0.512
Raiva	-0.078	0.642
Total BPAQ	-0.001	0.957
Resiliência	0.128	0.444

Fonte: Alves JN, et al., 2025.

Na comparação entre praticantes e não praticantes (**Tabela 2**), não foram observadas diferenças estatisticamente significativas ($p > 0,05$). Apesar disso, verificou-se que os praticantes de caratê apresentaram médias discretamente menores em agressividade física e raiva, além de médias ligeiramente

mais altas em resiliência. Ainda que esses resultados não tenham alcançado significância estatística, podem indicar um efeito positivo sutil da prática do caratê sobre o autocontrole e o fortalecimento socioemocional.

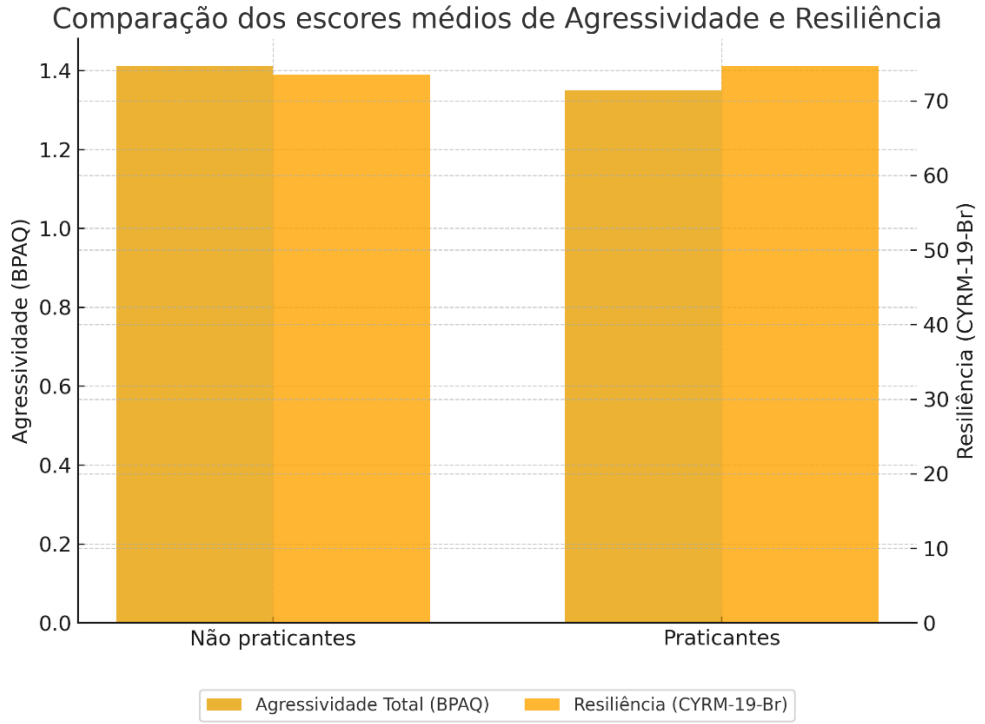
Tabela 2 - Comparação entre praticantes e não praticantes nos escores de agressividade e resiliência

	Não caratecas	caratecas	p valor
Tempo de prática(meses)	-	36,18 ± 5.98	-
Idade (anos)	13,08 ± 0.20	13,55 ± 0.22	0.145
Subescalas do BPAQ			
Agressividade física	0,34 ± 0,04	0,30 ± 0,03	0.397
Agressividade verbal	0,30 ± 0,03	0,34 ± 0,03	0.356
Hostilidade	0,33 ± 0,03	0,34 ± 0,04	0.757
Raiva	0,44 ± 0,05	0,37 ± 0,03	0.206
Total BPAQ	1,41 ± 0,12	1,35 ± 0,10	0.729
Escala de resiliência	73,50 ± 1.93	74,61 ± 1.07	0.591

Fonte: Alves JN, et al., 2025.

A **Figura 1** apresenta um gráfico de barras comparando os escores médios de agressividade total e resiliência entre os grupos. Visualmente, nota-se que os praticantes de caratê tendem a apresentar menores índices de agressividade e maiores de resiliência, o que sugere um perfil mais favorável, mesmo sem comprovação estatística.

Figura 1 - Comparação dos escores médios de agressividade total (BPAQ) e resiliência psicossocial (CYRM-19-Br) entre adolescentes praticantes (n=38) e não praticantes de caratê (n=24). Observa-se tendência de menores níveis de agressividade e maiores níveis de resiliência entre os praticantes, embora as diferenças não tenham alcançado significância estatística (p > 0,05).



Fonte: Alves JN, et al., 2025.

Por fim, a **Tabela 3** resume alguns fatores contextuais que, embora não tenham sido controlados no presente estudo, podem ter influenciado os resultados, como tempo de exposição ao esporte, suporte familiar e ambiente escolar.

Tabela 3 - Possíveis fatores contextuais intervenientes nos resultados.

Fatores contextuais	Potencial influência
Tempo de prática esportiva	Maior experiência pode favorecer autorregulação emocional.
Apoio familiar	Suporte emocional pode reduzir agressividade e aumentar resiliência.
Ambiente escolar	Clima escolar positivo pode potencializar efeitos da prática esportiva.
Sexo/idade	Diferenças individuais podem moderar níveis de agressividade e resiliência.
Estilo de caratê	Regras e valores da modalidade Kyokushin podem enfatizar disciplina e respeito.

Fonte: Alves JN, et al., 2025.

Esses achados reforçam a necessidade de novos estudos com amostras maiores e delineamentos longitudinais, que permitam controlar variáveis intervenientes e aprofundar a compreensão dos potenciais efeitos do caratê na prevenção ao bullying.

DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo não evidenciaram diferenças estatisticamente significativas entre adolescentes praticantes e não praticantes de caratê quanto aos níveis de agressividade e resiliência. Do mesmo modo, não foram observadas correlações relevantes entre o tempo de prática da modalidade e as variáveis analisadas. Embora os achados não confirmem a hipótese inicial de que o caratê contribuiria para menores níveis de agressividade e maiores níveis de resiliência, eles não invalidam o potencial pedagógico e preventivo dessa prática no contexto escolar. Pelo contrário, sinalizam a necessidade de maior aprofundamento metodológico e de investigações mais sensíveis às especificidades culturais e contextuais.

Estudos internacionais como os de Pinto-Escalona, et al. (2021) e Xu, et al. (2023) também não encontraram efeitos consistentes de curto prazo da prática de artes marciais sobre variáveis psicológicas. Isso reforça a ideia de que tais benefícios não se manifestam de forma imediata, mas requerem programas estruturados e de longo prazo. Gorner, et al. (2021) e Kostorz e Sas-Nowosielski (2021a) destacam que a intensidade do treinamento, a ênfase em valores éticos e a qualidade da orientação pedagógica são determinantes para que o caratê exerça impacto positivo no desenvolvimento socioemocional.

No Brasil, pesquisas recentes corroboram essa perspectiva. Simões, et al. (2024) verificaram que programas escolares que incluíram práticas corporais com caráter formativo resultaram em maior engajamento social e redução de conflitos entre pares. De forma semelhante, Costa Rosa e Vaisberg (2002) já haviam ressaltado o papel das artes marciais como espaços de ressignificação de comportamentos agressivos quando inseridas em contextos educativos planejados. Esses achados reforçam que a ausência de significância estatística em estudos isolados não deve ser interpretada como ausência de efeito, mas sim como indício de que múltiplas variáveis – pedagógicas, culturais e sociais – mediam os resultados.

A dimensão cultural merece atenção especial. Em países orientais, como Japão e Coreia, onde o caratê e outras artes marciais estão enraizadas em tradições educacionais, sua prática é fortemente associada à disciplina, respeito e autocontrole (KOSTORZ K e SAS-NOWOSIELSKI K, 2021b). Já em contextos ocidentais, muitas vezes essas práticas são apropriadas sob uma ótica esportiva ou competitiva, o que pode reduzir seu potencial formativo (VVEINHARDT J e KASPARE M, 2024). No caso de Campo Grande – MS, fatores como desigualdade social, condições escolares heterogêneas e ausência de políticas públicas consistentes podem ter influenciado a forma como os adolescentes vivenciam a prática esportiva (COELHO VAS, 2016; SENA, et al., 2020), atenuando os efeitos esperados.

Do ponto de vista pedagógico, mesmo em ausência de significância estatística, a tendência observada de menores escores de agressividade e maiores de resiliência entre praticantes de caratê é relevante. Ela indica que, em ambientes educacionais estruturados, a modalidade pode ser utilizada como ferramenta complementar de prevenção ao bullying. Programas interdisciplinares que integrem o caratê a conteúdos curriculares, ações de saúde escolar e atividades de convivência podem favorecer o desenvolvimento de competências socioemocionais como empatia, autorregulação e capacidade de resolução de conflitos (SIMÕES, et al., 2024; COSTA ROSA A e VAISBERG T, 2002; UNESCO, 2019; YOSEP, et al., 2022).

No campo psicossocial, a literatura reconhece que adolescentes inseridos em práticas corporais que valorizam o respeito e a cooperação tendem a apresentar maior autoestima, maior senso de pertencimento e menor envolvimento em episódios de violência (YOSEP, et al., 2022). Tais evidências reforçam o papel do caratê como prática promotora de saúde emocional, mesmo que seus efeitos não sejam captados em análises estatísticas de curto prazo. Além disso, experiências de grupo favorecem o sentimento de identidade coletiva e podem reduzir percepções de isolamento, comuns em vítimas de bullying. Isso demonstra que a prática esportiva, mesmo sem produzir mudanças imediatas em indicadores psicométricos, pode atuar como fator de proteção indireto.

No âmbito da saúde pública, considerar o caratê e outras artes marciais como estratégias de prevenção ao bullying pode ser particularmente relevante em países como o Brasil, onde altos índices de violência escolar têm sido documentados (SENA, et al., 2020). Inserir práticas formativas no currículo escolar, ou em parcerias com projetos comunitários, pode representar alternativa de baixo custo e alto potencial de impacto na construção de uma cultura de paz. Além disso, políticas públicas que incentivem a integração entre escolas, federações esportivas e serviços de saúde mental podem criar redes de apoio mais efetivas para adolescentes em situação de vulnerabilidade.

É importante destacar as limitações do presente estudo. O tamanho reduzido da amostra restringe o poder estatístico das análises, dificultando a detecção de efeitos sutis. O delineamento transversal impossibilita inferir relações de causalidade, restringindo-se a correlações momentâneas. Além disso, variáveis externas não controladas – como ambiente familiar, contexto escolar e experiências esportivas anteriores – podem ter influenciado os resultados.

Diante disso, recomenda-se que futuras pesquisas adotem delineamentos longitudinais, capazes de acompanhar a evolução dos efeitos da prática marcial ao longo do tempo, bem como abordagens mistas que combinem análises quantitativas e qualitativas. A inclusão da perspectiva dos próprios adolescentes, por meio de entrevistas ou grupos focais, pode enriquecer a compreensão dos mecanismos pelos quais o caratê contribui (ou não) para a diminuição da agressividade e o fortalecimento da resiliência. Também se recomenda ampliar o recorte geográfico dos estudos, incluindo diferentes contextos escolares brasileiros, de modo a identificar como variáveis socioculturais modulam os efeitos da prática.

Em síntese, apesar de não ter identificado diferenças estatisticamente significativas, este estudo contribui ao evidenciar tendências positivas associadas à prática do caratê e ao destacar a necessidade de investigações mais amplas, contextualizadas e metodologicamente robustas. O caratê permanece como uma prática promissora na formação integral de adolescentes, com potenciais implicações pedagógicas, psicossociais e de saúde pública.

CONCLUSÃO

Embora este estudo não tenha identificado diferenças estatisticamente significativas entre praticantes e não praticantes de caratê quanto aos níveis de agressividade e resiliência, seus resultados reforçam a relevância das artes marciais na formação socioemocional de adolescentes. O caratê, por seu caráter disciplinar, ético e formativo, apresenta potencial como ferramenta pedagógica complementar na prevenção ao bullying escolar e na promoção de uma cultura de paz, especialmente quando inserido em programas educacionais estruturados. A integração dessa prática a políticas públicas de saúde e educação pode contribuir para ambientes escolares mais seguros, favorecendo valores como respeito, empatia e autocontrole. Do ponto de vista prático, tais estratégias exigem atuação multiprofissional envolvendo educadores, psicólogos, profissionais de saúde e gestores escolares. No entanto, limitações metodológicas — como o tamanho reduzido da amostra, o delineamento transversal e a ausência de controle sobre variáveis externas — restringem a generalização dos achados. Recomenda-se, portanto, a realização de estudos longitudinais, multicêntricos e de abordagem mista, que incorporem a percepção dos próprios adolescentes e considerem contextos culturais diversos, de modo a aprofundar a compreensão dos mecanismos pelos quais o caratê pode favorecer o desenvolvimento da resiliência e a redução da agressividade no ambiente escolar.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem à Federação de Karate-DôBudokai de Mato Grosso do Sul (FBKMS) pela parceria e colaboração na viabilização do acesso aos praticantes de caratê participantes deste estudo, bem como à Secretaria Municipal de Educação de Campo Grande – MS pelo apoio institucional e autorização para a realização da pesquisa nas unidades escolares da rede pública municipal.

REFERÊNCIAS

1. ALLANSON P, et al. Bullying in schools: a review of the literature. Universal JournalofEducationalResearch, 2015; 3(5): 357–60.
2. BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Brasília: Diário Oficial da União, 2016. Disponível em: https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf. Acesso em: 18 ago. 2025.
3. BRASIL. Lei nº 13.185, de 6 de novembro de 2015. Institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (Bullying). Brasília: Diário Oficial da União, 2015. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13185.htm. Acesso em: 18 ago. 2025.
4. BUSS AH, PERRY M. The aggression questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, 1992; 63(3): 452–9.
5. COELHO VAS. Educação e desigualdades no Brasil: desafios para a escola contemporânea. Revista Brasileira de Educação, 2016; 21(66): 759–82.
6. COSTA ROSA A, VAISBERG T. Artes marciais como espaço de ressignificação da agressividade em adolescentes. Psicologia em Estudo, 2002; 7(1): 45–53.
7. DE SOUZA A, MARQUES R. Caratê e desenvolvimento emocional em adolescentes. Revista de Educação Física, 2017; 28(2): 189–96.
8. FERREIRA VR, et al. Adaptação transcultural e validação da Childand Youth ResilienceMeasure (CYRM-19) para o contexto brasileiro. Psicologia: Teoria e Pesquisa, 2022; 38: e202238.
9. GORNER K, et al. Martial arts practice and socioemotional skills in youth: a systematic review. International Journal of Sport Psychology, 2021; 52(3): 245–62.
10. GOUVEIA VV, et al. Questionário de Agressividade de Buss-Perry (BPAQ): evidências de validade fatorial e consistência interna. Psicologia: Reflexão e Crítica, 2008; 21(3): 484–92.
11. GRECO PJ, DE RONZI R. O fracasso das políticas públicas contra o bullying: desafios e perspectivas. Saúde e Sociedade, 2019; 28(3): 145–58.
12. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021; 140p.
13. KÄRNÄ A, et al. A large-scale evaluation of the KiVa antibullying program: grades 4–6. ChildDevelopment, 2011; 82(1): 311–30.
14. KOSTORZ J, SAS-NOWOSIELSKI K. The pedagogical value of karate practice in adolescent development. Journalof Martial ArtsResearch, 2021a; 7(2): 87–99.
15. KOSTORZ J, SAS-NOWOSIELSKI K. Martial arts and youth development: evidence from cross-cultural perspectives. Physical Culture and Sport StudiesandResearch, 2021b; 92(1): 56–70.
16. KOSTORZ K, SAS-NOWOSIELSKI K. Motivation and aggression in martial arts. PhysicalEducationand Sport, 2021; 81(1): 24–33.
17. MARQUES BOTTÓS R, et al. Experiências de professores no reconhecimento do bullying escolar: estudo transversal. Revista Psicologia Escolar e Educacional, 2021; 25: e202501.
18. MARTINS J, THEÓPHILO CR. Metodologia da investigação científica para ciências sociais aplicadas. 3ª ed. São Paulo: Atlas, 2016; 210p.
19. MOORE B, et al. Does bullying really exist in schools? Clarifying the construct of bullying from the perspective of teachers. EducationalPsychology Review, 2019; 31(3): 601–26.
20. MOORE SE, et al. Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: a systematic review and meta-analysis. World JournalofPsychiatry, 2017; 7(1): 60–76.

21. OLWEUS D, LIMBER SP. The Olweus Bullying Prevention Program: effectiveness, limitations, and directions for future research. Psychology, Crime & Law, 2010; 16(5): 409–21.
22. PINTO-ESCALONA F, et al. Martial arts and adolescent behavior: a longitudinal approach. JournalofAdolescence, 2021; 89: 102–11.
23. ROSA L, SANTIAGO J. Artes marciais e comportamento agressivo. Psicologia: Teoria e Prática, 2003; 5(1): 93–104.
24. SENA LM, et al. Bullying escolar como problema de saúde pública: revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2020; 12(7): e3857.
25. SENA R, et al. Intimidação sistemática: reflexos no desenvolvimento emocional e social. Revista Brasileira de Educação e Saúde, 2020; 10(2): 34–41.
26. SIMÕES A, et al. Artes marciais e habilidades socioemocionais: impactos em escolares brasileiros. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, 2024; 46(1): e2035.
27. UNGAR M, et al. The International Resilience Project: a mixed methods approach to the study of resilience across cultures. JournalofMixedMethodsResearch, 2008; 2(2): 112–33.
28. UNESCO. School violence and bullying: global status report. Paris: UNESCO, 2019; 160p.
29. VERTONGHEN J, THEEBOOM M. The social-psychological outcomes of martial arts practice among youth: a review. Journalof Sports Science and Medicine, 2010; 9: 528–37.
30. VVEINHARDT J, KASPARE R. The role of martial arts in psychosocial development of children and adolescents. Childrenand Youth Services Review, 2024; 155: 107–35.
31. WOLKE D, LEREYA ST. Long-term effects of bullying. Archives of Disease in Childhood, 2015; 100(9): 879–85.
32. XU L, et al. Effects of karate training on emotional regulation in adolescents: a randomized controlled trial. Frontiers in Psychology, 2023; 14: 1145–57.
33. YOSEP I, et al. Family resilience and bullying behavior in adolescents: a cross-sectional study. BMC Psychiatry, 2022; 22(1): 167.
34. YOSEP I, et al. School bullying and mental health problems among Indonesian adolescents. BMC Public Health, 2022; 22: 436.