

QUADRILHAS JUNINAS, DANÇA E BEM-ESTAR: cuidando do corpo nos arraiais juninos

Everton Grangeiro Gonçalves¹
Bruno Felipe Barros Silva²

INTRODUÇÃO

As festas juninas no Nordeste brasileiro foram permeadas por diversas mudanças em seu percurso histórico, sendo estas resultantes de elementos da sociedade moderna. São visíveis características que nos remetem às perspectivas de hibridações da cultura (CANCLINI, 1997) e também da homogeneização das identidades culturais (HALL, 2002).

Esses festejos são caracterizados por música, dança, literatura, dramatização (RUEDA, 2006), religiosidade, gastronomia (as avocadas comidas típicas) e outras expressões culturais. Dentre essas, as quadrilhas juninas podem ser apontadas como uma das manifestações de maior destaque e importância durante as celebrações juninas, enquanto prática *sui generis*³ desta festa.

Historicamente, essa expressão cultural perpassou por diversas mudanças e ressignificações. Na modernidade, nota-se as chamadas quadrilhas juninas estilizadas/profissionais que se diferenciam das ditas como tradicionais ou matutas⁴. Essas reconfigurações, pautadas no contemporâneo, são resultantes da conversão dessa festa folclórica em uma festa institucional,

¹ Graduando em Biblioteconomia, Universidade Federal do Cariri.

² Licenciado em Educação Física, Universidade Anhanguera-Uniderp.

³ Que não se acha noutro. = ORIGINAL, PARTICULAR, SINGULAR "*sui generis*", em Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2021, Disponível em: <https://dicionario.priberam.org/sui%20generis>. Acesso em: 30 de jul. de 2021.

⁴ As quadrilhas juninas tradicionais/matutas são aquelas que rememoram aspectos rurais, levando em consideração suas influências e adaptações a contextos distintos. É importante enfatizar que elas são apontadas em diversas pesquisas como uma dança de origem europeia, herança do folclore francês, trazida ao Brasil no início do século XIX pelos portugueses (RANGEL, 2008). Com a sua popularização ao final do referido século, o movimento chegou a classes sociais distintas e nos interiores, tomando a partir daí características caipiras, relacionando-o com a roça e a colheita. Esse processo resultou na adaptação das roupas com tampões, chapéu de palha e entre outros adereços fazendo parte dos figurinos (RUEDA, 2006).



ocasionando sua profissionalização e vislumbrando elementos que reverberam no teor de espetacularização da festa (BENJAMIN, 2004, p. 136).

A profissionalização acontece como consequência das disputas nos arraiais, obrigando as quadrilhas juninas a se adaptarem às exigências federativas das entidades juninas do Ceará. Logo, necessitam evoluir para surpreender e obter as melhores notas das mesas julgadoras.

Decorrente dos fatores supracitados, os trajes, a dança, a música, grande parte do aparato estético-coreográfico não só foi, como continua sendo, reconfigurado conforme necessário para moldar-se às exigências dos meios de comunicação e dos órgãos estatais.

Nessa perspectiva, a dança se torna elemento primordial para construção do espetáculo, sendo acompanhada de passos que possuem grau de dificuldade elevado e também exige fisicamente dos quadrilheiros, ocasionando desgaste físico para realização das apresentações nos diversos festivais que as quadrilhas se apresentam.

Levando em consideração a importância de estudar esses aspectos, a pesquisa em tela objetiva analisar os cuidados através de hábitos e exercícios necessários para contribuir no preparo físico e melhor desenvoltura dos quadrilheiros durante as apresentações. Nesse processo, é feita uma breve relação com a Quadrilha Nação Nordestina, de Juazeiro do Norte, para observações recorrentes.

A pesquisa justifica-se pela necessidade de observar como a Educação Física pode fornecer elementos e ferramentas que contribuam para as manifestações culturais, seus agentes e também provocar bem-estar e qualidade durante essas práticas.

MATERIAIS E MÉTODO

A metodologia da referida pesquisa constitui-se por levantamento bibliográfico, a fim de pleitear o histórico das quadrilhas juninas e seu processo de reconfigurações. Em segundo momento, busca-se observar questões relacionadas à dança, ao corpo e como a Educação Física pode fornecer



subsídios para o bem-estar, contribuição na performance e resistência dos performáticos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Rodrigues e Correia (2013, p.02) dizem que pode-se considerar a “dança uma manifestação construída histórica, social e culturalmente e caracterizá-la como um fenômeno de linguagem corporal artística”. A dança significa nesse contexto: cultura, religião, educação e sociedade. (HASS e GARCIA, 2006).

Nesse segmento, pode-se apontar uma relação entre o corpo (físico), e a dança nos arraiais juninos. Observa-se que o nível físico exigido durante as apresentações é alto. Isso se dá porque outros elementos entram em pauta, como: a realização dos passos; a intensidade com que são realizados e outros elementos circunstanciais. Os circunstância supracitados são as horas de viagens, as alocações nas cidades, alimentação, sono etc. É possível perder várias calorias enquanto se dança, ao mesmo tempo, deve-se levar em consideração a rotina de ensaios e apresentações.

Para observar esses aspectos, trazemos para a discussão a quadrilha junina Nação Nordestina, de Juazeiro do Norte. O grupo em questão foi criado em 2009 na cidade supracitada e possui grande visibilidade no Ceará e em estados vizinhos.

Jhone Barros, o presidente da quadrilha, informou que no ano de 2019, antes desse período pandêmico que o mundo se contra, o grupo fez 24 apresentações em diversas cidades do Ceará e em estados vizinhos, como Piauí e Pernambuco. Isso entre os meses de junho e julho. Trabalho que demanda horas de viagens, alojamento diário nas cidades das apresentações, às vezes em escolas e também em outros espaços cedidos pelos organizadores dos eventos. É importante enfatizar que cada apresentação dura em torno de 1h30min.

Nessa perspectiva, ao mesmo tempo em que estão dançando, a mente está trabalhando em conjunto com o corpo. Isso porque existe uma plasticidade de sinapses no nosso cérebro, rapidamente mandando informações para cada



parte do corpo em movimento, seja um salto, um agachamento, batida de palmas ou qualquer outro movimento que compõem as coreografias

Corroborando com esses aspectos, o esforço físico e psicológico exigido durante as apresentações das quadrilhas juninas estilizadas é variável e está ligado intrinsecamente às condições e características físicas de cada pessoa. Nesse sentido, é difícil visualizar sem uma avaliação mais detalhada, com todas as informações necessárias.

Nahas (2001 apud VILARTA e GONÇALVES, 2004, p.46) dizem que as pessoas que necessitam adequar-se a hábitos e comportamentos que contribuem para um estilo de vida saudável, devem aproveitar os mecanismos que a vida proporciona dedicar-se mais ao lazer, adotar hábitos alimentares mais saudáveis e praticar atividade física regular.

Nesse sentido, supõem-se que um quadrilheiro que possui uma rotina e qualidade de vida mais saudável poderá ter resultados melhores do que um que possui hábitos contrários. Obviamente os resultados serão diferentes, porque a dedicação e trabalho feito no corpo darão o resultado desejado para o que se almeja.

Quando pauta-se sobre a dança nessa manifestação cultural, automaticamente somos remetidos a exercícios físicos, afinal, estão movimentando o corpo.

Para ter uma boa prática e um bom desenvolvimento na dança, assim como na quadrilha junina, o corpo deve estar bem preparado, não havendo sedentarismo, desmotivação, e sim muita resistência.

As coreografias são mais elaboradas e acabam exigindo mais fisicamente dos quadrilheiros. A dança deve seguir uma constância e não possui pausas durante as apresentações, a resistência é ainda mais importante quando se intensifica a importância dela para a nota final dos jurados.

É importante enfatizar que a preparação física deve ser traçada sob uma rotina com plano de treinos e exercícios, oportunizando que os quadrilheiros conheçam os limites do próprio corpo e desenvolvam habilidades físicas.

Praticar exercícios com frequência e disciplina, não somente quando for dançar, é vital para um melhor desempenho. A importância da disciplina se



intensifica pelo fato da resistência física ser resultante de um processo a longo prazo, é necessário muito treino e dedicação. O corpo precisa estar acostumado com esse tipo de ritmo, deste modo esses fatores são extremamente necessários para uma melhora qualitativa no que concerne a resistência e melhor desempenho na performance.

Fazer entre vinte a trinta minutos de caminhada por dia ou três vezes na semana, pode melhorar significativamente o desempenho de uma pessoa que participa dessas competições. É importante destacar que antes da prática de uma atividade física é necessário alongamentos ou exercícios de aquecimento, o corpo, os músculos, as articulações, precisam ser alongados e aquecidos, evitando assim, dores e desconfortos. O que também deve ser feito antes das apresentação.

Os dançarinos normalmente consomem variedades de alimentos, que vão desde os mais saudáveis, até os ricos em óleos gorduras (Gouveia, 2008; Nunes et al, 2007). Para os quadrilheiros, ter uma alimentação saudável também é indispensável para o progresso e bom desempenho.

A ingestão de frutas, verduras e legumes trará eficiência e leveza maior do que alimentos gordurosos e conservados. Ter uma alimentação pré-escrita e balanceada, irá garantir boa eficiência no organismo. Beber de 2 a 3 litros de água por dia também é fundamental para o organismo e melhor desempenho, é ela quem vai hidratar e recuperar os sais minerais perdidos no corpo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, compreendeu-se como as quadrilhas juninas evoluíram para as estilizadas/profissionais e, a partir dessas ressignificações, novos elementos foram inseridos. Nessa inserção, a dança se mostra de grande importância dentre esses elementos.

A dança e a necessidade de conseguir boas notas nos festivais juninos acaba exigindo fisicamente e mentalmente dos quadrilheiros. É justamente nesse sentido que vemos como hábitos saudáveis e disciplina podem contribuir para resistência e bom desempenho durante as apresentações.



Com isso, constata-se como a Educação Física pode contribuir com essa manifestação cultural, seus agentes e participantes, oferecendo possibilidades para o se alcançar o bem-estar e bons resultados enquanto participante dessa manifestação.

REFERÊNCIAS

- CAMARGO. **A dança tem história e permanece construindo sua historicidade.** Resv.Cient/ FAP, Curitiba.v.7, p 153 a 160, jan/ junh. 2011.
- CANCLINI, Nestor García. **Culturas Híbridas: Estratégias para Entrar e Sair da Modernidade.** 4.ed. São Paulo: Edusp, 1997.
- CHIANCA, Luciana de Oliveira. Quando o campo está na cidade: migração, identidade e festa. **Revista Sociedade e Cultura**, v. 10, n. 1, p. 45-49, jan./jun., 2007.
- BENJAMIN, Roberto. **Folkcomunicação na sociedade contemporânea.** Porto Alegre: Comissão Gaúcha de Folclore, 2004.
- GOUVEIA, E.L.C. **Nutrição – Saúde e Comunidade.** 2. Ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2008.
- HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade.** 7. ed. Tradução de Tomaz Garcia Silva e Guacira Lopes Louro. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.
- HASS, Aline Nogueira e GARCIA, Ângela. **Ritmo e dança.** Canoas. Ed. ULBRA, 2006.
- NUNES, S.M.R. et.al. Dança Folclórica e Caminhada: Um Estudo Comparativo do Gasto Calórico de Universitários. **Revista Salud Pública.** V.9, n.4, p. 506-515, 2007.
- RANGEL, Lúcia Helena Vitali. **Festas juninas, festas de São João: origens, tradições e história.** São Paulo: Publishing Solutions, 2008.
- RODRIGUES e CORREIA. Produção acadêmica sobre dança nos periódicos nacionais de Educação Física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte.** Vol.27.n.1,p. 91 a 99, jun\ mar.2013.
- RUEDA, Carlos Velázquez. Mídia: novo totem para um casamento dessacralizado. **Revista de Humanidades**, v. 21, n. 2, p. 132-150, jul./dez. Fortaleza, Universidade de Fortaleza - Unifor, 2006.