



Artículo de investigación

# Cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de Capoeira.

Perceived changes in body image from the practice of Capoeira

Percebidas alterações na imagem corporal da prática da Capoeira

Fecha de recepción: 14 de octubre de 2016 / Fecha de aceptación: 15 de enero de 2017

Escrito por:

Diego Enrique Palomino Acevedo<sup>8</sup>

Luis Alfonso Arce Ortiz<sup>9</sup>

Sandra Patricia Bolívar Valencia<sup>10</sup>

## Resumo

El objetivo de este artículo de investigación es identificar la significación acerca de la danza Capoeira, la imagen corporal, la percepción del cuerpo y los cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de capoeira de los integrantes del grupo Nago Cali. Para realizar esta investigación se utilizaron distintos instrumentos tales como entrevistas, observaciones, grupo focal y cartografía social, que permitieron responder a la pregunta de investigación desde la metodología cualitativa y los postulados del método etnográfico. En los resultados se determinó que el grupo objeto de estudio percibe que ha habido cambios físicos en su cuerpo, cambios a nivel personal, en particular, en el carácter respecto a un mayor compromiso y responsabilidad en las actividades. Asimismo, se concibe la danza como goce, juego y disfrute que posibilita la interacción con los otros mediante el respeto, el compañerismo y el aprendizaje mutuo. En las conclusiones se acota que concepción hacia la capoeira es un estilo que enmarca un concepto ritual y no tanto a una práctica deportiva; además de danza puede ser terapia psicosocial. Tiene un sentido recreativo y no un significado de exhibición, lo fundamental es el interactuar con el

## Resumen

The objective of this article of research is identify the significance about it dance Capoeira, the image body, the perception of the body and them changes perceived in it image body from the practice of Cali Nago capoeira group. To carry out this investigation used different instruments such as interviews, observations, focus group and social mapping, that he was allowed to answer the research question from the qualitative methodology and the postulates of the ethnographic method. Results found that the object of study group perceives that there have been physical changes in your body, changes on a personal level, in particular in the character with respect to greater commitment and responsibility in the activities. Also, is conceived the dance as enjoyment, game and enjoy that enables the interaction with the others by the respect, the fellowship and the learning mutual. The conclusions will refine that conception to the capoeira is a style that frames a ritual concept and not a sports practice; In addition to dance may be psychosocial therapy. It has a recreational sense and not a meaning of display, the fundamental thing is to interact with each

<sup>8</sup> Psicólogo de la Universidad de San Buenaventura Cali. Psicólogo de gestión humana Cruz Roja Colombiana seccional Valle del Cauca. Email: depario@hotmail.com

<sup>9</sup> Psicólogo Universidad de San Buenaventura Cali. Psicólogo en la Fundación Cristiana de Jóvenes Cali (ACJ). Email: Luisalfonsoarce2014@gmail.com

<sup>10</sup> Psicóloga de la Universidad San Buenaventura Cali. Apoyo en primera infancia, colegio Europaporten Skolor en Suecia. Email: Bolivarsandra@hotmail.com

otro. También, se percibe el cuerpo de manera integrada, como propio y como parte de la identidad.

**Palavras-chave:** Capoeira, Imagen Corporal, Danza, Lucha, Interacción.

other. Also, is perceived the body of way integrated, as himself and as part of her identity.

**Palabras Clave:** Capoeira, Image body, Dance, Fight, Interaction.

### Abstract

O objetivo deste trabalho de pesquisa é identificar o significado sobre a Capoeira, dança, imagem corporal, a percepção do corpo e as mudanças percebidas na imagem corporal da prática da capoeira Nago Cali do grupo. Para realizar esta pesquisa é usados diferentes instrumentos, tais como entrevistas, observações, grupo focal e mapeamento social, que ele tinha permissão para responder à pergunta de pesquisa da metodologia qualitativa e os postulados do método etnográfico. Resultados encontraram que o objeto de estudo grupo percebe que há mudanças físicas em seu corpo, mudanças em um nível pessoal, em particular no personagem com relação ao maior empenho e responsabilidade nas atividades. É também concebido a dança como gozo, jogo e diversão que possibilita a interação com os outros através de respeito, camaradagem e aprendizagem mútua. Nas conclusões é diz que a concepção para a capoeira é um estilo que incriminou um ritual de conceito e não tanto para a prática de esportes; Além de dança pode ser terapia psicossocial. Tem um sentido de lazer e não um significado de exibição, o essencial é para interagir uns com os outros. Além disso, é percebido o corpo de forma integrada, como a mesmo e como parte de sua identidade.

**Key words:** Capoeira, Imagem corporal, Dança, Luta e Interação.

### Introducción

Es común observar en la sociedad actual grupos de jóvenes que se reúnen con fines de realizar una práctica determinada, tienen una ideología y un estilo de vida únicos que los caracteriza. Estas son las tribus urbanas, entre las cuales se encuentran los grupos góticos, punk, hip hop y demás. De igual forma, entre estos grupos urbanos existe una cultura poco conocida y poco investigada; ésta es la capoeira. A raíz de esta práctica cultural, se desconoce cuáles son los cambios en la imagen corporal en integrantes del grupo como Nago de la ciudad de Cali. Por tal razón, el cuestionamiento a resolver es:

¿Cuál es la significación acerca de la danza Capoeira, la imagen corporal, la percepción del cuerpo y los cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de capoeira de los integrantes del grupo Nago Cali? Las sub-preguntas son: ¿cuáles son las significaciones de la danza capoeira? y ¿cuáles son las percepciones que tienen sobre la imagen corporal y su propio

cuerpo?, ¿Cuáles son los cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de esta danza?

El objetivo de este artículo de investigación es identificar la significación acerca de la danza Capoeira, la imagen corporal, la percepción del cuerpo y los cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de capoeira de los integrantes del grupo Nago Cali.

El interés por indagar sobre las prácticas de la danza capoeira practicada por el grupo Nago de la ciudad de Cali, surge a raíz de los estudios realizados en el área de la psicología clínica, al abordar la temática relacionada con lo corporal, para analizar específicamente, los cambios en la imagen corporal percibidos a partir de la práctica de capoeira y en coherencia, identificar las nociones y los significantes que puedan tener ellos sobre su cuerpo a partir de esta práctica, así como la manera en que llegan a auto-percibirse.





Se parte de la hipótesis que la Capoeira como práctica deportiva y cultural influye en la construcción de identidad y auto-concepción de los integrantes del grupo Nago Cali. Una de las causas de la participación de algunos de los integrantes dentro de este grupo de capoeira, podría ser por el deseo de mejorar su imagen corporal, posiblemente por las influencias sociales sobre la importancia de la estética y en general, del culto a la belleza.

El método aplicado en esta investigación fue el etnográfico, desde el paradigma de la metodología cualitativa. En primer lugar, se efectuó la revisión de investigaciones relacionadas con el tema. Luego, para el análisis de los datos se tuvo en cuenta como categorías de análisis la imagen corporal, la percepción del cuerpo y la significación de la danza.

En general, a partir de la investigación realizada se obtuvo como hallazgo relevante que los integrantes de este grupo perciben que ha habido cambios físicos en su cuerpo, los cuales consisten principalmente, en la pérdida de peso, mayor flexibilidad, resistencia y fuerza. También se descubrieron cambios a nivel personal, los miembros del grupo aclararon que dicho entrenamiento les sirvió para formar un carácter determinante para sí, adquiriendo mayor compromiso y responsabilidad en las diversas dinámicas que viven a diario. De igual manera, se encontró que en la práctica los participantes no sólo perciben cambios físicos, sino un cambio de actitud mental y de conciencia hacia el cuerpo; se halla no solamente un placer en un estado físico sino una armonía del cuerpo como tal, se experimenta el disfrute de esta práctica como conquista de vida.

En el presente artículo se describe el proceso que se llevó a cabo durante la investigación, está constituido en distintas partes las cuales incluyen el marco teórico, el método, los resultados y discusiones y las conclusiones.

### Marco teórico

Para visualizar la esencia y los orígenes de la capoeira así como el concepto de imagen corporal, se realizó una revisión documental de varias investigaciones relacionadas con la temática a estudiar.

En referencia al concepto de capoeira, Rector (2007), hace una breve reseña histórica de su surgimiento, señala que viene de Angola (África) de donde fueron traídos cuatro millones de esclavos a Bahía (Brasil). La capoeira contenía un elemento mítico: mostrar que los negros tenían una identidad, una forma de expresión, y un momento de libertad temporal en su estado de esclavitud. La autora, la define como una cultura con una fuerte herencia africana, práctica que puede ser vista como una lucha, un juego, un deporte o una danza.

Según Rector (2007), el cuerpo para el capoeirista es uno de sus principales instrumentos para su práctica, sino el más importante. El capoeirista transformó su cuerpo en un signo subjetivo de identidades y singularidades. En este sentido, el cuerpo es una construcción cultural, es un proceso constante, dinámico, en vez de un producto aceptado como tal.

Sin embargo, la tradición capoeira, en la que se ven aspectos culturales importantes de determinada época, se ha ido perdiendo o modificando a través de la historia, como lo señala Frigerio (2000), la capoeira, llamada hoy en día el arte marcial brasileño, es en realidad una expresión artística que forma parte del patrimonio cultural afro brasileño; tiene aspectos de danza, lucha, juego, música, ritual y mímica.

También, cabe tomar esta práctica como de carácter formativo para utilizarla, aparte de lo dicho con anterioridad, como herramienta pedagógica y de mantenimiento en determinados casos. Barberis (2003) resaltada el alto componente expresivo de la capoeira y la importancia de su aplicación en la sesión de

educación física en general y de expresión corporal en particular.

Ahora bien, respecto a la imagen corporal, considerada como categoría clave en esta investigación, se retoman los aportes de Raich (2004) quien aborda el concepto de cuerpo y de imagen corporal desde varias perspectivas. En primera instancia, aborda la definición más clásica planteada por Schilder quien "(...) define este concepto como la representación mental del cuerpo que cada individuo construye en su mente" (Raich, 2004, p. 16). De igual forma, menciona que desde el punto de vista neurológico, la imagen corporal constituye una representación diagramática de la conciencia corporal de cada persona. Igualmente, señala que la imagen corporal "son los sentimientos y actitudes hacia el propio cuerpo" (Raich, 2004, p. 16). Desde el psicoanálisis, se entiende por imagen corporal al límite corporal percibido por cada sujeto. Por otro lado, la autora se fundamenta en Rosen (1995) quien determina que este concepto "se refiere a la manera en que uno percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo, por lo cual se contemplan aspectos perceptivos y subjetivos como satisfacción e insatisfacción, preocupación, evaluación cognitiva, ansiedad y aspectos conductuales" (Raich, 2004, p. 16).

Respecto a la percepción del cuerpo al referirse a la imagen corporal, Vargas (1994) señala que la psicología define la percepción como el proceso cognitivo de la conciencia que consiste en el reconocimiento, interpretación y significación para la elaboración de juicios en torno a las sensaciones obtenidas del ambiente físico y social, en el que intervienen otros procesos psíquicos, entre los que se encuentran, el aprendizaje, la memoria y la simbolización.

De acuerdo a lo anterior, se puede determinar que la percepción corporal es el reconocimiento, la interpretación, significación y representación que un individuo tiene de su cuerpo a partir de las sensaciones y situaciones provenientes del mundo externo. Por lo cual, al intentar comprender la percepción del cuerpo que tienen los integrantes del grupo de capoeira,

se indagará sobre la forma en que lo interpretan a través de sus sentidos, es decir, cómo lo ven en proporción, en peso, en forma, etc. Por otro lado, Raich (2004), también alude a los medios de evaluación de la imagen corporal, resaltando la necesidad de evaluar la dimensión perceptiva, la cognitivo-actitudinal y la conductual.

De la misma manera, Espeitx (2006), brinda información relevante acerca de la imagen corporal y la construcción del cuerpo en hombres y mujeres y determina que una de las formas de actuación del ser humano sobre sí mismo consiste en la construcción el propio cuerpo, de la imagen corporal. Esta construcción actúa sobre la identidad, la auto-percepción y el atractivo sexual. Se señala que mediante la imagen corporal los individuos muestran quienes son o quienes quieren hacer creer que son, que la definición de imagen corporal es psicosocial, y que la relación que los individuos mantienen con su cuerpo depende de diversos factores como el estado de ánimo, las percepciones corporales y la valoración o el rechazo que sientan respecto al propio cuerpo. Así mismo, se menciona que la imagen auto percibida es inestable y que no siempre corresponde con la realidad; ésta transmite el atractivo sexual y es un instrumento para conseguir pareja.

Uno de los medios para construir el cuerpo es la alimentación. Actualmente, se imponen restricciones alimentarias con el objetivo de mantener el peso corporal dentro de unos límites; asimismo, se considera negativamente el sobrepeso, especialmente en las mujeres. Se afirma que a la delgadez se le atribuyen algunas características opuestas a la obesidad, sobretodo para conseguir resultados óptimos en el ejercicio.

De este modo, Espeitx (2006), invita a tener en cuenta también los hábitos alimenticios de esta población, pues la alimentación ocupa un papel fundamental en la construcción del cuerpo y en la auto-percepción del ser humano y, más aun, cuando se trata de deportistas que pueden combinar el ejercicio con una dieta balanceada para mantenerse en forma y tener un buen rendimiento físico. Además, el ejercicio es





utilizado tanto para mejorar la imagen corporal como ser medio para interactuar con otras personas. Aunque realizar deporte no necesariamente signifique el deseo de construir el cuerpo, sino que se puede hacer por un mero placer, por ocio, así como que el deporte promueve el bienestar psicológico y la mejora de la auto-percepción.

Otra categoría de análisis es el significado de la lucha y la danza, aspectos fundamentales de la práctica cultural de la capoeira, es concebida a su vez, como lucha, es una expresión a través del cuerpo, la danza y la música, la expresión que encierra es la danza-lucha de los esclavos negros del Brasil en el período de la Colonia, el sentido es un llamado a la libertad; es a su vez, una práctica, porque tiene que ver con la modalidad del hacer. Como una danza, es mítica, porque se relaciona con el querer. El juego en sí mismo puede ser dividido en sagrado, lúdico y estético. (Rector, 2003). La danza es un signo, usado para entrar en armonía con el cosmos, con los orixás, la personificación y la divinización de las fuerzas de la naturaleza, con los demás seres humanos. Frigerio (2000) indica que en esta mezcla indisoluble de lucha y juego, el elemento estético adquiere gran importancia. Pero es una estética propia, que surge de un contexto étnico determinado (el afrobrasileño) y que por ende, no es bien comprendido y se transforma rápidamente (por no decir se pierde) cuando esta forma artística se traslada a otros segmentos sociales que no la comparten.

Según lo anterior, la danza y lucha en la capoeira son factores ancestrales que provienen de su origen en formas de expresión afrobrasileñas, en las cuales esta práctica se tomaba como forma de escape y expresión de libertad y cultura. Sin embargo, este simbolismo se ha transformado a través del tiempo, adaptándose al contexto actual. Así mismo, la danza y la lucha contienen un factor estético propio, que es forjado a ritmo de cada integrante, convirtiendo esta práctica en un arte.

Una práctica importante en la ejecución de la danza es la roda; es la manifestación del

juego y la lucha de la Capoeira. Aquí se hace la demostración de todos los movimientos y estilos que se han ensayado durante toda la semana, se sitúan los instrumentos, en torno a la roda y se desarrollan las habilidades de los participantes en el juego.

### Método

En coherencia con los objetivos y características de la investigación, se trabajó desde la metodología cualitativa con el método etnográfico. Para la recolección de los datos se contó con la participación de los integrantes del grupo *Nago de capoeira Cali*, el cual está conformado por 15 integrantes entre mujeres y hombres con edades comprendidas entre los 18 y 29 años de edad. Se utilizaron diversas técnicas de investigación tales como entrevistas, observaciones, grupo focal y cartografía social.

Se realizaron cinco entrevistas a sujetos integrantes del grupo. Se les hizo una serie de preguntas fundamentales con el propósito de resolver la pregunta de investigación. Asimismo, se efectuaron cuatro observaciones a nivel grupal en momentos del entrenamiento de la danza; éstas fueron hechas en el auditorio Angora en la Universidad del Valle, con una duración de una hora y media de lunes a viernes. Igualmente, se hizo la observación en los encuentros de roda.

Además, se llevó a cabo un encuentro de grupo focal con dos psicólogas invitadas, una de ellas, ejerce como docente de la Universidad San Buenaventura de Cali y la otra, como docente de la Universidad Santiago de Cali, expertas en temas de imagen corporal, danza y percepción del cuerpo. Además, se contó con la presencia del profesor de Capoeira y estudiante de psicología y los estudiantes de la investigación. El objetivo fue lanzar algunas preguntas de vital importancia dentro del tema de investigación a fin de debatirlas y escuchar comentarios, los cuales aportaron nuevas concepciones de conceptos que permitieron ampliar nuevos conocimientos acerca de las categorías mencionadas: imagen corporal, significación de la danza y, percepción del cuerpo.

Se realizó también cartografía social donde cada uno de los cinco integrantes del grupo entrevistado dibujó su cuerpo tal y como ellos mismos lo percibían.

Una vez recolectados los datos, se sistematizaron y analizaron para realizar la descripción e interpretación de los mismos con el propósito de resolver los cuestionamientos formulados y lograr así, los objetivos formulados.

### Resultados y Discusión.

Los resultados obtenidos en el trabajo se organizaron y presentan de acuerdo a las categorías establecidas: imagen corporal, percepción del cuerpo y significación de la danza. Se hace la descripción y análisis de los datos obtenidos a través de la aplicación de las diferentes técnicas utilizadas en el desarrollo de la investigación.

Como primera instancia, en la categoría de imagen corporal se halló que los participantes en la investigación en general, poseen un buen concepto de sí mismos, aceptan y valoran su cuerpo, sin buscarle defectos, lo que buscan es sentir un bienestar integral del cuerpo más que encontrar un ideal estético. Cuando se inician en esta práctica pueden llegar con la idea de transformar su imagen, pero a medida que pasa el tiempo se van encontrando con otros aspectos que enriquecen y marcan un matiz personal en cada uno de ellos. Antes que la construcción del cuerpo, se favorece un bienestar personal, marcando la diferencia hacia otras prácticas que ejercitan el cuerpo y donde se busca alcanzar una tendencia de tipo estético, de acuerdo a los prototipos establecidos socialmente sobre la belleza, como lo son por ejemplo, la gimnasia, el modelaje y, otros deportes que exigen un estereotipo de perfección corporal.

Además, estos jóvenes logran favorecer aspectos de la personalidad como superar la inseguridad, timidez, miedos y otras características que podrían ser percibidas como negativas en la vida de cualquier ser humano. De igual forma, existe una dinámica de interacción con *un otro* que favorece las relaciones sociales,

creando de este modo un sentimiento de hermandad y fraternidad en el grupo, el cual se ve reflejado en sus relatos de la entrevista, en las observaciones y en las conversaciones sostenidas con los jóvenes del grupo en los encuentros de entreno y rodas.

En lo que respecta a la imagen corporal, los integrantes del grupo Nago, a través de la práctica de *capoeira* han podido cambiar la imagen de sí mismos y particularmente, les ha permitido establecer, intercambiar y aprender con el otro. Además del sentido del goce porque predomina el jugar con el otro, la práctica de este tipo de danza, no tiene el alcance de la exhibición o de ser un medio de construcción del cuerpo, al concebir la *capoeira* como un deporte que les sirve como medio para ejercitarse y mantener su cuerpo en forma y buscar de alguna manera, mejorar su imagen corporal.

A nivel de percepción del cuerpo, se pudo determinar que los integrantes de este grupo perciben que su cuerpo es propio, que se asume como correcto, que aparece interiorizado y ligado a la identidad. Se le concede relevancia a cada parte de su cuerpo, y cada una tiene su función; el cuerpo se percibe como propio y es parte de su identidad. No obstante, se presenta una percepción del cuerpo integrado, en la que se ve el todo y se valora en su totalidad, a diferencia de otras prácticas en que el cuerpo aparece disociado y solamente se privilegian algunas partes corporales, como por ejemplo, las piernas, el busto o los rasgos faciales. De este modo, en la *capoeira*, cada parte del cuerpo tiene una función y un significado especial. En general, dentro de los integrantes se identificó que a pesar de que su principal preocupación no es el factor estético, tienen una buena percepción de su cuerpo y no enfatizan en los defectos.

Referente a la significación de la danza y lucha al interior de este grupo se pudo determinar que la *capoeira* no es una danza de exhibición, como ya se dijo; a pesar de que realicen algunas de sus actividades y juegos en espacios públicos. En cuanto a la lucha, en la práctica no hay una intención de sobrepasar, vencer o eliminar al otro; el ganar no está





incluido en el plano competitivo o de quien es mejor, la perspectiva es la de construir constantemente movimientos más técnicos, desarrollar habilidades y ponerlas en constante prueba con la de los demás integrantes. De acuerdo con esto, se puede pensar que al interior del grupo Nago, la lucha y la danza tienen un sentido de expresión y goce.

Respecto al significado de la danza en la *capoeira*, se pudo determinar que la *capoeira* no es una danza, es vista como un arte marcial en el que el ritmo lo marcan la música de los instrumentos y las palmas de los practicantes. Se pudo observar que en sí la *capoeira* tiene unos estilos generales de danza y movimiento, los cuales son elementos básicos de la práctica, basados en la tradición e historicidad de ésta, puesto que está fundamentada en un tipo de danza brasilera, la cual hace referencia a la época de esclavitud y a la búsqueda de la identidad del esclavo.

Además, cada integrante tiene la posibilidad y libertad de ir formando un estilo propio, basándose en la idea de que se puede aprender de las demás personas. En este sentido, se pudo observar que esta práctica ofrece la garantía de la individualidad y del disfrute personal, a pesar de ser una actividad colectiva. Además le da al practicante la libertad para crear su propio estilo de movimientos, para los cuales se puede basar en los otros compañeros, puesto que como se dijo anteriormente, la intención dentro del grupo es intercambiar estilos y movimientos con el otro, primando un equilibrio de autocontrol y respeto por el contrincante.

Esta danza es concebida fundamentalmente para interactuar con el otro, con un sentido recreativo. Es concebida como un medio de interacción con *el otro*; las relaciones predominantes son las de hermandad, confianza, amabilidad y compañerismo. Se establecen lazos sólidos de amistad entre sus integrantes. Esto se manifiesta en sus prácticas y, en las interacciones que tienen en las reuniones y paseos que realizan ocasionalmente. Igualmente, se observó que hay un sentimiento de colaboración y respeto hacia

el otro; existe la intención de conocerle y de aprender de él, sobre todo, en lo que respecta a los estilos de movimiento dentro de la *capoeira*.

Además se observó que la intención de este grupo no es propiamente la de competir, sino la de interactuar y *jugar con otro*. A pesar de estar en medio de una práctica considerada como arte marcial, al interior del grupo, no hay violencia, sobresale el respeto a la integridad del otro. La interacción es especialmente, de tipo simbólica, no predominan las palabras sino los movimientos y los gestos, acompañados de la música y la danza.

En lo que concierne a los cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de *capoeira* en los integrantes del grupo Nago, se pudo determinar que ellos además de que han percibido cambios corporales en los que se resaltan la pérdida de peso, mayor flexibilidad, resistencia, fuerza y algunos sienten mayor desarrollo muscular; también, han percibido cambios en su vida, tales como mayor compromiso y responsabilidad consigo mismos; además, han construido una conciencia corporal, una armonía con el cuerpo, en la que no le buscan defectos y, especialmente, sienten un disfrute hacia esta práctica. Se deduce que la concepción que tienen estos jóvenes hacia la *capoeira* es más orientada a un estilo que enmarca un concepto ritual y no tanto a una práctica deportiva, pues ésta última se encuentra en un segundo plano.

Por otra parte, durante el desarrollo de la investigación surgieron nuevos hallazgos que no estaban relacionados con la pregunta problema, como por ejemplo, el rol que tiene la mujer en esta práctica cultural; el cual, según los integrantes de este grupo, no se diferencia del papel masculino pues a ambos géneros se les exige por igual, cumplen las mismas funciones al interior del grupo, aunque en la danza, los movimientos de la mujer pueden ser distintos.

Otro aspecto importante que se pudo hallar tiene que ver con que la práctica de la *capoeira* puede llegar a hacer una opción de

psicoterapia, dado que se podrían fortalecer aspectos de la personalidad de los practicantes. También, puede mejorar las relaciones sociales de los individuos, además de que ejercita cuerpo y mente. Este punto alternativo de terapia fue sugerido por dos psicólogas expertas en el tema del cuerpo y la danza, que participaron en la discusión del grupo focal. Las expertas plantean esta nueva alternativa de terapia diferente por el hecho de no estar encerrado en un consultorio como lo haría un terapeuta tradicional.

### Conclusiones

A partir de la investigación realizada con los integrantes del grupo Nago de Capoeira, se obtuvieron distintos resultados que responden a los objetivos y a la pregunta de investigación:

Respecto a la relación que los integrantes de este grupo establecen con el otro, existe un ambiente de hermandad, confianza, amabilidad y compañerismo al interior del grupo. También existe la colaboración, el respeto hacia el otro y el aprender de éste.

La intención de la danza es la de interactuar, “jugar con otro” y respetar su integridad.

La *capoeira* tiene un sentido recreativo y no un significado de exhibición, lo fundamental es el interactuar con el otro. Referente al significado de esta danza se pudo determinar que es vista como un arte marcial en el que el ritmo lo marcan la música de los instrumentos y las palmas de los practicantes. Le da al practicante la libertad para crear su propio estilo de movimientos con base en los aportes de los otros compañeros.

No es una danza de carácter competitivo, de lucha. No hay intención de sobrepasar, vencer o eliminar al otro. El interés se centra en construir constantemente movimientos más técnicos y desarrollar habilidades para ponerlas a prueba con los otros.

En la percepción del cuerpo, se determinó que los integrantes de este grupo aprecian su

cuerpo de manera integrada, éste se considera como propio y como parte de la identidad.

En lo que concierne a los cambios percibidos en la imagen corporal a partir de la práctica de *capoeira* en los integrantes del grupo Nago, se determinó que ellos, han percibido cambios corporales relacionados con la pérdida de peso, mayor flexibilidad, resistencia, fuerza; algunos, experimentan mayor desarrollo muscular. Asimismo, han percibido cambios en su vida como: mayor compromiso y responsabilidad consigo mismos. Se deduce que la concepción hacia la *capoeira* es un estilo que enmarca un concepto ritual y no tanto a una práctica deportiva

### Referências bibliográficas

- Barberis, S. (2003). La Capoeira: posibilidades didácticas para la Educación Física y la expresión corporal. Recuperado de <http://www.pura-danza.com/capoeira/>
- Espeitx, E. (2006). Práctica deportiva, alimentación y construcción del cuerpo. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, 61(2), 79-98. Recuperado de <http://rdtp.revistas.csic.es/index.php/rdtp/article/viewFile/15/15>
- Frigerio, A. (2000). Capoeira: De arte negro a deporte blanco. En: *Cultura Negra en el Cono Sur: Representaciones en conflicto* (Capítulo 5). Buenos Aires: Educa. Recuperado de [http://www.alejandrofrigerio.com.ar/publicaciones/movimientos\\_afro/Frigerio\\_Capoeira\\_1989\\_2000.pdf](http://www.alejandrofrigerio.com.ar/publicaciones/movimientos_afro/Frigerio_Capoeira_1989_2000.pdf)
- Mayoral, A. (1982) *Introducción a la Percepción*. Madrid: Editorial Científico Médica
- Raich, R. M. (2004) Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 22, 15-27.
- Rector, M. (2007). Capoeira, el lenguaje silencioso de los gestos. *Signo y Pensamiento*, 27, (52), 184-194.
- Vargas, M. (1994). *Sobre el concepto de percepción*. Alteridades. México.

