



**CENTRO DE ESTUDOS OCTAVIO DIAS DE OLIVEIRA
FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**NÍVEL DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DE ROMEIROS DO DIVINO PAI
ETERNO E A INFLUÊNCIA DE FATORES PSICOLÓGICOS DURANTE A
PEREGRINAÇÃO À CIDADE DE TRINDADE-GO**

**Kátia Alves da Silva
Patrícia Parreira Silva**

Orientador: Prof. Esp. Hederson Pinheiro de Andrade.

Trindade - GO
2013/2

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**NÍVEL DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DE ROMEIROS DO DIVINO PAI
ETERNO E A INFLUÊNCIA DE FATORES PSICOLÓGICOS DURANTE A
PEREGRINAÇÃO À CIDADE DE TRINDADE-GO**

Kátia Alves da Silva

Patrícia Parreira Silva

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Educação Física.

Orientador: Esp. Hederson Pinheiro de Andrade.

Trindade - GO

2013/2

Kátia Alves da Silva
Patrícia Parreira Silva

**NÍVEL DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DE ROMEIROS DO DIVINO PAI
ETERNO E A INFLUÊNCIA DE FATORES PSICOLÓGICOS DURANTE A
PEREGRINAÇÃO À CIDADE DE TRINDADE-GO**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Educação Física, aprovada pela
seguinte banca examinadora:

Prof. Esp. Hederson Pinheiro de Andrade
Faculdade União de Goyazes

Prof. Ms. Ali Kalil Ghamoum
Faculdade União de Goyazes

Prof. Ms. Thais Renata Queiroz Santana
Faculdade União de Goyazes

Trindade - GO
10/12/2013

NÍVEL DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DE ROMEIROS DO DIVINO PAI ETERNO E A INFLUÊNCIA DE FATORES PSICOLÓGICOS DURANTE A PEREGRINAÇÃO À CIDADE DE TRINDADE-GO

Kátia Alves da Silva ¹

Patrícia Parreira Silva ¹

Hederson Pinheiro de Andrade ²

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo principal investigar o nível de condicionamento físico e se fatores psicológicos influenciam os romeiros a realizarem peregrinação da cidade de Damolândia à cidade de Trindade. A pesquisa foi realizada com 20 romeiros de carros de bois, com faixa etária de 20 a 70 anos, através de um questionário com 24 perguntas abertas e fechadas. Analisamos o percentual de gordura corporal através do IAC (Índice de Adiposidade Corporal), proposto por Bergman et al. (2011). O resultado obtido com o questionário demonstrou que os romeiros da cidade de Damolândia em sua maioria não se preparam fisicamente para realizar a peregrinação, e a fé foi apontada como principal influência para a realização dessa peregrinação. Através dos resultados encontrados com avaliação do IAC demonstrou que 55% (n=11), tiveram uma diminuição no índice de gordura corporal, 35% (n=7), não tiveram alterações no índice de gordura corporal e 10% (n=2), tiveram um aumento no índice da gordura corporal.

PALAVRAS-CHAVE: Peregrinação, Condicionamento físico, Fatores psicológicos e Fé.

¹ Acadêmica do Curso de Educação Física da Faculdade União de Goyazes
² Orientador: Prof. Esp. Hederson Pinheiro de Andrade, Faculdade União de Goyazes.

**PILGRIMS OF *DIVINO PAI ETERNO* (DIVINE ETERNAL FATHER)'S LEVEL
OF PHYSICAL CONDITIONING AND THE INFLUENCE OF
PSYCHOLOGICAL FACTORS DURING THE PILGRIMAGE TO THE CITY OF
TRINIDADE-GO**

ABSTRACT

The present study aimed to investigate the level of physical conditioning and some psychological factors may be able to influence the pilgrims to undertake the pilgrimage from the city of Damolândia to Trindade, State of Goiás, Brazil. The survey was conducted with 20 pilgrims by oxcarts, aged 20-70 years using a questionnaire with 24 open and closed questions. It was analyzed the percentage of body fat through the BAI (Body Adiposity Index) proposed by Bergman et al. (2011). The results obtained from the questionnaire showed that the pilgrims from Damolândia mostly do not prepare physically to perform the pilgrimage, and faith was identified as the main influence for the purposes of pilgrimage. Through the results found with the BAI review showed that 55 % (n = 11) had a decrease in body fat index, 35 % (n = 7), had no changes in body fat index and 10 % (n = 2) had an increased rate of body fat .

KEYWORDS: Pilgrimage, physical conditioning, psychological factors, and Faith

INTRODUÇÃO

A romaria da cidade de Trindade - GO teve início quando um casal de agricultores encontrou um medalhão de barro com a imagem da Santíssima Trindade, com o passar dos anos a romaria cresceu muito e vários grupos de cidades vizinhas vinham para Trindade em para celebrar a devoção ao Divino Pai Eterno (CARVALHO, 2007).

Vários grupos ainda mantêm a romaria, mesmo com a modernidade e a evolução tecnológica que proporcionam meios mais rápidos e confortáveis de chegar a Trindade. Muitos ainda vêm a pé para a festa do Divino Pai Eterno, tradição mantida por gerações. Sabe-se que prática de caminhar é uma solução encontrada por muitos que buscam mudar hábitos de vida, segundo Lima (1998), esta atividade é muito simples de ser executada por ser um movimento natural do ser humano, e não exige muito em questão de termos técnicos e equipamentos, o que permite o acesso à maioria das pessoas que buscam uma forma de vida ativa.

Um grupo de romeiros da cidade de Damolândia-Go mantém a tradição e realiza a peregrinação, que é uma jornada empreendida por motivos religiosos a um lugar considerado de algum modo sagrado ou milagroso¹, até os dias atuais. As famílias se preparam e anseiam por este momento todos os anos. Do ponto de vista do condicionamento físico, os devotos realizam a peregrinação sem muito preparo, com poucos recursos e sem muitos cuidados com a saúde.

Em vista disso, realizou-se esta pesquisa para o melhor entendimento dos fatores que levam esses peregrinos a conseguirem realizar a longa caminhada

¹

sem nenhum preparo ou condicionamento físico sistematizado. Sabe-se que o condicionamento físico é importante para realizar as atividades da vida diária com o mínimo de desconforto e com maior desempenho. Também se sabe que sentimentos presentes na vida desses romeiros, como a fé, podem de algum modo influenciar e ajudar a superar desafios. Pereira cita que:

no que diz respeito aos aspectos psicológicos da fé, não podemos ignorar que, no ato de crer, conteúdos emocionais são altamente envolvidos, e que tais emoções estão intimamente ligadas aos profundos sentimentos do sujeito, em decorrência de sua história de vida, que envolve valores culturais, sociais e individuais (JOHNSON, 1964, apud. PEREIRA, 2003, p.64).

Assim, vê-se que sentimentos e valores são transmitidos através do tempo pela cultura popular, pelas famílias e por experiências individuais. Com isso, optou-se desenvolver o presente estudo com objetivo de pesquisar o nível de condicionamento físico desses romeiros, verificar se há alguma preparação física para realização da caminhada e se fatores psicológicos ligados a fé influenciam este grupo durante a peregrinação.

HISTORICO

Romaria Do Divino Pai Eterno

A Romaria do Divino Pai Eterno da cidade de Trindade, antigo distrito de Barro Preto, teve início quando Constantino Xavier e sua esposa Ana Rosa encontraram uma medalha de barro com imagem do Pai do céu no seu trono de Glória, com Jesus e o Divino Espírito Santo coroando Nossa Senhora (CARVALHO, 2007).

No início os devotos se reuniam na casa de Constantino e Ana, mas em pouco tempo o ambiente já não comportava a quantidade de devotos que foi aparecendo, e motivando assim a construir uma capela de folhas de buriti. Pouco tempo depois com ajuda dos devotos Constantino construiu uma capela de alvenaria.

Com o passar dos anos a romaria só cresceu. Milhares de devotos que vinham de diversas regiões em busca de milagres, pagando promessas, agradecendo alguma graça alcançada, seguindo a tradição passada de geração a geração. O fato deflagra um fenômeno religioso que “inicialmente, tratava-se de uma devoção popular e rural, essencialmente humanista, messiânica e providencialista, totalmente desvinculada do catolicismo oficial e que não possuía condições para se impor formalmente” (CARVALHO, *op cit*).

Com o crescimento da romaria surgiu ali o Arraial do Barro Preto e posteriormente a cidade de Trindade. No início, a Romaria era caracterizada como religiosidade popular, mas, com o tempo a Igreja Católica foi incumbida de institucionalizar e cristianizar essa fé, mediante o processo de romanização (CARVALHO, *op cit*).

O objetivo da romanização no Brasil segundo Camurça (2004, p.218), foi

a substituição de crenças e práticas de uma religiosidade tradicional popular de beatos, rezadores, benzedeiros por outra perspectiva religiosa marcadamente doutrinal e sacramental, religiosas estrangeiras, diretamente subordinadas à Cúria Romana .

Carvalho (2007) relata que os redentoristas vieram com a missão de moralizar as práticas religiosas da festa, que do ponto de vista eclesiástico estava envolta pelo profano. Foi uma mudança lenta e conturbada devido à resistência dos fieis que não aceitavam tais mudanças.

Ainda segundo Carvalho (2007) em 1912, foi inaugurado o Santuário Velho, hoje matriz de Trindade, construído pelo padre Antão Jorge. Em 1943, o arcebispo de Goiás, D. Emanuel Gomes de Oliveira, juntamente com os redentoristas, iniciou a construção do Santuário Novo, que em abril de 2006 recebeu o título de Basílica, o único no mundo dedicado ao Divino Pai Eterno.

De 1940 até 1970, a tradição da romaria ainda era mantida. A partir da década de 1970 e 1980 sofreu várias mudanças devido à modernização e a chegada do capitalismo, além de ter adquirido um caráter profano. Mas, apesar de todas as mudanças uma parte expressiva da tradição original ainda foi mantida por muitos grupos mesmo nos dias atuais (CARVALHO, *op cit*).

Dentre os vários grupos que permaneceram na tradição, um dos grupos é o da cidade de Damolândia, que participa há muitos anos da romaria e há cada

ano que passa aumenta o número de romeiros e de carros de bois que trazem para a festa do Divino Pai Eterno em Trindade.

Damolândia Tradição e Fé.

Damolândia é uma cidade do interior, localizada na região central de Goiás, a 70 km da cidade de Goiânia e a 80 km da cidade de Trindade, de onde parte uma das maiores romarias em carros de bois para o Santuário do Divino Pai Eterno. Os carreiros de Damolândia, como são conhecidos, partem para Trindade no sábado, segundo dia da festa de Trindade, e passam três dias na estrada até a chegada à Trindade na segunda- feira.

Damolândia é uma das cidades mais tradicionais que participam da festa do Divino Pai Eterno, e em nome da fé os romeiros realizam uma caminhada longa e desgastante, andam durante todo o dia e a noite e montam suas barracas em pousos dentro de fazendas pelo caminho (AQUINO, 2007). Os carreiros saem da cidade sempre no sábado, oito dias antes do final da festa de Trindade. No dia da saída, na igreja da cidade, é realizada uma missa de envio para abençoar a viagem dos carreiros que passam três dias e duas noites em peregrinação.

A igreja e a prefeitura ajudam na divulgação e organização da peregrinação e do desfile de carros de bois, que acontece anualmente na cidade de Trindade e atraem cada vez mais fiéis e devotos do Divino Pai Eterno e também pessoas que admiram e se divertem com a festa.

Segundo Martins (2001), a romaria da cidade de Damolândia cresceu muito com o passar dos anos, por esta razão a tradição vem sendo substituída pela modernidade, embora os símbolos da tradição ainda estejam presentes como os carros de bois, a caminhada e os romeiros acreditam que a modernidade os auxiliam.

Certamente grande parte dos romeiros que participam dessa caminhada não entende o tamanho do esforço e do desgaste físico que uma caminhada tão longa pode provocar no indivíduo, principalmente se este não tiver algum condicionamento físico. Muitos não se preocupam em se prepararem

fisicamente para realização dessa peregrinação, pois acredita que o sacrifício do corpo é uma forma de agradecimento a entidade religiosa pelas graças e milagres recebidos, por isso o que os movem é o sentimento de agradecimento e a fé. Acreditam também que somente o trabalho que realizam diariamente lhes preparam fisicamente e proporciona o mínimo de condicionamento físico para suportar os três dias de caminhada. A idéia de condicionamento físico que eles têm é a capacidade de realizar seu trabalho diário.

Condicionamento físico

Cada pessoa tem uma idéia sobre o que é o condicionamento físico, para Allsen et al. (2001,p.5), “é um reflexo da capacidade de trabalhar com vigor e prazer sem se sentir cansado indevidamente, com energia suficiente para se dedicar a *hobbies* e participar de atividades de recreação e lidar com os imprevistos”.

De acordo com o Programa de condicionamento físico do *American College of Sports Medicine*-(ACMS)-(1999, p.8), o condicionamento físico relacionado à saúde corresponde à capacidade que os músculos, vasos sanguíneos e pulmões têm de resistir a tarefas diárias e desafios físicos inesperados com mínimo de cansaço e desconforto.

Para alcançar um bom condicionamento físico não precisa necessariamente de realizar atividades intensas, apenas exercitar-se com regularidade e com continuidade, pois se for interrompido o programa de exercícios o que foi conquistado de condicionamento será perdido com o passar do tempo. Para a ACMS (1999, p.9), o condicionamento relacionado à saúde possui quatro componentes:

capacidade aeróbica - a capacidade de o corpo captar e utilizar oxigênio para produzir energia. Capacidade muscular - a força e resistência de seus músculos. Flexibilidade - a capacidade de flexionar as articulações e os músculos por meio de uma serie de movimentos. Composição corporal - a relação entre a quantidade de tecido adiposo e a de outro tecido no seu corpo.

O condicionamento físico engloba vários aspectos e requisitos básicos como: bem estar mental e físico, nutrição, relaxamento e descanso adequados, boas práticas de saúde e bom nível de cuidados médicos e dentários.

Além disso, a atividade física é fundamental e associada com um bom condicionamento físico pode contribuir para a longevidade e melhor saúde. A atividade física é um processo que contribui para um bom condicionamento físico, sendo esta uma aliança ao fim da qual, se tem um estilo de vida saudável com melhor qualidade (ALLSEN et al., 2001).

Atividade física

Para Weineck (2003, p.22), “Atividade física não é tudo, mas tudo não é nada sem atividade física”. Ainda segundo este autor, “atividade física e esporte não podem ser na realidade separados, pois o esporte é uma atividade física caracterizada por uma modalidade esportiva específica e assim por uma variedade infinita de formas”. O termo atividade física é, portanto “a forma básica do movimentar-se”. Weineck (2003, p.37) afirma que:

O homem necessita de movimento. Todos os seus sistemas orgânicos e do sentido precisam ser estimulados através do movimento, da atividade física e do esporte para uma formação e um desenvolvimento ótimo, assim como para a manutenção da ou aumento da capacidade de rendimento, principalmente na fase de crescimento infância e adolescência.

A falta de atividade física aumenta os fatores de risco à saúde, diminui a capacidade de executar atividades da vida diária e tarefas domésticas, além de aumentar o consumo de medicamentos. “A melhoria da saúde, devido ao aumento da prática da atividade física, manifesta-se em um reduzido índice de ocorrência de doenças [...]” (WEINECK, 2003).

Para que seja benéfica a saúde, a atividade física deve ser atual e permanente, pois ela ajuda na queima de gordura e auxilia no ganho de massa muscular, oferecendo suporte à manutenção do peso corporal, aumentando a capacidade de metabolizar gordura para ser utilizada com fonte de energia,

diminuindo ainda mais os riscos de doenças cardiovasculares e aterosclerose (SHARKEY, 2006). Assim,

Os estudos mostram claramente como a atividade melhora a saúde enquanto reduz o risco de DAC, hipertensão e infarto, bem como alguns tipos de câncer, diabete, osteoporose, obesidade e outros distúrbios crônicos. Tenho apresentado evidências de benefícios de saúde adicionais associadas à atividade vigorosa e ao condicionamento físico, e mostrado como a atividade física moderada regular estende a duração da qualidade de vida (SHARKEY, 2006, p.40).

Percebe-se que a atividade física é importante em todos os estágios da vida, é positiva para a saúde física e psicossocial, traz benefícios para maior parte dos componentes estruturais e funcionais do sistema musculoesqueléticos, diminui o risco de câncer de colón e de mama, atua positivamente no estado de espírito, na ansiedade, na depressão e no estresse psicológico, melhora função cognitiva, além de ser uma das maneiras mais eficazes para melhorar a saúde e a qualidade de vida (ALLSEN *op cit*).

Fatores psicológicos que influenciam no desempenho físico.

Juntamente ao treinamento físico, o treinamento de fatores psicológicos é muito importante e um grande aliado ao bom desempenho físico e emocional.

Segundo Stefanello (2007,p.17), “treinamento de competências psicológicas é um programa que identifica, analisa, ensina e treina competências cognitivas, mentais ou psicológicas mais diretamente relacionadas ao rendimento esportivo”.

Ainda segundo este autor, o treinamento de competências psicológicas além de promover o crescimento e desenvolvimento pessoal do atleta, proporciona conhecimento de si próprio em relação ao padrão de comportamento durante as situações de treino e competição, maximiza o rendimento esportivo e favorece a aprendizagem de competências psicológicas básicas que permite ao indivíduo aperfeiçoar atuação esportiva.

De acordo com resultados encontrados no estudo de Vogt (2009), pode-se afirmar que concentração, autoconfiança e atenção mostraram-se

como fatores de maior relevância para o rendimento, pois interferem no desempenho e na excelência esportiva. Cruz e Gomes (2001, p. 1) relatam que “os fatores psicológicos são uma das razões que mais vezes são apontadas por diferentes agentes desportivos para justificar a obtenção de determinados resultados desportivos”.

Fatores psicológicos são importantes e estão despertando bastante interesse, porém é importante ressaltar que para que se obtenha resultados positivos, tais fatores devem ser integrados com o programa de preparação física, técnica e tática (STEFANELLO, 2007).

Para Deschamps e Junior (2006, p.1) o tipo de treinamento psicológico que é utilizado no esporte varia muito,

e as habilidades mentais e atributos psicológicos que geralmente são trabalhados com atletas de alto rendimento são: aumento de autoconfiança, atenção e concentração, organização de objetivos, autocontrole da ativação e relaxamento, utilização de visualização e imagem, estratégias de rotinas e competitividade, elevação de motivação e comprometimento.

Monteiro e Scalon (2008), afirmam que treinamento psicológico pode melhorar ou treinar os fatores pessoais do indivíduo, mas os fatores situacionais dependem da vontade e disposição dos envolvidos, do ambiente e dos recursos que para ele são oferecidos.

Dessa maneira, Abrantes (2007) revela que a maioria das derrotas no mundo do esporte é justificada em controlar as emoções negativas, como ansiedade e o estresse, por exemplo, que são considerados fatores perturbadores no rendimento de atletas. Os aspectos psicológicos são, sem dúvida, um dos principais componentes da preparação do atleta de alto rendimento e eles abrangem uma série de fatores que, combinados, podem influenciar negativa ou positivamente no desempenho (DESCHAMPS e JUNIOR, 2006).

De acordo com Stefanello (2007), a importância de se defender a integração de competências psicológicas ao treinamento físico devem partir não só dos cientistas do esporte, é necessário também que atletas, preparadores físicos e treinadores compreendam que fatores psicológicos

afetam o rendimento e incluem esse treinamento nos seus programas de treinos.

Psicologia do esporte

Aspectos psicológicos podem ter grande capacidade de influenciar decisões e reações em indivíduos, podendo assim fazer parte do processo de preparação de atletas. A psicologia do esporte se faz necessária a partir do momento que se comprove que a preparação psicológica pode influenciar diretamente nos resultados em eventos esportivos.

Thomas (1983, p.2) afirma que “a psicologia do esporte como matéria científica examina as causas e efeitos dos fenômenos e das ocorrências psíquicas que se desenrolam no homem antes, durante e depois de atividades desportivas”. Estudos demonstram que não adianta ter um físico bem condicionado se o psicológico não está respondendo corretamente, ocasionando a queda no rendimento (VOGT et al., 2009, p.1).

Segundo Samulski (2002), a Psicologia do Esporte assume-se como uma área de intervenção na qual a maioria dos atletas pode se diferenciar pela forma de encarar o desporto, podendo levá-los a reações diversas perante as situações que lhes são apresentadas na competição. Essa área é uma via de mão dupla, na qual a mente afeta o corpo, bem como o esporte e as atividades físicas afetam a mente na procura de uma melhor qualidade de vida (BURITI, 1997).

Becker Jr. (2002) ressalta que o treinamento psicológico e o treinamento físico deveriam desenvolver-se juntos, até a formação de uma unidade, sendo que os programas de treinamento dos atletas devem levar em conta e integrar ambas as formas de maneira bem distribuída.

Assim, percebe-se que é papel da psicologia do esporte, juntamente com a medicina desportiva e a técnica, ajudar a desenvolver capacidades de

performance, a disposição do atleta para que este seja capaz de realizar a performance desportiva em momentos decisivos (THOMAS,1983).

A relação pensamento, sentimento e ação no esporte é evidente e marcante, e qualquer problema que ocorra tanto a nível cognitivo quanto a nível emocional terá consequências no comportamento do atleta (DESCHAMPS e JUNIOR, *op cit*).

Também é papel da psicologia do esporte segundo Alexandre (2010, p.14), “promover a saúde, a comunicação, as relações interpessoais, a liderança e a melhora do desempenho esportivo”.

Em decorrência desses aspectos mencionados, vários autores afirmam que fatores psicológicos podem influenciar no desempenho físico. Neste sentido, é cada vez mais considerado por atletas, técnicos e clubes a implantação de acompanhamento psicológico para que se obtenham melhores resultados sempre. Esses fatores passaram a fazer parte do treinamento desportista.

Outro fator psicológico que pode influenciar o desempenho é a fé, e pode-se entender que a fé é inseparável do ser humano, é da própria natureza, esta intimamente ligada á realidade psicológica do ser que crê, pois envolve sentimentos, emoções, vontade, desejos, atitudes e demais aspectos da personalidade de cada ser (PEREIRA, 2003).

Analisando a fé a partir da psicologia têm-se informações suficientes para confirmar que sendo a fé uma manifestação religiosa e da religiosidade, manifestação do divino, do espiritual é também um fenômeno psicológico (PEREIRA, *op cit*).

Ainda segundo este autor “a fé é manifestação do sentimento daquele que crê, ela é a manifestação do sentimento daquela pessoa exatamente como ela é: é sua fé (p.43)”.

Por isso podemos afirmar que os fatores psicológicos são geradores de conflitos e necessitam de atenção e de fazer parte do treinamento e do preparo daqueles que acreditam e conhecem a capacidade influência de tais fatores.

Fé como fenômeno psicológico

Não se pretende com este estudo aprofundar em conceitos teológicos de fé, vamos partir do princípio de que a fé é uma manifestação natural de todo ser racional, que transcende a razão.

Segundo Pereira (2003, p.21-22), a fé “é constituída por conteúdos conscientes e inconscientes em nível da relação do sujeito que crê com a divindade – uma realidade exterior, o meio ambiente, e uma realidade interior, o *eu*”. As pessoas crêem e manifestam sua fé de várias formas, podem sofrer influências do meio ambiente em que vivem e demonstram de forma estereotipada, fazem isso de acordo com que lhe foi ensinado ou imposto por grupos aos quais pertencem. Porém, observações mais cuidadosas demonstram que a fé é um fenômeno psicológico estritamente individual exclusiva de cada um, cada pessoa crê segundo sua fé (PEREIRA, *op cit*).

A fé ao Divino Pai Eterno foi transmitida juntamente com a tradição da romaria, muitos jovens seguem os caminhos deixados por seus pais embora a fé seja algo intransferível e individual.

Os romeiros de Damolândia, em sua maioria, acreditam que durante todo o ano suas ações, sejam boas ou ruins, irão se refletir na realização dessa peregrinação em devoção a Santíssima Trindade, porque é naquele momento que eles agradecem as conquistas e bênçãos recebidas e pedem por proteção ao Pai Eterno.

Durante toda caminhada rumo à Trindade eles se concentram no propósito de cada um ao realizar essa romaria, a fé de cada um é demonstrada durante esses três dias de caminhada, porque é da fé que buscam suas forças. É na fé que cada romeiro se apóia na esperança de chegar e pagar suas promessas. É inexplicável o sentimento da fé, é um fenômeno que tem o poder de provocar mudanças na vida e nas atitudes da pessoa que crê uma força imensurável capaz de levar aquele que crê a realizar verdadeiros milagres. Pensando nisso, pode-se entender a afirmação do cristianismo que a fé remove montanhas (PEREIRA, *op cit*).

Pereira (2003) relata que no ato de fé, divino e humano se fundem dentro da pessoa que crê o abatido e fraco se levanta forte e vitorioso, o sentimento dentro de si acende a esperança e a luz que ilumina o caminho, pois a caminhada da fé que da força para viver. Ainda segundo este autor (p.67) “todo

ser está envolvido nesse ato vitorioso de fé. É, portanto, um fenômeno essencialmente emocional, inteiramente psicológico.” Assim,

[...] a concepção de fé como fenômeno psicológico, como já foi dito, transcende a razão, mas é atributo de um ser racional. Não é com a razão que se crê; mas sem a razão não há fé; pois, embora a fé seja um sentimento emanado do inconsciente, sua manifestação é consciente. Tal manifestação é a expressão consciente e objetiva do fenômeno inconsciente. Precisa assumir uma forma para que se possa ser aceita e compreendida (PEREIRA, 2003, p. 45).

Para tanto, conclui-se que, “quem crê não precisa saber por que crê, basta crer, isto é fé. Quem sente a fé não precisa saber por que sente, basta sentir e deixar fluir o sentimento; isto é psicológico” (PEREIRA, *op cit*).

Para este sentimento que impulsiona os romeiros do Divino Pai Eterno, não há explicação racional, ele simplesmente existe e está presente sempre na vida dessas pessoas que não vivem sua fé somente durante essa romaria, mas em todos os momentos de suas vidas. De acordo com depoimentos de alguns romeiros eles vivem a fé durante toda a vida, pedindo e agradecendo tudo que conquistam, tanto material como emocional e na saúde, acreditam que tudo que acontece em suas vidas é por intercessão e providência do Divino Pai Eterno.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para a realização do presente estudo, foram realizadas pesquisas bibliográficas, consulta na biblioteca da Faculdade União de Goyazes (FUG) e artigos retirados da internet. O projeto foi aprovado pela Comissão da FUG conforme o protocolo nº 037/2013-1.

Este estudo se caracteriza como uma pesquisa qualiquantitativa. A pesquisa qualitativa é usada quando se deseja entender detalhadamente o porquê um indivíduo faz determinada coisa, e a pesquisa quantitativa é usada para determinar o perfil de um grupo de pessoas (MORESI, 2003).

A amostra selecionada para o presente estudo foi composta por 20 romeiros da cidade de Damolândia (GO), sendo 14 homens e 6 mulheres com

idade entre 20 e 70 anos. Para avaliação do grupo foi aplicado um questionário com 24 perguntas abertas e fechadas (APÊNDICE I), com dados pessoais, dados do trabalho, dados da saúde e avaliação pós-esforço físico. O questionário foi aplicado parte um dia antes da saída da romaria. Outra parte, sobre pós-esforço físico, foi aplicado no primeiro dia do grupo na cidade de Trindade.

Apesar da pesquisa envolver pessoas, a mesma não ofereceu riscos, já que não são divulgados nomes dos envolvidos. Todos os envolvidos na pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO I).

Para mensurar os dados do grupo foi realizada uma avaliação antropométrica, utilizando para a medida da circunferência do quadril uma trena antropométrica da marca Cardiomed, seguindo-se o protocolo apresentado por Tritschler (2003). Para medida da estatura foi utilizada uma trena metálica.

Para determinar o percentual de gordura através do Índice de Adiposidade Corporal foi utilizada a equação proposta por Bergman et al., (2011) $IAC: [Quadril / (altura \times \sqrt{altura})] - 18$. As medidas foram retiradas antes do início da caminhada e logo após o término para avaliar o índice de perda de gordura corporal de todos os romeiros.

Para a análise, os dados coletados foram tabulados em uma planilha do *Software Excel 2007 for Windows* e resultados foram estruturados em gráficos e discutidos com base na literatura referentes ao tema.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como já mencionado neste artigo, cada pessoa tem uma visão diferente sobre o que é o condicionamento físico. De acordo com *American College of Sports Medicine* (ACMS), o condicionamento físico está relacionado com a capacidade de o corpo resistir a tarefas diárias com o mínimo de cansaço. Para tanto, o grupo avaliado nessa pesquisa é composto por 20 romeiros, 14 homens e 6 mulheres com faixa etária entre 20 a 70 anos (APÊNDICE I), que de acordo com o gráfico 1, 75% destes romeiros da cidade

de Damolândia acreditam que o trabalho que realizam diariamente lhes proporcionem algum condicionamento físico, enquanto 25% não acreditam nessa possibilidade.

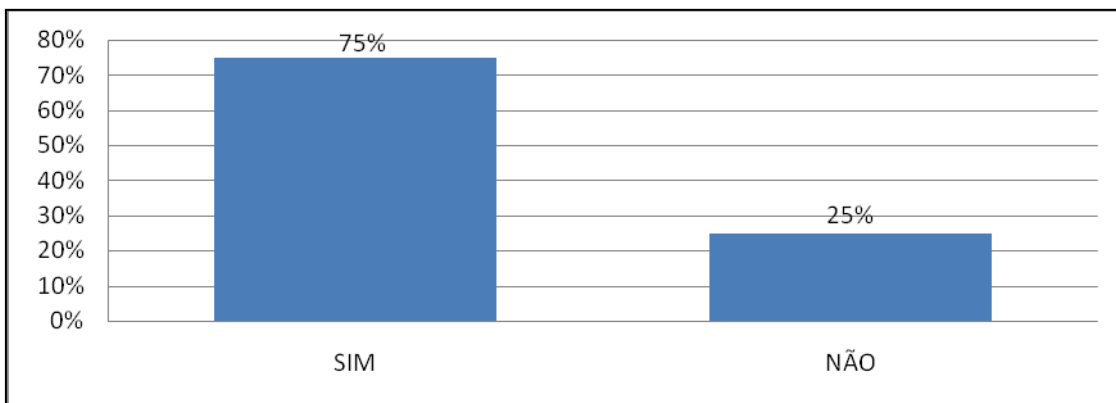


Gráfico 1: (Auto percepção do nível de condicionamento físico segundo o trabalho diário).

O grupo pesquisado em sua maioria, 60% (Apêndice I em anexo), é de trabalhadores rurais que realizam trabalho braçal e que fazem isso cerca de 8 a 10 horas diárias (gráfico 2).

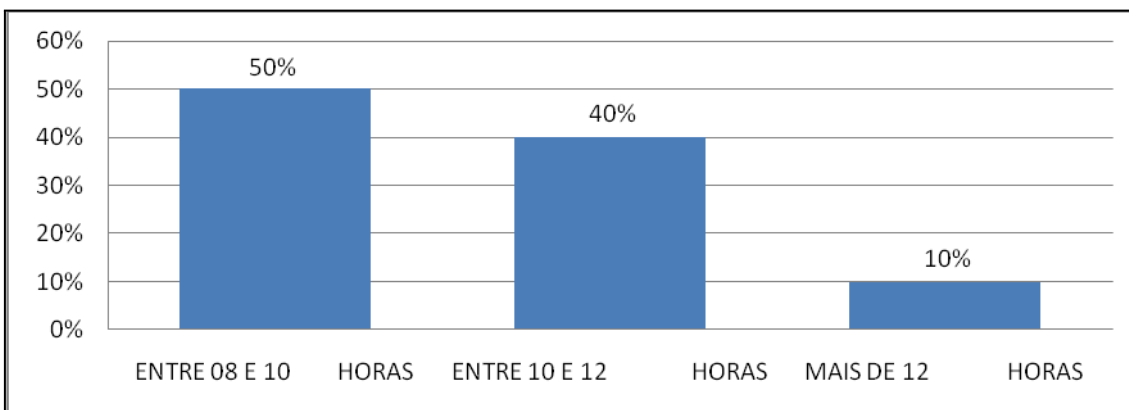


Gráfico 2: (Jornada de trabalho (horas/dia) dos trabalhadores rurais entrevistados).

Certamente esses romeiros não se preocupam com o fato de possuírem ou não condicionamento físico, o fato de exercerem uma atividade cansativa e desgastante diariamente de algum modo os desestimulam a realizar uma atividade física em busca de saúde e condicionamento. Acreditam que o esforço físico realizado nas horas de trabalho já seja suficiente para o ganho de condicionamento (Apêndice I em anexo). Por isso, 75% desses romeiros

(gráfico 3), não realizam nenhuma preparação física específica para a peregrinação.

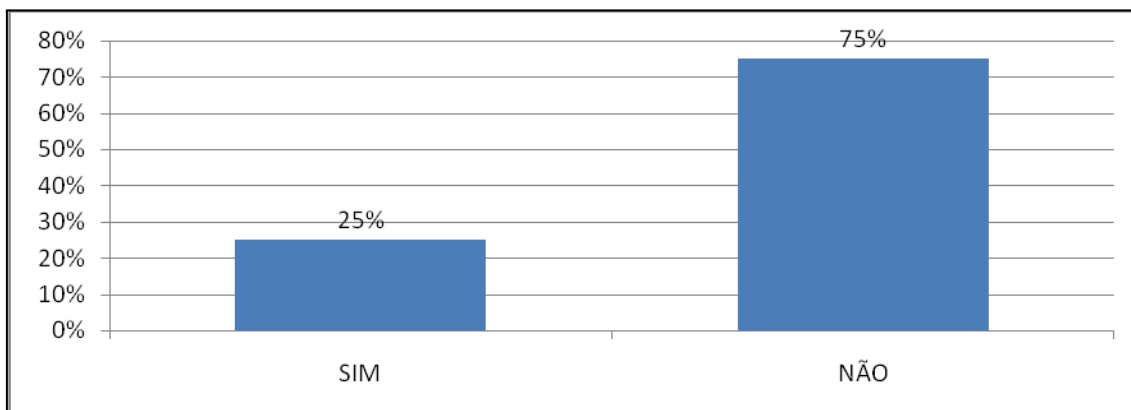


Gráfico 3: (Quantidade de romeiros que realizam preparação física).

As experiências de peregrinações anteriores podem de algum modo auxiliar esses romeiros para a realização da caminhada, pois, estudos mostram que o ser humano pode adquirir memória muscular. A memória muscular está relacionada com a memória dos atos motores e das habilidades e aquisições de vivências de alguma fase da vida, e fornecem ao indivíduo a capacidade de resgatar experiências passadas para realizar um evento no presente. Está relacionada a movimentos estereotipados que você aprende por repeti-los várias vezes².

Porém, isso não explica a capacidade de superação desses romeiros que realizam essa caminhada sem muito preparo, com uma estrutura muito parecida com a que era realizada no início da tradicional peregrinação. Eles não se preocupam em usar roupas e calçados adequados e confortáveis, não se alimentam em horários corretos, a hidratação também não é uma preocupação.

O gráfico 4 e 5 demonstram as principais queixas desse grupo durante os três dias de caminhada. Assim, 55% relatam não ter tido grandes dificuldades durante todo o percurso, 40% apontaram as dores musculares como maior

² Informações retiradas do sítio

<<http://anabolismo.org/2011/12/entendendo-a-memoria-muscular/>> Acesso em: 23 out.2013.

difficuldade e 5 % relataram o pouco tempo para dormir e descansar como a maior dificuldade encontrada.

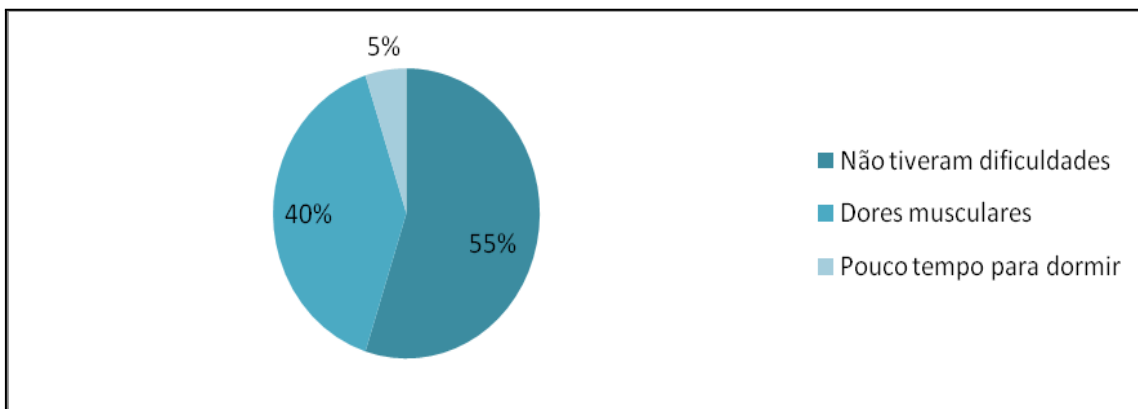


Gráfico 4: (Principais queixas das pessoas que fizeram a caminhada).

O gráfico 5 representa o número de romeiros que sentiram câimbras durante o percurso, porém eles não apontam esse fator como uma dificuldade. Outro fator que não esteve presente nas dificuldades, mas que foi relatado por muitos, a maioria dos homens, tiveram assaduras.

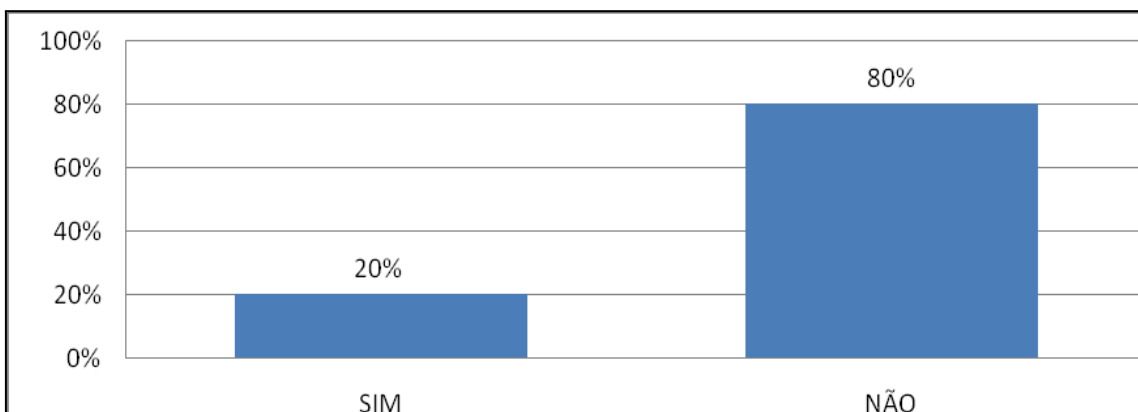


Gráfico 5: (Diz respeito a quantidade de pessoas que sentiram câimbras durante a caminhada).

Esse grupo caminha junto há muitos anos, são uma grande família, seguem rumo a Trindade, sem se importarem com os imprevistos durante o caminho. Um carro que quebra, um boi que dispara, uma parada para dar água aos animais, todos se ajudam. Assim como acontece durante o dia na caminhada, acontece durante a chegada aos pousos, o trabalho é dividido,

mas todos se ajudam para aproveitarem ao máximo a luz do dia e conseguem montar as barracas onde passam a noite e fazem a comida. Esse é o único momento em que todos param para comer, o jantar é farto para repor as energias de um dia desgastante.

Os três dias de caminhada provocam um grande desgaste físico para muitos romeiros. Para mensurar tal desgaste foi realizada avaliação do Índice de Adiposidade Corporal (IAC), na qual se pode constatar que o índice de adiposidade corporal teve uma redução significativa, porém não se pode afirmar que houve perda de gordura corporal, pois o desgaste físico sofrido durante os três dias, a pouca reposição hídrica e a grande perda de líquidos através do suor podem ter tido grande influência nos resultados finais. O gráfico 6 representa o percentual do IAC, e 55% dos participantes obtiveram perdas, 10% teve ganho e 35% não apresentaram alterações no índice de adiposidade corporal.

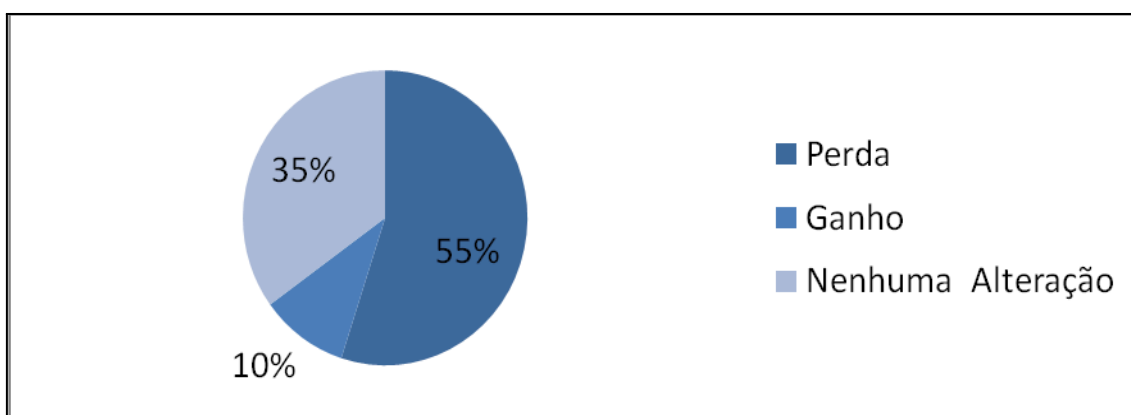


Gráfico 6: (Porcentual de IAC).

A tabela abaixo representa os dados de cada romeiro que participou da pesquisa para avaliação do IAC, contendo idade, estatura, peso inicial e final, circunferência do quadril inicial e final, resultado do IAC inicial e final e o índice de perda entre os resultados iniciais e finais.

CONSTANTES		
PESSOAS	IDADE	ESTATURA
1	36	1,81
2	20	1,84
3	47	1,7
4	21	1,83
6	28	1,67
9	55	1,64
10	47	1,72
11	62	1,65
12	66	1,63
13	22	1,65
15	54	1,8
16	44	1,81
17	41	1,69
18	39	1,76
5	49	1,54
7	25	1,51
8	20	1,64
14	49	1,53
19	20	1,85
20	20	1,63
MÉDIAS	38,25	1,695
DADOS INICIAIS		
PESO INICIAL	CIRCUNFERÊNCIA DO QUADRIL	IAC
89,3	104	24,71
87,6	112	26,87
81,3	107	30,27
71,7	101	22,80
66,5	97	26,95
65	96	27,71
84,1	109	30,32
67	98	28,24
68,3	102	31,01
71,7	99	28,71
99,7	108	26,72
75	100	23,07
62,9	97	26,15
92,7	105	26,97
66	101	34,85
57,8	102	36,97

47,3	97	28,19
75,1	114	42,24
60	100	21,74
67,1	DADOS FINAIS	
72,805	102,5	28,750985
PESO FINAL	CIRCUNFERÊNCIA DO QUADRIL	IAC
86,7	103	24,30
88,4	112	26,87
81,1	106	29,82
71,7	101	22,80
67	98	27,41
62,9	93	26,28
84,2	110	30,76
64,7	97	27,77
66,5	99	29,57
71,9	99	28,71
96	106	25,89
71,3	99	22,66
58,5	95	25,24
92,7	105	26,97
65	101	34,85
56	94	32,66
48,6	97	28,19
75,9	114	42,24
57,7	99	21,34
66,5	99	29,57
71,665	101,35	28,19518226
RESUMOS		
ÍNDICE DE PERDA	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
0,4107	0,5558	1,0336
0,0000		
0,4512		
0,0000		
-0,4634		
1,4284		
-0,4433		
0,4718		
1,4416		
0,0000		
0,8282		
0,4107		
0,9103		
0,0000		
0,0000		
4,3115		
0,0000		
0,0000		

0,3974		
0,9611		

O IAC é um novo índice que foi desenvolvido por pesquisadores da Universidade Americana da Califórnia, criado para medir a quantidade de gordura no corpo. Nessa pesquisa o IAC foi utilizado para mensurar o índice de perda no percentual de gordura da cada romeiro como demonstrado no gráfico 7.

Juntamente com o cansaço e com as dores está à alegria de mais uma etapa cumprida, em momento algum se vê alguma reclamação ou desânimo por parte dos romeiros. Em todos os momentos, os agradecimentos ao Divino Pai Eterno são ouvidos e as manifestações de fé e devoção estão presentes nas roupas, chapéus, nos relatos que são contados por alguns durante a caminhada. A fé é apontada como principal motivo para a realização dessa peregrinação. Em uma pergunta do questionário cujos participantes poderiam escolher uma ou mais respostas (gráfico 7), 100% apontaram a fé como fator principal, 40% apontaram a diversão, mas não somente a diversão da festa em Trindade. A diversão começa quando se apronta os carros de bois, na missa de envio que a Igreja realiza ainda na cidade de Damolândia para abençoar os romeiros e durante todo o caminho até a cidade de Trindade onde eles ficam até o último dia da festa. E ainda 10% apontaram a tradição passada por seus familiares como motivos para continuarem a peregrinação.

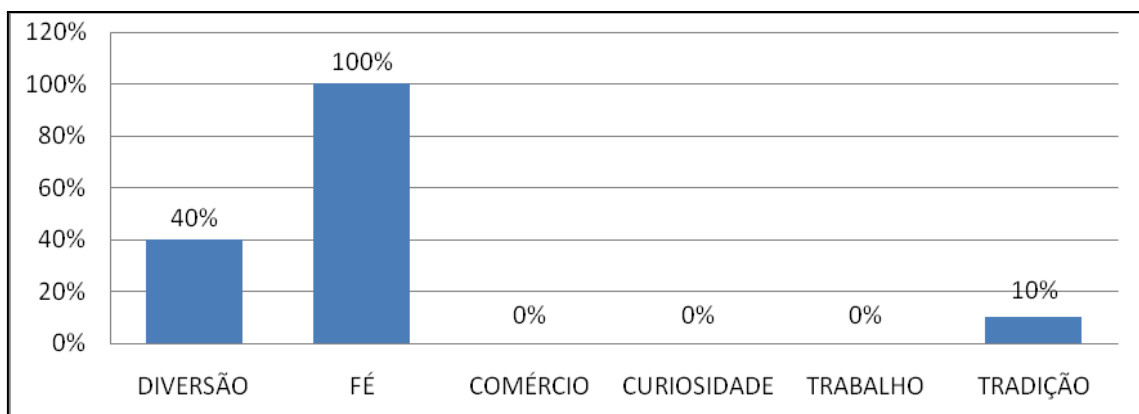


Gráfico 7: (Motivos para a peregrinação dos romeiros).

São vários os sentimentos manifestados por este grupo durante estes três dias como, alegria, gratidão, esperança e fé, mas como já mencionado a fé é o sentimento motivador de cada romeiro. Podemos entender que a fé é inseparável do ser humano, é da própria natureza, esta intimamente ligada à realidade psicológica do ser que crê, pois envolve sentimentos, emoções, vontade, desejos, atitudes e demais aspectos da personalidade de cada ser (PEREIRA, 2003).

De acordo com relatos de carreiros, eles realizam essa peregrinação em forma de agradecimento ao Divino Pai Eterno pelas graças alcançadas por eles e por suas famílias, o sofrimento é grande, o cansaço e as dores incomodam bastante, mas a forma que acreditam poder agradecer é mantendo a tradição e a peregrinação a cidade do Pai Eterno.

Segundo Pereira (2003), valores culturais e sociais determinam estereótipos e podem caracterizar cada grupo quanto à forma de manifestação de sua fé ou até mesmo alguns padrões rígidos que procuram definir o comportamento religioso e sua crença. Mesmo assim, cada pessoa tem sua individualidade e maneira de expressar sua crença, mesmo fazendo parte de um grupo.

Analisando a fé a partir da psicologia têm-se informações suficientes para confirmar que é através da fé que cada romeiro, mesmo não tendo condicionamento físico ideal para realizar essa caminhada de três dias sem cuidados com a saúde e alimentação, com a hidratação e com pouco tempo de

descanso, consegue encontrar forças para transpor as barreiras e ser capaz de finalizar essa jornada.

A fé sem dúvida é o sentimento que norteia essa peregrinação, todos os romeiros da cidade de Damolândia, seguem a tradicional caminhada rumo a Trindade para agradecer, pedir e demonstrar o quão grande é o sentimento de fé que impulsiona a vida de cada um. Cada um demonstra sua fé de maneira individual ou juntos, unidos em um só propósito escolheram manter e continuar a tradição de ir a Trindade a pé com carros de bois.

CONCLUSÃO

Por meio desta pesquisa pode-se concluir que grande parte dos romeiros da cidade de Damolândia-Go, não possui condicionamento físico ideal para realizar a caminhada (ou peregrinação), e não realizam nenhum preparo físico nem se preocupam com a alimentação ou com a hidratação durante este percurso. Por estas razões, a avaliação do IAC (Índice de Adiposidade Corporal), obteve-se resultados significativos com a diminuição do índice de gordura corporal, porém este resultado pode ter sofrido influência da falta de cuidados com a alimentação e a hidratação.

Conclui-se também que fatores psicológicos influenciam os romeiros na realização da romaria, sendo apontada pelos mesmos a fé como maior fator influenciador. A fé é capaz de impulsionar todo o grupo de tal forma que transcende a razão, é inexplicável a capacidade de superação demonstrada por estes romeiros, que por meio de um sentimento tão forte e motivador são capazes de superar suas limitações físicas e ganhar forças pra chegar até o fim. Ainda 40% dos romeiros apontaram a diversão como um dos fatores que os influenciam, mas a diversão está, segundo os mesmos, em reencontrar os amigos, na preparação para a peregrinação e nos dias de caminhada que passam juntos em um só propósito.

Sendo assim, a partir desses dados fica aberta a possibilidade de se continuar este estudo buscando para a pesquisa um número maior de

romeiros, para que se obtenha dados de todo o grupo, que possam informar e auxiliar os mesmos em peregrinações futuras.

REFERÊNCIAS

- ABRANTES, João. **Stress e a ansiedade pré-competitiva e sua influência no rendimento desportivo**,2007.
Disponível em:<<http://www.revistaatletismo.com>>.Acesso em: 22 set. 2013.
- ALEXANDRE, B. **Ansiedade pré-competitiva em modalidades de esporte coletivo e individual**. 2010. 56 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Grau de Psicólogo). Universidade do Extremo Sul Catarinense-UNESC.Criciúma.
- ALLSEN, P. E; HARRISON, J. M.; VANCE, B. **Exercício e qualidade de vida: Uma abordagem personalizada** – Barueri (SP):Manole,2001.
- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE**. Programa de Condicionamento físico da ACMS. São Paulo:Manole,1999.
- AQUINO, V. L.; **Peregrinos do Pai Eterno: os carreiros de Damolândia na Festa de Trindade – GO** / Valéria Leite de Aquino. – Rio de Janeiro: UFRJ / IFCS, 2007.
- BECKER JR., B e SAMULSKI, D. **Manual de treinamento psicológico para o esporte**. Novo Hamburgo: Feevale, 2002.

BURITI, M. de A.(org.) **Psicologia do Esporte**. Campinas, SP: Alínea,1997, p.188.

CAMURÇA, M. A.; **A artilharia pesada espiritual (O embate das Santas Missões redentoristas com o catolicismo tradicional mineiro em contexto de romanização no final do século XIX)**. In: PEREIRA, M. S.; SANTOS, L. A.; *Religião e violência em tempos de globalização*. São Paulo: Paulinas, 2004.

CARVALHO, M. A. F.; *A Romaria do Divino Pai Eterno em Trindade de Goiás: Permanências da tradição na modernidade*. Goiânia: 2007. Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Religião da Universidade Católica de Goiás.

CRUZ, José Fernando A; GOMES, António Rui,. **A preparação mental e psicológica dos atletas e os factores psicológicos associados ao rendimento desportivo**. *Revista Treino Desportivo*, Portugal, 2001, p.18, v.3.

DESCHAMPS, S.R. JUNIOR, D. de R. **Os aspectos psicológicos da personalidade e da motivação no voleibol masculino de alto rendimento**. *Revista Digital Efdportes*. Buenos Aires, 2006, n.92. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd92/motiv.htm>>. Acesso em: 28 ago. 2013.

LIMA, D. F. **Caminhadas: Teoria e prática**. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

MARTINS, J.O.; *Os peregrinos do Divino Pai Eterno os carreiro e a reprodução social da tradição.*; Goiânia, 2001, 169 páginas. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião). Universidade Católica de Goiás.

MONTEIRO, Z. J.;SCALON, R.M.**Treinamento psicológico e técnicas para a melhora da motivação de atletas**. *Revista Digital Efdportes*. Buenos Aires, 2008, n.118.

MORESI, E. *Metodologia da Pesquisa*. Brasília: 2003. Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Gestão do Conhecimento e Tecnologia da Informação. Universidade Católica de Brasília-UCB.Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd118/treinamento-psicologico-e-tecnicas-para-a-melhora-da-motivacao-de-atletas.htm>> Acesso em: 28 ago. 2013.

PEREIRA.J. **A fé como fenômeno psicológico**. São Paulo. Escrituras, 2003.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte: Manual para a Educação Física, Psicologia e Fisioterapia**. São Paulo: Manole, 2002.

SHARKEY, Brian J. **Condicionamento físico e saúde**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

STEFANELLO, J. M. F.; **Treinamento de competências psicológicas: em busca da excelência esportiva**. Barueri (SP): Manole, 2007.

THOMAS, A. **Esporte: introdução a psicologia**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1983. (Coleção, Educação Física: Série fundamentação v.2).

VOGT, R. A. et al. Fatores **Psicológicos e a influência no rendimento de voleibolistas**. Revista Digital Efdeportes .Buenos Aires, 2009, n128. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd128/fatores-psicologicos-e-a-influencia-no-rendimento-de-voleibolistas.htm>. Acesso em: 01 set. 2013.

WEINECK, J.; **Atividade física e esporte para quê ?** Barueri, SP: Manole, 2003.

Material da Internet:

Entendendo a memória muscular. Disponível em: <http://anabolismo.org/2011/12/entendendo-a-memoria-muscular/>. Acesso em: 23 de Out. 2013.

<http://www.rotadoperegrino.com/voz-do-peregrino/o-que-e-a-peregrinacao/>. Acesso em: 23 out. 2013.

ÍNDICE DE ADIPOSIDADE CORPORAL (BAI) - Nutri Action - Blogger. Disponível em: <http://www.grazinutri.blogspot.com/2011/09/indice-de-adiposidade-corporal-bai.htm>. Acesso em: 23 out. 2013.