

“AUTODEFESA PARA A SEGURANÇA PÚBLICA”

Marco Aurélio Terroni, Tecnólogo em Segurança Pública da PMESP, Faixa Preta 1º Dan de Karate-do Shotokan pela CBK e FPK, curso de Técnicas e Tecnologias Não Letais e Uso Progressivo da Força pela SENASP.
Contato eletrônico: materroni@gmail.com

Sumário

1. Introdução; 2. Apresentação; 3. Técnicas; 4. Conclusões.

1. Introdução

Este trabalho consiste em direcionar uma proposta a todos os agentes aplicadores da lei em Segurança Pública, em especial aos integrantes da Polícia Militar, a fim de reduzir o uso de armas letais na repressão de crimes de menor potencial ofensivo, utilizando a metodologia de defesa pessoal.

A arte marcial para a qual esta proposta foi inserida é a do karate-do, uma vez que o Japão por sobremaneira a utilizou como método científico, colocando-o em prática na organização de defesa de sua polícia, até a criação de um policiamento voltado na proximidade da população.

2. Apresentação

A fim de apresentarmos melhor este trabalho, em primeira mão devo fazer algumas considerações acerca da origem e instituição da arte marcial do Karate-do.

Remonta de muitos séculos, porém em estudos feitos a respeito de sua origem, a arte difundiu através da necessidade da população japonesa da região da ilha de Okinawa, em meados do ano 1609, sob o comando do clã Satsuma, quando culminou a invasão pelo Japão, o governo com a finalidade de preservar a estabilização do Reino, adotou a proibição do uso de armas pela população, um referendo, parecido com o que ocorreu no Brasil.

Com esta determinação governamental, fortaleceu-se ainda mais a divulgação e a prática de defesa pessoal adquirida através do karate-do, sucessor do kempo.

Efetivamente o karate foi introduzido no Japão na década de 1920, sofrendo algumas alterações devido aos conflitos históricos entre aquele país e a China.

O significado da palavra karate-do, resume-se em “o caminho pelas mãos vazias”, ou seja, sem armas, apesar de seu antepassado ter sido criado para a guerra e muitas das vezes usado armas, como por exemplo, o bastão tonfa, a zagaia, o bastão de longo alcance, etc., porém, a mais popular e habitual palavra a ser usada é a de origem japonesa, kara – vazio, te – mãos e do – caminho, porém alguns ideogramas e sânscritos a instituem de outra forma, como a designação de Kun (chinesa) e Un (japonesa).

Quanto aos estilos criados de karate, são cinco: Shotokan, Wado Ryu, Goju Ryu, Shorin Ryu e Shito Ryu. O mais popular é o Shotokan, que significa estilo da casa ou próprio, idealizado pelo mestre Sensei Gichin Funakoshi (1868 – 1957).

Como é uma arte marcial, diga-se que marcial vem de militar, toda a estrutura do karate é regida por disciplina e costumes tradicionais que fazem desta concepção de vida, forte em cultura.

No que tange a estrutura do karate, o Código Brasileiro de Justiça Desportiva CBJD, criado pela Resolução CNE nº 1, de 24 de dezembro de 2003, alterado pela Resolução nº 11 de 29 de março de 2006 e reformado pela Resolução CNE nº 29, de 10 de dezembro de 2009, o Código Ético do Karate, por Abel Figueiredo e Jorge Fonseca (1995), atuam como sua infra-estrutura, além da constituição da Confederação Brasileira de Karate (CBK) e Federações de Karate, no nosso caso a Federação Paulista de Karate (FPK), sendo insculpidos nove itens a mencionar:

Honra (Meiyo) a dignidade fatal, sem honra não poderá haver combate, tudo depende disto, significa possuir e respeitar o código ético de forma justa e dignificante;

Lealdade (Chujitsu) a honra não pode ser usada sem sinceridade para com determinados ideais e para com as pessoas que a possuem, ela é

imprescindível para cumprirmos a nossa obrigação e mantermos a nossa palavra;

Sinceridade (Seijitsu) a lealdade necessita de sinceridade nas nossas palavras e ações, porque a intimidade não pode existir sem ela, a mentira e a ambigüidade produzem a suspeita que é fonte de disputas e rixas, a saudação no Karate é uma expressão desta sinceridade, ela é um sinal daquele que não oculta os seus ideais e sentimentos e consegue ser ele próprio;

Coragem (Yuuki) a força de espírito que nos faz resistentes ao perigo e sofrimento chama-se coragem, significa respeitar, sob todas as circunstâncias, tudo o que nos possa parecer bem e ser capaz de ultrapassar os nossos receios e medos, valentia, entusiasmo e sobretudo, vontade, são pilares de coragem; *Benevolência (Shinsetsu)* A bondade e a benevolência são sinais de coragem e revelam um alto grau de humanismo, dispõem-nos num estado de espírito que nos conduz à ajuda mútua e com a atenção dirigida aos outros, ao futuro, ao ambiente e ao respeito pela vida;

Humildade (Ken) a bondade e benevolência não podem ser expressas sem moderação na autoavaliação, a única garantia de modéstia é a capacidade de ser humilde, sem orgulho ou vaidade;

Justiça (Tadashi) significa seguir e cumprir deveres e nunca se afastar deles ou deixá-los, lealdade, honra e sinceridade são pilares da justiça, capacitando-a de sensatez para as decisões corretas;

Respeito (Sonchoo) a justiça evoca o respeito aos olhos daqueles que nos rodeiam. Caracteriza a capacidade de tratar as pessoas e as coisas com consideração, não olhando à sua idade, mérito ou religião, etiqueta e cerimoniais são a expressão do respeito e da correção e Autocontrole (Seigo), esta deveria ser a característica incondicional de todos os Karatecas, significa o perfeito controle de nossos instintos e sentimentos, sendo um dos alvos na prática de uma Arte Marcial, além de tudo mais, os nossos sucessos estão dependentes disso, o dever e a honra na moral tradicional estabelecida para o Karate-do são a base para conseguir esta perfeição.

Usando como método de aplicação da defesa pessoal do karate-do para a Segurança Pública, principalmente em casos de que infratores optem em partir para agressões à policiais no enfrentamento de agarramento, contudo, evitando que o policial seja projetado ao solo e, portanto, excluindo uma luta

corporal mais próxima; lembrando-se de que o policial militar no serviço ostensivo se encontra equipado com arma de ação letal, devo fazer algumas explanações acerca das técnicas usadas na arte marcial em tela.

3. Técnicas

As técnicas utilizadas com as mãos e os pés, para bloquear ataques e contra-atacar o oponente com eficiência, são as relatadas abaixo, em suas descrições:

Seiken, soco frontal com mão fechada e dedos unidos.

Seiryuto, uso da lateral da mão, dedos unidos e retos e mão côncava, menor impacto. (Ideal).

Kumade, dedos fechados, mão côncava, formando espaço na palma da mão. (Ideal).

Ippon Ken, dedos fechados como soco, porém o dedo do meio, levemente projetado, golpe mais profundo.

Shuto, golpe com a lateral da mão, dedos unidos e retos, menos agressivo. (Ideal).

Haito, golpe circular, dedos unidos e esticados, usando lateral da mão. (Ideal).

Ura Ken, soco contrário com as costas da mão, menos agressivo, menos impacto. (Ideal).

Nihon Nukite, com os dedos esticados, região ocular, muito mais lesivo.

Teisho, com o cutelo da mão.

Tetsui, golpe efetuado com a lateral da mão, punho fechado, mais impacto, porém menos profundo. (Ideal).

Kakuto, com o punho dobrado. (Ideal).

Enpi, cotovelada.

Haisoku, com o peito do pé, menos lesivo. (Ideal).

Kakato, com o calcanhar, mais aprofundante.

Koshi, com a planta superior do pé, menos lesivo. (Ideal).

Sokuto, com a lateral do pé, em forma de faca, mais lesivo.

Teisoku, com o meio da planta do pé, menos agressivo. (Ideal).

Hiza, joelhada, profundo.

As técnicas utilizadas como defesa pessoal do karate-do para defesa do corpo, estão expressas na explicação abaixo:

Ague Uke, defesa de golpes altura da cabeça ou rosto.

Uti Uke, defesa de golpes na altura do estomago com uma das mãos.

Guedan Barai, defesa na região do quadril.

Judi Uke, mãos cruzadas em defesa da cabeça.

Osae Uke, defesa de facada, altura do abdômen.

Nagashi Uke, *Tsukame Uke*, *Haishu Uke*, *Keito Uke*, *Teisho Uke*, *Kake Uke* e *Tetsui Uke*, todos em defesa de golpes na altura do abdômen.

Cabe salientar que as defesas e ou contra-ataques que porventura ocorram, no caso de uma intervenção policial, na prisão ou condução de pessoa infratora da lei, devem ser inseridas em pontos sensíveis do corpo humano, pois os pontos vitais ficam em último plano e em caso de atentar contra a vida. Portanto, devo mencionar os pontos sensíveis (são os recomendáveis) e vitais, abaixo relacionados:

3.1. Pontos sensíveis:

“Parte lateral do pescoço – bem no meio do pescoço, entre a orelha e o ombro, há artérias, veias e nervos, o que faz dessa região uma excelente área de alvo. Você pode desferir um soco moderadamente forte nessa região sem receio de causar lesão”. Pode-se nocauteá-lo, mas a recuperação é rápida.

Plexo solar – A área visada é justamente abaixo do ponto donde partem as costelas (o osso esterno). Para fazer cessar um ataque não violento, golpeie diretamente a área visada, com os dedos da mão fechados, ou aplique uma cotovelada.

Ao lado do corpo – embaixo da última costela, as terminações nervosas são exatamente sensíveis, e uma dor considerável pode ser causada quando se aplica um soco moderadamente forte.

Alto do antebraço – Para determinar o ponto que deve ser golpeado, procure a parte mais alta do músculo do antebraço. Uma cutilada moderadamente forte neste ponto pode entorpecer ou paralisar temporariamente o braço, o que demonstra ser este o local melhor para ser golpeado.

Canela – A área óssea da perna, a qual se estende do joelho ao tornozelo é extremamente sensível. O melhor é o pontapé aplicado com o lado do sapato.

Peito do pé – Um pontapé com o lado do sapato, desferido na canela, pode ser continuado raspando-se para baixo, e acabando com um pisão no peito do pé do adversário.

Parte inferior das costas, por fora da coluna vertebral – Um soco moderado (com o lado da mão ou com os dedos da mão fechados), causa dor considerável. Advertência: como esta área é renal, um soco muito forte pode resultar em dano sério ou permanente.

Atrás do joelho – Esta é uma área localizada atrás, e ótima para ser golpeada, porque é sensível e portanto, um pontapé moderadamente forte neste local pode tirar o equilíbrio de seu adversário e mesmo derrubá-lo.”

3.2. Pontos vitais:

Têmpora – Um pouco atrás do canto do olho há uma área que é fácil de atingir com um golpe desfechado com a mão aberta. Um soco com pouca potência causará dor, um soco moderado poderá atordoar e um soco forte e potente poderá causar inconsciência e mesmo ser fatal.

Traquéia – Esta é uma das áreas mais vulneráveis do corpo. Golpeando levemente na traquéia, ou na depressão da garganta, logo abaixo da traquéia, pode-se causar asfixia, tosse e dor intensa. Um soco moderado pode causar inconsciência; um soco forte pode ser fatal.

Plexo Solar – Aqui é a direção do soco que determina o efeito. Como mostramos anteriormente, um “direto” (soco) é usado para defesa no caso de um ataque não violento. No caso do ataque ser violento, use um soco de baixo para cima, com os dedos da mão fechados. Este tipo de soco pode resultar em choque para o coração e outros órgãos vitais. Ele pode, ocasionalmente, causar a morte.

Joelho – Basta somente um pontapé com cerca de 30 quilos de potência para causar luxação do joelho. Mesmo um pontapé com moderada potência aplicado num joelho causa uma grande dor. Um pontapé violento, pode causar luxação ou fratura.”

A seguir, a explicação sobre os golpes com as mãos a serem inseridos nos pontos sensíveis e vitais do corpo humano, para a contensão de indivíduo agressor da sociedade:

Gyakuzuki, soco reto na altura do esterno, braço à frente e perna atrás.

Oizuki, soco reto na altura do abdômen, braço e perna à frente.

Seiken Tyoku Zuki, soco central na traquéia com braço reto, pernas juntas em alerta.

Tate Zuki, soco com a mão lateral, altura do estômago.

Ague Zuki, soco circular de baixo para cima, braço reto, no queixo.

Morote Zuki, dois socos juntos e unidos, altura do tórax, uma perna à frente.

Yamazuki, dois socos ao mesmo tempo, um na altura da cabeça e outro no estômago.

Uraken Uti, soco circular com as costas da mão, de baixo para cima, ou vice-versa.

Tetsui Uti, *Mawashi Zuki*, soco circular com o cutelo da mão na altura das costelas.

Zagui Zuki, soco circular de fora para dentro, altura da cabeça.

Hashu Uti, mão espalmada, tapa circular com as costas da mão, rosto.

Shuto Uti, *Haito Uti*, mão espalmada, cutelo da mão, golpe circular, na têmpora.

Teisho Uti, com a base da mão e punho, de baixo para cima no queixo.

Enpi Uti, cotoveladas, altura das costelas e tórax e ou rosto.

Próxima seqüência, a explicação sobre os golpes com os pés a serem inseridos nos pontos sensíveis e vitais do corpo humano, para a contensão de indivíduo agressor da sociedade:

Mae Gueri Keague, chute de baixo para cima, altura do queixo.

Mae Gueri Kekome, chute frontal, altura do estômago.

Yokogueri Keague, chute com calcanhar, lateral do pé, altura da garganta.

Yokogueri Kekome, chute com o calcanhar, lateral do pé, altura do tanden (abdômen).

Ushiro Gueri, chute giratório com o calcanhar do pé, altura do tórax.

Hiza Gueri, pisada no estômago com a planta do pé.

Yoko Tobi Gueri, Mae Tobi Gueri, chutes com salto, altura da cabeça ou tórax.

Mawashi Gueri, chute circular lateral com o peito do pé, altura da cabeça ou costelas.

Fumikomi, pisada com o calcanhar, no peito do pé ou região da tíbia.

Após a aplicação destas técnicas, deve finalizar com a detenção do indivíduo, através de movimentos, golpes convencionais de chaves de braço e mãos, terminando com a técnica do algemamento que consiste:

3.3. Técnicas de Imobilização

Uso de chaves de braço e estrangulamentos para condução de infrator sem o uso de algemas:

Pata de Vaca, mão direita do agente envolve o dorso da mão direita do agressor e seu braço esquerdo a articulação do cotovelo, imobilizando-o junto ao corpo, enquanto sua mão direita puxa o punho agressor para cima, finalizando esta seqüência com o cotovelo do agressor apoiado no cavado do seu ombro e com suas duas mãos pressiona a mão do agressor para baixo aplicando força sobre a articulação do punho.

Braço Americano, a mão direita do agente envolve e puxa articulação do cotovelo para junto de seu corpo; sua mão esquerda encosta e empurra o antebraço do agressor no sentido contrário, fazendo com que o agressor dobre seu braço; o braço esquerdo do agente deve ser posicionado entre o braço e antebraço imobilizado do agressor, aplicando força descendente sobre a articulação do cotovelo com o braço esquerdo, enquanto com o braço direito envolve o rosto do agressor puxando-o para trás.

Mata Leão (Área de contato Rádio), o agente se aproxima pela retaguarda do agressor; sua mão esquerda puxa o ombro esquerdo do agressor desequilibrando-o para trás seu braço e antebraço (Área de contato Rádio) direito envolvem o pescoço do agressor sua mão (direita) segura em sua mão esquerda, com a cabeça e ombro apoiados na nuca do agressor, exerce pressão sobre a epiglote flexionando o antebraço, bloqueando a respiração (oxigenação) no cérebro.

3.4. Movimentos no solo para imobilização e algemamento

Agressor sofreu a projeção, está de costas para o chão... com as duas mãos puxar o agressor para cima e para o lado contrário ao do punho aprisionado. Simultaneamente desloca-se o corpo por trás da cabeça do agressor; enquanto a mão direita pressiona o cotovelo fazendo uma alavanca forçando-o a ficar em decúbito ventral (barriga para baixo).

Em decúbito ventral, enquanto a mão direita, a que esta no cotovelo puxa a esquerda empurra o punho dobrando o braço agressor. O agente então coloca seus joelhos sobre as costas e o pescoço do agressor.

Retira sua algema com a mão forte e coloca o primeiro elo de serviço no punho imobilizado Em seguida determina que o agressor lhe de o outro punho onde coloca o segundo elo de serviço finalizando o algemamento.

Algemamento: "(STF Súmula Vinculante nº 11 - Sessão Plenária de 13/08/2008 - DJe nº 157/2008, p. 1, em 22/8/2008 - DO de 22/8/2008)".

4. Conclusões

Para que o uso da arma de fogo seja a última alternativa do agente, faz-se necessário e urgentíssimo que deva ser submetido ao treinamento de defesa pessoal constante nos órgãos policiais, bem como, instruído de ações na aplicação de métodos com técnicas de uso de equipamentos e tecnologias de ação não letais ou menos letais, a fim de moldar a postura e o conhecimento no atendimento de ocorrências que por ventura, venham a necessitar destas intervenções específicas.

Com o treinamento constante, o agente adquire autoconfiança, poder de reação, movimentos mais enérgicos e automáticos, diante de agressões, aumentando sua capacidade combativa, ante a evolução dos tempos que estão por vir.

Exemplo recente é a ocorrência exposta na mídia, através do *youtube*, na cidade de Santa Maria de Serra, interior de São Paulo, em que dois policiais militares ao atenderem uma averiguação em residência, foram surpreendidos e agredidos fisicamente por indivíduo que culminou em reação daquele agressor com uma faca, ferindo com várias estocadas, um dos policiais, que tiveram a chance de evitar tal confronto, não fosse o uso indevido de equipamentos não letais e de defesa pessoal.

BIBLIOGRAFIA

O *Código Ético do Karate* foi extraído da Federação Mundial de Karatê, tradução de Abel Figueiredo e Jorge Fonseca (1995).

As *Técnicas do Karate* foram extraídas do site www.karatekas.com e Federação Paulista de Karatê.

Os *Pontos Sensíveis e Vitais* foram retirados do livro de Bruce Tegner, 1.965, “Defesa Pessoal Para Brigas de Rua”.

Súmula Vinculante nº 11, do site:

http://www.dji.com.br/normas_inferiores/regimento_interno_e_sumula_stf/0011v_inculante.htm.

Técnicas de imobilização e movimentos no solo para imobilização e algemamento, retiradas da apostila da Escola Superior de Sargentos da PMESP, apostila editada para o CFS – I/2008, em 26 de março de 2008, pelo 1º Sgt PM Antenil.

Autodefesa para a Segurança Pública, trabalho publicado no site:

<http://www.webartigos.com/artigos/autodefesa-para-seguranca-publica/96472/>, em 25 de setembro de 2012.
