

RESUMO

A IMERSÃO NA NATUREZA: BENEFÍCIOS CORPORAIS DA PRÁTICA DO CAVING

Marilda Teixeira Mendes¹; Michela Abreu Francisco Alves²; Jarbas Pereira Santos³; Patrícia Aparecida Antunes Alves⁴; Davidson Geraldo Santos Miranda⁵; Gislane Ferreira de Melo⁶.

Data de Submissão: 28/07/2018 Data de Publicação: 14/12/2018

E-mail: mteixeiramendes@yahoo.com.br

RESUMO

Entrar e sair das cavernas são experiências únicas e nem todas previsíveis. A preparação para a entrada envolve toda uma dinâmica de tomar ciência dos equipamentos de segurança, dos percursos delineados, das dificuldades básicas que serão encontradas, contudo, integrar-se ao ambiente da caverna promove as mais distintas experiências, abrindo novos horizontes, em vista de uma releitura da sociedade, suas minúcias, seus detalhes, parcelas importantes que nos tornam mais humanos e responsáveis uns com os outros e com o ecossistema que nos abriga. O *caving*, enquanto atividade de caverna proporciona ao ser humano vivenciar experiências, por meio de um envolvimento intenso com o ambiente cavernícola, objetivando a descoberta e a contemplação do ambiente. A relação humana com a natureza, por meio do *caving*, pode ser uma variável fundamental para tentar compreender quais são os benefícios que a atividade em ambientes de caverna pode proporcionar ao corpo. O presente estudo teve como objetivo analisar os benefícios do *caving* no bem-estar de seus praticantes na relação ser humano e natureza. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, desenvolvida junto ao Espeleogrupo Peter Lund e a Associação de Agentes Ambientais do Vale do Peruaçu com 30 indivíduos. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semi-estruturadas, processados no IRAMUTEQ e a análise de similitude feita. Os resultados foram comentados a partir da abordagem estrutural da compreensão dos benefícios do *caving* no bem-estar de seus praticantes na relação ser humano e natureza. Os resultados analisados foram.

Palavras-chave: Imersão da Natureza, Prática de Caving, Natureza

1 - Docente do Instituto de Ciências Agrárias da Universidade Federal de Minas Gerais;

2 - Faculdades Unidas do Norte de Minas - FUNORTE;

3- Professor de Educação Básica (Efetivo) da Rede Estadual de Ensino na Escola Estadual Professora Marilda de Oliveira, no distrito de Nova Esperança, município de Montes Claros – MG;

4 - Professora do curso de Medicina das Faculdades Unidas do Norte de Minas - FUNORTE;

5 - Acadêmico do curso de Agronomia pela Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG;

6 - Professora do Programa de Pós-Graduação stricto sensu em Educação Física e do Programa de pós-graduação em Gerontologia da Universidade Católica de Brasília – UCB

estruturados com base nas entrevistas. Os resultados encontrados mostraram que o *caving* promove o bem-estar de seus praticantes, por meio de uma relação mediada pela presença de elementos naturais, pela característica peculiar da caverna. A emoção apresenta com benefício positivo da atividade do *caving*, como um elemento emocional que se vincula ao prazer. O *caving* proporciona aquisições de novas atitudes e de valores para a melhoria da qualidade de vida. A natureza passa a ser uma importante parceira na promoção do bem-estar físico e mental, que pode ser percebido por meio dos sentidos corporais e da introspecção com o ambiente de caverna. O *caving* mostrou ser uma atividade que restaura a saúde, o bem-estar, por meio da relação do corpo com a natureza.