

DEFESA COM FACAS

Fotos:
Pedro Cavalcanti

Ilustrações:
Ricardo Nakayama

J.R.R.Abrahão
Pedro Cavalcanti
Ricardo Nakayama

DEFESA COM FACAS

Editora

ã J.R.R.Abrahão, Pedro Cavalcanti e Ricardo Nakayama

Todos os direitos reservados

Código de Barras do Livro

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Abrahão, José Roberto Romeiro, 1962 -
Cavalcanti, Pedro Gilioli, 1971 -
Nakayama, Ricardo, 1966 -
São Paulo: Editora

ISBN XX-XXXX-XXX-X

1. Defesa com Facas. 2. Artes Marciais. 3. Esportes 4. Defesa Pessoal
I – Nakayama, Ricardo. II – Título.

Índices para Catálogo Sistemático:

1. Esportes
2. Artes Marciais
3. Defesa Pessoal

Logo da
Editora

Editora

Caixa postal xxxx – São Paulo – SP – CEP XXXXX-XXX

Telefax: (11) xxxx-xxxx e xxxx-xxxx

Editora: www.xxxxxxx.com.br - e-mail: editora@xxxxxx.com.br

DEDICATÓRIA

Dedicamos esta obra às nossas famílias, que nos fazem ter certeza que, na vida, há motivos pelos quais vale a pena lutar, e mesmo morrer se for necessário.

Os Autores.

Agradecimentos

Desejamos agradecer a:

Alexandre Chiavone de Araújo Cruz - por ter posado pacientemente para as fotos desta obra;

Paintball Express Military & Police Supplies - por ter cedido as facas usadas;

Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional de Segurança Pires S/C Ltda - por ter gentilmente cedido o espaço físico para realização da maior parte das fotos.

SUMÁRIO

Aviso.....	8
Sobre os autores e Colaboradores.....	9
Prefácio.....	11
Introdução.....	13
Usos da Faca.....	15
Filosofia da Defesa com Facas.....	17
Conceitos.....	19
Preparação Psíquica para Defesa com Facas.....	25
Tipos de Situação de Combate.....	27
Tipos de Ferimentos com Arma Branca.....	29
Características das Facas.....	31
Ataques.....	37
Empunhaduras.....	41
Posições de Combate.....	47
Porte e Saque da Faca.....	51
Aquecimento.....	53
Trabalho de Pernas.....	57
Movimentos Básicos.....	61
12 Ângulos de Ataque.....	69
Movimentos Básicos – Combinações.....	75
Movimentos Básicos – Trabalho em Dupla.....	79
Soltura da Faca.....	83
12 Erros Comuns.....	85
Defesa Contra Facas.....	91
Aspectos Legais.....	95

Aviso

Este livro é destinado apenas a estudos acadêmicos. As técnicas, táticas e metodologias descritas neste volume são muito perigosas e não devem ser usadas ou praticadas sem extrema cautela. Os autores e editores não têm quaisquer responsabilidades, em que Esfera do Direito for, por ferimentos, danos ou prejuízos, sejam provocados por acidente ou intencionalmente, que possam ser atribuídos aos ensinamentos, técnicas ou idéias contidas nesta obra. Este livro não tem o objetivo de ser uma obra para autodidatas, sendo importante e indispensável a supervisão e orientação de um instrutor capacitado em nosso método. Ninguém está autorizado a se intitular instrutor apenas por ter lido ou estudado este livro.

Sobre os Autores

José Roberto Romeiro Abrahão (1962 -).

Advogado criminalista militante, jornalista, sindicalista e escritor, J.R.R.Abrahão, é autor de 34 obras publicadas e inúmeros artigos veiculados na imprensa nacional e internacional. Colecionador de Armas de todo tipo desde 1982, mas especialmente de Facas e outras Armas de Lâmina, tem estudado sobre o assunto desde a adolescência. Graduado em Karatê e Judô (foi aluno do Sensei Shigueto Yamazaki), tem praticado diversas modalidades de Artes Marciais desde os quatro anos de idade, indo do Kung-Fu e Tae-Kwon-do ao Boxe e Arnis. Seu esporte predileto, porém, é o Tiro Esportivo, tendo inclusive sido Diretor de Relações Públicas da Federação Paulista de Tiro ao Alvo entre 1979 e 1981. Participa de competições de tiro esportivo desde 1976, em diversas categorias. Membro de diversas Entidades de cunho regional, nacional e internacional, cabe destacar, entre elas, o SCI – Safári Club International, organização que congrega caçadores esportivos em todo o mundo.

É “Master” e Instrutor de Tiro com as quatro armas: pistola, espingarda, submetralhadora e fuzil, ministrando cursos ocasionalmente, em geral voltados a policiais e militares. Abrahão é, também, rádio-amador, detentor do indicativo PU2SCO. Diversas obras de sua autoria podem ser encontradas gratuitamente para download na Internet, no Site Supervirtual: <http://www.supervirtual.com.br>

Pedro Carlos Gilioli Cavalcanti (1971 -).

Especializado em Judô, com graduação - 1º dan pela British Judô Association, começou a prática nas Artes Marciais aos sete anos de idade, tendo praticado os métodos de treinamento do Kendo, do Boxe Ocidental e do Vale-Tudo. Formado em fotografia pela Lancaster University (Reino Unido). Seu interesse no Combate com Facas começou durante o Serviço Militar onde se graduou como pára-quedista do Exército Brasileiro. Treinando diretamente sob a supervisão do Mestre Nakayama, ministra instruções de Defesa com Facas. Atualmente exerce instruções em cursos de sobrevivência na selva e primeiros socorros, além de monitorar atividades de eco-turismo e esporte radicais.

Ricardo Nakayama (1966 -).

O mestre Ricardo Nakayama é o criador do sistema conhecido como Kombato de Defesa Pessoal, do sistema Sotai de Defesa com Facas e Diretor-Presidente da Associação Brasileira de Kombato. Iniciou aos cinco anos de idade nas Artes Marciais, sob a supervisão de seu pai - Mestre de Karatê. Durante trinta anos aprendeu os métodos de combate e o domínio de várias Artes Marciais e Esportes de Contato: Arnis de Mano, Kick Boxing, Hapkido, Karatê, Krav-Magá, Muay Thai, Jiu-Jitsu, Aikido, Judô e Kung Fu. Ministra aulas em academias e empresas de segurança desde 1982. Pesquisa o Combate com Armas desde 1978, quando iniciou o treinamento com Bastão Longo, Facão Chinês e Nunchaku, ministrando aulas regularmente de Combate com Facas, Armas Improvisadas e Tonfa para diversos segmentos da Segurança Pública e privada. Aos vinte e dois anos foi estudar Artes Marciais no Japão onde se graduou 2º dan de Karatê, passando a conhecer diversos sistemas de Artes Marciais internas e externas no Oriente. De volta ao Brasil, começou a estudar novas possibilidades e métodos de treinamento para aprimorar e desenvolver seu estilo de luta, com ênfase ao combate real. Graduou-se a seguir em Matemática, deixando a profissão para o exercício da difusão e ensino da Defesa Pessoal, passando a se dedicar integralmente no desenvolvimento de técnicas para preservar a integridade física das pessoas.

É especialista em Defesa Pessoal com reconhecimento internacional, sendo constantemente chamado para prestar consultoria aos mais destacados órgãos de imprensa da América Latina. Exerceu durante nove anos a coordenação técnica na área de Defesa Pessoal na maior empresa de segurança da América Latina, onde ministrou aulas para mais de 30.000 alunos e formou a “Primeira Turma de Agentes de Disciplina” na primeira (e bem sucedida) Penitenciária Privada do Brasil. Inovando e aperfeiçoando técnicas de Combate Armado e Desarmado, elabora estudos e desenvolve cursos especiais para grupos de segurança de destacadas empresas do setor privado.

Atualmente é o Instrutor de Defesa Pessoal da equipe de segurança da Editora Abril e da disciplina de Técnicas Policiais no curso de Guarda-Parque do SENAC em São Paulo. Maiores informações podem ser acessadas através do Site: <http://www.sotai.com.br>

Colaboradores

Alexandre Chiavone de Araújo Cruz (1972 -).

Formado em Educação Física pelas Faculdades Metropolitanas Unidas em 1996 e detentor de diversos Cursos de Especialização, o Mestre Alexandre Cruz é especializado em Lutas de Contato e Defesa Pessoal. Foi Diretor de Eventos, Diretor de Arbitragem, Diretor Técnico, Presidente do Conselho de Mestre e Vice-Presidente de grandes Confederações no Brasil. Foi Campeão Sul-Americano em 1994, quando deixou os ringues para se dedicar ao Combate de Sobrevivência Militar. Hoje é Consultor de Segurança, palestrante e Instrutor de Treinamento, aplicando vários cursos a Grupos de Operações Especiais militares e policiais, profissionais da área de segurança e civis. É também Instrutor de Tiro de Defesa.

Edson Henry Takei (1972 -).

Formado em Medicina pela Universidade de São Paulo, com especialização em Psiquiatria. Colecionador de Armas de diversos tipos, Atirador Esportivo, praticante de Kombat e de Defesa com Facas desde 1999, sendo um dos mais dedicados e notórios alunos.

Laércio Gazinhato (1951 -).

Publicitário e jornalista, iniciou sua paixão por Cutelaria aos dezenove anos, logo após iniciar seu interesse por Armas de Fogo. No ano de 1986, ele e outros apaixonados por Armas lançaram a revista Magnum, publicação pioneira no tema na América do Sul. Em paralelo a isso, Laércio já era o único jornalista brasileiro a revelar - de forma constante, consistente e técnica - os principais nomes de nossa cutelaria artesanal e, ao mesmo tempo, escrever sobre colecionismo de lâminas. É dele a obra "Facas Bowie", que vendeu mais de 100.000 exemplares só no Brasil (essa obra é considerada uma das mais completas do mundo no tema).

No ano de 1998, Laércio montou a Knife Company, a primeira empresa sul-americana de venda de Cutelaria Fina por catálogo, como algumas que existem nos EUA e Europa.

Foram muitos os cutelheiros brasileiros revelados por Laércio; é enorme sua contribuição e influência no atual panorama da cutelaria artesanal brasileira; na formação de novos e mais conscientes colecionadores e no que todos hoje sabemos sobre elas, principalmente as clássicas. Por tudo isto é que Laércio Gazinhato hoje tem - e sempre terá - um lugar de extremo destaque no "hall da fama" da cutelaria brasileira.

Jorge A. Canale (1943 -).

Médico, arqueólogo, inventor, artesão, taxidermista, antiquário, avaliador de antiguidades e escritor.

Desde tenra idade, praticante de Arqueirismo Esportivo, colecionando troféus e medalhas por todo o mundo.

Emissário e assessor militar, veterano condecorado de guerra.

Durante a década de 1960, exerceu inúmeras vezes as funções de Caçador Profissional e Guarda-Caça, sempre sob contrato governamental (Quênia e Rodésia).

Primeiro artesão brasileiro a produzir Facas e Espadas artesanais em "Aço-Damasco" e as famosas "Bengalas-Estoque".

Atualmente, dedica-se à produção artesanal de Bestas (Balestras) e Arcos modernos, réplicas de Espadas medievais e antigas, além de Armas Primitivas diversas (Atlatl, Funda, Estilingue-Havaino, Zarabatana, etc).

Alfredo Alexander Raspa da Silva (1971 -).

Cirurgião-Dentista, Fisioterapeuta, Acupuntor e Professor Universitário, Presidente da Associação Brasileira de Fisioterapia Científica, Alex Raspa, que treina Artes Marciais desde os cinco anos de idade, participou de inúmeras competições, tendo vencido incontáveis torneios. Graduado em Hapkido (Discípulo de Mestre Park), Kung-Fu, Tae-Kwon-Do e Jiu-Jitsu, instrutor de Tiro de Combate, especialista em Kobudo, em especial a Luta com Bastão e Nunchaku.

É um dos pioneiros na fusão de Combate Desarmado com o uso defensivo de Armas Brancas, Armas de Impacto e Armas de Fogo, que sintetizou no sistema "Combat Hapkido". Entre seus discípulos contam diversos atletas universitários com destaque em competições no universo estudantil secundarista e universitário.

PREFÁCIO

Em primeiro lugar, é para mim um verdadeiro prazer prefaciá-los amigos Ricardo Nakayama, Pedro Cavalcanti e J.R.R.Abrahão neste seu primeiro trabalho como, devo frisar bem, promissores autores técnicos.

Como os Leitores verão, este não é apenas mais outro livro sobre Defesa com Facas, como alguns trabalhos que existem por aí. A obra é, pela sua abordagem eminentemente técnica, diferente e muito mais abrangente no que concerne aquilo que as pessoas realmente querem saber sobre o uso desses instrumentos em situações reais de combate. A própria experiência de muitos anos de Ricardo Nakayama como Instrutor de Artes Marciais determinou - e muito bem - a linha prática desta sua obra.

Outros pontos que me surpreenderam neste trabalho foram:

a) a demonstração clara do quanto uma Arma Branca pode ser eficiente em mãos treinadas; b) a citação dos erros mais comuns e, por fim, c) os aspectos legais do uso de lâminas em situações de defesa.

Além disso, a obra é apresentada em linguagem coloquial, sem desnecessários rebuscamentos, tornando a absorção de seu conteúdo bem simples.

Por todas essas razões, não tenho dúvida em afirmar que estamos diante de mais um clássico da rara literatura técnica nacional e, mais importante que tudo, INOVADOR.

São Paulo, outono de 2002.

Laércio Gazinhato

Prefácio dos Autores

Esse trabalho é a síntese de anos de treinamento e pesquisa na utilização prática da faca como instrumento de defesa pessoal. Muitas das técnicas são apenas para referência, necessitando da supervisão de um professor habilitado para tirar o máximo potencial das mesmas.

A obra é dividida em quatro partes:

- Volume um com os fundamentos para conhecer e ter intimidade com a ferramenta e seu aspecto como arma de defesa pessoal;
- O volume dois com aspectos práticos, técnicas intermediárias e avançadas e introdução ao combate com facas;
- O volume três é dedicado ao estudo das táticas e estratégias do combate com facas;
- O volume quatro é a abordagem do uso da faca em técnicas policiais e unidades de elite das forças armadas.

O treinamento como ressaltando constantemente na obra, não deve se restringir apenas ao lado físico, é necessário o treinamento da atitude correta perante o adversário, fator imprescindível, mas muitas vezes esquecido na maior parte dos treinamentos de defesa pessoal.

Uma preocupação constante quando os autores elaboraram a obra foi a de mostrar as técnicas que poderiam ser usado por pessoas mal intencionadas. Os marginais têm suas próprias “escolas” e treinam várias dessas técnicas; nós trabalhamos no treinamento de pessoas que fazem a segurança em presídios e conhecemos a cruel realidade desses locais. O conhecimento e o Direito à defesa é fator assegurado pela Lei em todas as culturas civilizadas e conhecer o perigo que representam as facas e quais técnicas que teremos que enfrentar asseguram uma melhor capacidade defensiva, tanto física quanto psicologicamente.

Desprovido de garras e dentes para enfrentar os outros animais, esse foi um dos primeiros instrumentos utilizados para defesa. O caminho se inicia, podendo ser longo e difícil, mas é gratificante e surpreendente. No combate com facas, temos todos os aspectos envolvidos na luta constante do homem pela sobrevivência. A arma de fogo não compete com a faca, é apenas uma solução mais rápida e simples do que estudar a “grande arte”.

Ricardo Nakayama, Pedro Cavalcanti, J.R.R.Abrahão

INTRODUÇÃO

Facas: esse nome traz à mente tantas idéias conflitantes que se torna necessário buscar na noite dos tempos a origem dessa ferramenta tão importante quanto útil e controvertida.

Quando o primeiro homem descobriu o que uma pedra afiada poderia fazer por ele (e com ele), estava descoberta a primeira faca.

Talvez essa primeira faca tenha sido usada para cortar a carne de animais abatidos, talvez tenha ferido seu próprio usuário – pouco importa.

Desse dia em diante, a faca passou a ser parceira inseparável do homem em sua aventura por este planeta.

Neste trabalho, devotamo-nos a explorar a quintessência dessa primitiva e insubstituível ferramenta: seu uso em combate, na proteção pessoal e nos confrontos que o ser humano tem com seus semelhantes.

Embora a imensa maioria dos homens brasileiros tenha, em determinada fase de sua vida, treinado alguma forma de luta, pouco aprenderam sobre essa simples, porém formidável forma de combate: a luta com facas.

Mesmo os mais avançados praticantes das artes marciais tem tido pouco acesso à realidade do combate com armas brancas, posto ser essa uma forma de luta tão perigosa que sua prática fica restrita a uns poucos movimentos coreografados, muito distantes da realidade encontrada no mundo violento que nos cerca.

Em um combate real com facas, o adversário é imprevisível, violento, seu único propósito é no melhor dos casos, agredi-lo, porém, devemos esperar que seu objetivo seja tirar a sua vida. O adversário, nunca irá facilitar a sua defesa, tão pouco aqueles movimentos treinados nas academias serão fáceis de serem repetidos na rua. Devemos pensar em uma técnica de defesa pessoal que possa ser utilizada por qualquer pessoa, independente de suas limitações físicas, preparando o indivíduo para se moldar ao adversário estudando a situação, empregando as técnicas e táticas corretas para o momento. Ao mesmo tempo qualquer método eficiente deve constantemente ser colocado em prática para achar soluções para novas situações de violência que afligem o dia-a-dia do homem contemporâneo.

Outro ponto é o apego ao tradicionalismo que estrangula o desenvolvimento de muitos métodos. Executar exercícios formais, cujo objetivo é preservar a essência do estilo, não capacita a pessoa a se defender de um marginal na rua. O dinamismo e versatilidade do seu método podem ser a diferença que pode salvar a sua vida!

A faca tem um aspecto marginal, sendo usada por bandidos, psicopatas e até por terroristas, isso se deve principalmente por:

Ser fácil de ser escondida;

Ser silenciosa;

Não apresentar falhas de funcionamento mecânico como as armas de fogo;

Exigir pouco treinamento;

Ser fácil de ser encontrada e portada;

Ter baixo custo;

Ser de fácil manufatura (os agentes penitenciários encontram centenas delas nas revistas nos detentos).

Se o marginal tem uma vantagem, o cidadão comum deve equilibrar a situação. Na atualidade o porte da arma de fogo está sofrendo terríveis sanções, pessoas que lutam pelo “politicamente correto” e pelos direitos humanos do bandido fazem uma campanha pelo desarmamento da população, porém, se em um futuro próximo não for possível portar uma arma de fogo, muitos acabarão se voltando para outros meios

de defesa, inclusive com facas. Em situação de curta distância, a faca é sem dúvida alguma sua melhor arma de defesa pessoal.

Existem pessoas apaixonadas pela cutelaria, porém, na maioria das vezes, possuem a ferramenta sem ter noções de como utilizá-la. Esse é o maior erro que podem cometer, não confie na arma em si, apenas o treinamento trará sua eficiência.

A faca como instrumento de defesa é o nosso foco principal nesse livro e deve ser estudado por várias razões, como:

- a) Por sua simplicidade, rápido aprendizado e memorização;
- b) Conhecer os riscos que a arma apresenta, podendo executar uma melhor defesa;
- c) Maior poder de intimidação, podemos usar a faca para estabelecer nossa superioridade emocional sobre o adversário, o que na maioria das vezes, não conseguiríamos apenas com nossos atributos físicos;
- d) Equilíbrio de forças – com uma arma podemos enfrentar um oponente mais forte, ou vários oponentes simultaneamente;
- e) Para completar os conhecimentos de defesa pessoal;
- f) Como arma de reserva (backup).

A faca não é necessariamente um instrumento da violência, mas pode ser uma ferramenta para conter a violência.

Este livro começou a ser esboçado em 1988, quando realizamos uma série de cursos patrocinados pela revista “Magnum”.

Intitulado “Facas de Combate”, o curso visava fornecer informações suficientes ao interessado sobre a escolha da ferramenta ideal para situações de combate.

O curso tornou-se um rápido sucesso, mas mostrou uma séria lacuna que dificultaria a expansão de seus ensinamentos em algo mais profundo e duradouro: a total ausência de material didático, em português, sobre as técnicas de combate com facas.

O encontro dos autores permitiu um grande avanço nas possibilidades de criar um livro contendo todas as informações importantes necessárias a escrever um livro que reunisse a imensa prática de um, a extensa teoria de outro e a capacidade artística para fundir e retratar essa fusão, de molde a criar um trabalho autônomo, que permitisse a alguém aprender essa disciplina sem ter de recorrer a um mestre pessoal.

Embarque conosco nesta aventura do conhecimento, uma experiência tão fascinante hoje quanto nos tempos em que as espadas reinavam soberanas nos campos de batalha!

O COMBATE COM FACAS NA ATUALIDADE

Por muito tempo, a faca foi considerada uma ferramenta marginal, a arma da traição, sempre relegada a um segundo plano como instrumento de defesa e combate.

Foi Michael D. Echanis, militar e artista marcial norte-americano, o responsável pelo renascer da disciplina do combate com facas.

Echanis convenceu seus superiores a introduzir o combate com facas como disciplina para os integrantes das Forças Especiais do Exército dos Estados Unidos.

Deixou uma trilogia de obras sobre combate pessoal, hoje rara, mas tendo influenciado toda uma geração sobre a importância do combate com facas para a defesa pessoal do militar.

Seguindo seus passos, muitos outros autores publicaram obras que variam do básico ao extremamente complexo, sempre versando sobre o mesmo tema: combate com facas.

Hoje, o combate com facas é estudado em praticamente todas as forças armadas do mundo, com muita variação na qualidade desses cursos.

USOS DA FACA

A faca é um instrumento usado pelo homem desde a pré-história. Podemos encontrar objetos feitos de ossos, pedras ou madeiras que serviam para furar ou cortar.

A faca é utilizada principalmente para:

Uso Urbano – usamos a faca como utensílio nas cozinhas para cortar ou picar os alimentos em sua elaboração, podemos encontrar estiletes para cortar papéis ou abrir cartas nos escritórios, nas mesas servem para facilitar o consumo de alimentos e pode ser um instrumento de defesa pessoal contra a violência.

Uso no Campo – para sobrevivência, em um acidente aéreo ou naval, a pessoa pode estar sozinha, sem condições de comunicação ou de sair da área que se encontra. Uma faca pode ser usada para cortar madeiras e cipós a fim de construir um abrigo, amarrada a um pedaço de madeira, pode servir como lança para defesa contra animais ou pescaria. Um canivete suíço pode ter dezenas de pequenas ferramentas – abridor de latas, chave de parafusos, alicate, tesoura, serra, cinzel, palito, saca-rolhas, lixa de unhas, cortador de unhas, pinça, lamina grande, lâmina dentada, porta-chaves, régua, lupa, gancho de limpar peixe, etc.

Uso Militar – existem facas nesse meio utilizadas para sobrevivência, bem como modelos visando exclusivamente situações de combate:

Baionetas – essa faca pode ter o corte de um ou dos dois lados, são utilizadas para transpassar ou apunhalar o corpo do inimigo, existe normalmente um orifício para ser acoplado no cano do fuzil.

Punhais táticos – usados por unidades especiais para eliminação de sentinelas em missões de infiltração.

Faca de combate – para ser usada em combates de curta distância. Facas de arremesso – para eliminação de alvos à distância.

A FACA E AS MULHERES

Quando comparamos o biótipo entre os dois sexos podemos constatar que o homem tem maior massa muscular que as mulheres e, portanto uma força física superior; graças a isso, muitos criminosos conseguem subjugar suas presas sem a necessidade de armas. Podemos citar recentemente o **caso do maníaco do parque** (o Motoboy Francisco de Assis Pereira que em 1998, confessou ter matado 10 mulheres – convencia as moças a acompanhá-lo ao Parque do Estado, oferecendo emprego como modelo ou manequim fotográfico de uma empresa de cosméticos, espancava, mordia, violentava sexualmente e matava por asfixia), que não se utilizava facas ou armas de fogo para consumir sua violência. Um dos princípios básicos de criminosos é escolher sempre o mais fácil – normalmente representado pela fragilidade e desatenção da vítima. As mulheres desacompanhadas são vítimas preferenciais por sua fragilidade.

Digamos agora que uma mulher tente se defender dando socos ou chutes no oponente, este se defenderá com relativa facilidade e pior, o agressor passará a atacar com maior força, não é difícil encontrar casos com mulheres que foram desfiguradas ou tiveram ossos quebrados.

Imagine agora, essa mulher tirando uma faca, o marginal ao ver aquele instrumento que ele utilizou a vida inteira para cortar seus alimentos, agora servindo para cortar a sua carne. O olhar da vítima se transforma, seu instinto de sobrevivência fala mais alto, existe uma única opção, se sujeitar à violência física e moral, ou fazer o que for necessário para escapar viva. Em um movimento rápido o agressor avança, sem hesitação a mulher desfere um rápido movimento de corte em direção ao pescoço, seguido por outro em

direção aos olhos do marginal. A suposta vítima sai viva do confronto, volta para sua família preservando sua integridade e dignidade.

Na sociedade moderna, a ação criminosa nunca esteve tão violenta; estupros, seqüestros, atentados, brigas e inúmeras outras ocorrências são notícias constantes nos jornais. Vivemos uma banalização da violência. As leis que servem para proteger a sociedade, não inibem totalmente a ação criminosa. O cidadão que cumpre com suas obrigações é agredido, moral, mental e fisicamente, além de ser espoliado de seus bens.

A violência existe, não podemos negar o fato. Nos confrontos reais, a mulher nesse momento acaba se submetendo ao agressor com medo de ser morta, porém, não reagir não garante sua vida, como demonstrado no exemplo do maníaco do parque. No confronto hipotético, o mais importante não é a ferramenta, mais o preparo técnico - através de um sistemático treinamento físico, técnico e psicológico (com a atitude correta, cuja preocupação fundamental é pensar em sobreviver à situação).

Nesse contexto, devemos desenvolver métodos preventivos que antecipem e evitem uma agressão e métodos de reação que sejam baseados na simplicidade dos movimentos, com respostas rápidas, instintivas e efetivas.

A faca a curta distância é a melhor forma de defesa pessoal. Com pouquíssimo tempo (em média seis meses), podemos derrotar a maioria dos adversários, mesmo os maiores e mais fortes.

FILOSOFIA DA DEFESA COM FACAS

A filosofia aqui apresentada é a síntese pessoal de um método de defesa com facas, resultado de 30 anos de treinamento nas mais diversas artes marciais, em experiências reais de combate, no estudo, pesquisa e troca de informações com vários estudiosos no assunto. Uma outra fonte importante é 18 anos de ensino em renomadas instituições ligadas a segurança e unidades militares de elite as quais constantemente fornecem um vasto material para aprimoramento técnico, a partir do retorno do uso do método aqui apresentado em situações operacionais táticas e diversos eventos que fazem parte do dia-a-dia de um profissional de segurança.

As artes marciais orientais trabalham a disciplina, a repetição dos movimentos condicionados (memória muscular) com o objetivo de diminuir o tempo entre pensar e agir. O foco na mente do lutador não é a racionalização, mas a abstração. Um dos requisitos básicos de muitos mestres admitirem seus discípulos é a total confiança em seus métodos, sendo que a primeira dificuldade a vencer é não duvidar de sua metodologia.

As técnicas ocidentais dão ênfase no questionamento, para realmente provar a eficiência de suas técnicas. Utiliza-se de campeonatos entre diferentes sistemas ou estilos para saber qual é o melhor método de treinamento. Nota-se, porém, que esses campeonatos estão sempre limitados por regras.

Poucas artes marciais ou lutas contemporâneas levam em consideração a realidade do combate real, essas artes não costumam em treinamento se utilizar técnicas “suja”, tão comuns entre lutadores de rua. Podemos levar mordidas, guspe na cara, golpes no olho ou em regiões genitais que na regra da maior parte desses sistemas são proibidos. A faca nas mãos de um lutador com poucos meses de treinamento equipara-o a um especialista com muitos anos de treinamento.

Uma das melhores e mais completa metodologia de combate de facas são originárias das Filipinas, um arquipélago formado por mais de 7.000 ilhas no Oceano Pacífico. O uso das armas, principalmente as facas, espadas e bastões são largamente disseminados sendo uma das primeiras coisas a serem ensinadas aos habitantes. Diferente dos métodos tradicionais que primeiro treinam as técnicas corporais para somente em níveis mais avançados se começar a estudar o uso de armas. Técnicas nativas, combinadas a técnicas da esgrima trazida pelos conquistadores espanhóis formaram uma das mais ricas formas de combate com armas da humanidade, além de ser a legítima representação da bravura e coragem de um povo sintetizadas na forma de um sistema único que combina aspectos físicos, religiosos, culturais e sociais. Muitos dos maiores mestres no combate de facas pelo menos estudaram um pouco do sistema filipino a fim de enriquecer seus conhecimentos e melhorar suas técnicas.

A defesa com facas exige o melhor dos dois hemisférios, onde o lutador prepara seu corpo a reagir de maneira intuitiva ao mesmo tempo em que elabora um intrincado jogo de estratégia para dominar o adversário, às vezes, sacrificando alguns peões para tomar a rainha do adversário.

Outra fonte de estudo e aprimoramento da defesa com facas é o meio militar que também procura padronizar, registrar e treinar seus métodos para serem usados no campo de batalha. O estudo das táticas e estratégias, o aprimoramento físico e preparação mental para o combate também enriquecem muito para melhor compreender os fundamentos do combate de faca, arma imprescindível para o soldado, garantindo sua vida em situações de sobrevivência ou de combate.

A mente aberta a mudanças e novos conceitos deve ser uma premissa para qualquer praticante do combate de facas. A busca do estudo, do treinamento e até da comprovação do método de combate é outro ponto a ser abordado. O estudo é a única forma de garantir contínua reciclagem dos conhecimentos e das habilidades técnicas e humanas do combatente. O treinamento constante molda o corpo e prepara a mente, finalmente a comprovação da técnica em situações simuladas de luta, preservando a integridade física dos praticantes, evidencia possíveis falhas no método de combate.

Alguns métodos trabalham a técnica do aluno, outros desenvolvem táticas e até mesmo estratégias para o combate, porém, é muito mais importante trabalhar o ser humano. Deve haver uma mudança interna no combatente, desenvolvendo o espírito inabalável ante a morte, destino final de todo ser humano, porém, poucos realmente estão preparados para aceitar esse fato.

CONCEITOS

Trabalhar a mente – o combatente deve treinar, controlar e até manipular sua mente e do adversário para ter domínio do corpo, de suas emoções e de sua habilidade técnica. As principais dificuldades são vencidas – o medo, hesitação e a surpresa. Os movimentos são simples e fluidos, o adversário é um mero coadjuvante onde se enxerga o vazio em sua guarda, atacando rápida e mortalmente, além de seus movimentos serem interceptados com facilidade.

Mantenha o foco da luta – Todo combate é violento, sangrento, muitas vezes se utiliza técnicas sujas para vencê-lo. O foco é cortar ou ser cortado, pense realmente se terá coragem de utilizar a faca, ela não é feita para intimidar.

Onipresença – Existem muitas restrições quanto ao uso da arma de fogo – falhas ou incidentes de tiro, disponibilidade em todos os locais que freqüentamos, limitações legais ao porte, etc. Nos dias atuais, muitos optam pela faca até como instrumento de defesa pessoal pela facilidade de ser encontrada ou adaptar suas técnicas a vários tipos de objetos.

Todas as armas são iguais - são apenas ferramentas e um lutador que sabe como utilizar uma faca de maneira eficiente pode adaptar a técnica para outros objetos que estão a mão.

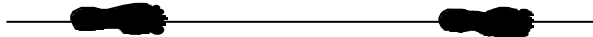
Com objetos simples como uma chave, guarda-chuvas, cartões de crédito, garrafas, copos, chaves de fenda ou uma caneta é possível efetuar os doze ângulos de ataque.

Conheça anatomia - A faca permite escolher fugir, negociar, ferir ou acabar definitivamente com o adversário. A arma de fogo muitas vezes não oferece esses recursos. Somente com conhecimentos de anatomia podemos ser seletivos em nossos ataques e em suas conseqüências.

Equilíbrio - O equilíbrio em uma luta é fundamental para o lutador conseguir atacar e se defender de maneira eficiente, principalmente pelo fato de um erro ser fatal em um combate. Uma base deve ser confortável para o lutador ao mesmo tempo em que mantenha a mobilidade.



Essa base é desequilibrada, peça para alguém empurrá-lo.



Já tentou andar na corda bamba?



Pés afastados na largura do ombro, joelhos flexionados aumentam a estabilidade.

O Triângulo – o combate de forma linear permite uma continuidade de ataques do oponente, a triangulação se divide em 2 triângulos – Macho ou defensivo para ações evasivas e Fêmea ou ofensivo para ações de ataque e contra-ataque. Nessas condições conseguimos surpreender o adversário com um contra ataque em suas costas ou quebrar com mais facilidade sua seqüência de ataque. O Posicionamento é o local do lutador (ou do defensor) em relação a seu oponente, para se ter vantagem na luta, um princípio vital é sair da linha de ataque do adversário.

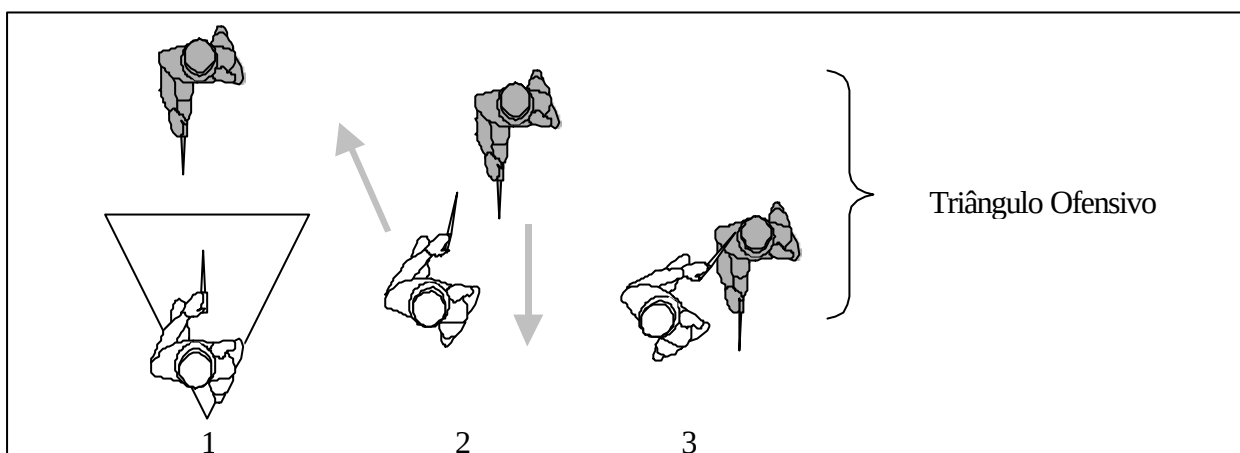


Fig.01 - O adversário avança, o defensor avança em diagonal e contra-ataca no meio de sua guarda.

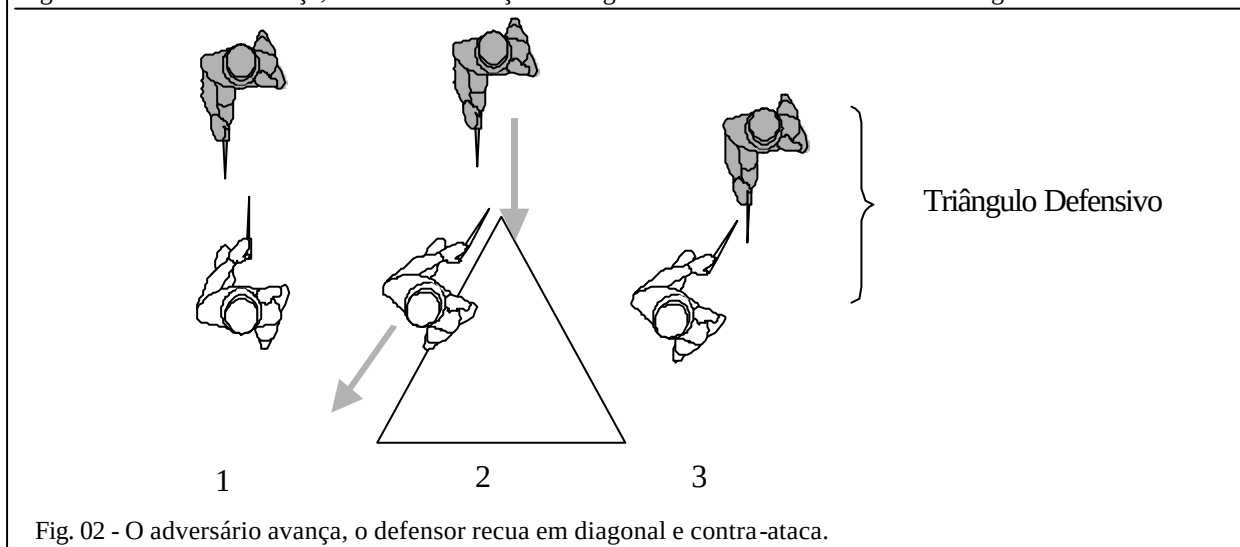


Fig. 02 - O adversário avança, o defensor recua em diagonal e contra-ataca.

Lado Morto/Vivo – Nos movimentos em triangulação é interessante escolher o lado morto do oponente, ou seja, o lado das costas para dificultar um possível contra-ataque. O lado vivo é representado pelo lado interno do corpo do oponente onde a “mão viva” permite ações efetivas e contínuas que possibilitam defesas e ataques do adversário.

A Mão Viva - A mão viva é a mão que não contém a faca. Nos combates para golpear, empurrar, imobilizar a arma do oponente, bloquear ou desviar seus ataques de maneira fluída e contínua.

Inércia - é a tendência de um corpo em movimento continuar na direção do movimento a menos que algo o impeça, como por exemplo, um bloqueio com o braço para impedir a faca de alcançar o corpo do adversário. Quanto maior a massa do corpo ou velocidade do movimento, maior a inércia. Um lutador pode usar esse efeito para aplicar em sua vantagem.

O lutador pode usar a inércia do oponente contra ele mesmo, deixando-o vulnerável:

1. Desequilibrando o Oponente
2. Desviando a força de ataque do Oponente
3. Somando as forças do Oponente e do defensor.

A B Duas forças iguais em sentidos opostos se anulam.



$$F=A-B$$

A B Duas forças iguais no mesmo sentido se somam.



$$F=A+B$$

O lutador nunca deveria opor-se ao adversário em um confronto direto de forças.

Distâncias – o cálculo correto da distância do oponente evita desperdiçar golpes no ar expondo a guarda para contra-ataques e permite elaborar uma melhor estratégia no combate. Existem basicamente três áreas de combate.

- a) Área de Risco – onde o adversário e o combatente não podem desferir ataques, porém, pela proximidade permite encurtar a distância em pouquíssimo tempo. A área varia de acordo com o número de atacantes.
- b) Área de Combate Primário – onde é possível desferir ataques, porém evita-se a luta corpo-a-corpo;
- c) Área de Combate Corpo-a-Corpo – onde se utiliza agarrões, projeções, imobilizações, cotoveladas, etc. em lutas de faca contra faca, essa distância deve ser evitada (maior possibilidade de cortes).

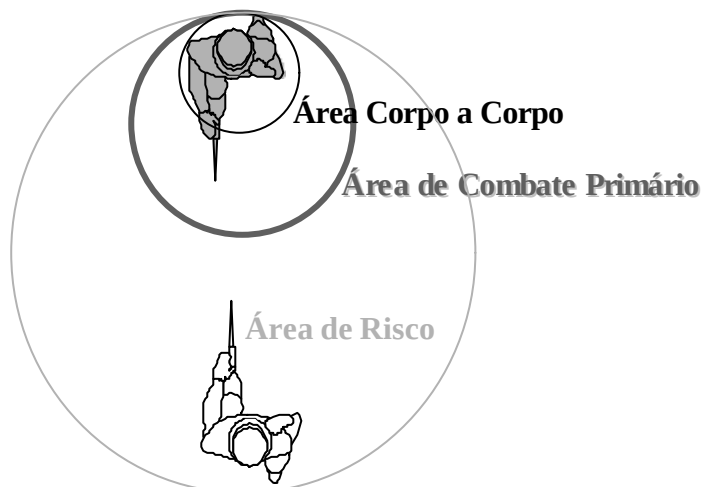


Fig.03 - Quando dois combatentes se encontram existem apenas três áreas a serem consideradas. É importante manter o adversário sempre a sua frente, se o adversário tentar triangular, compense acompanhando-o em movimento giratório.

Posicionamento: - a noção das distâncias permite um posicionamento mais adequado, podemos alterar uma situação difícil de ser defendida para uma situação mais confortável.

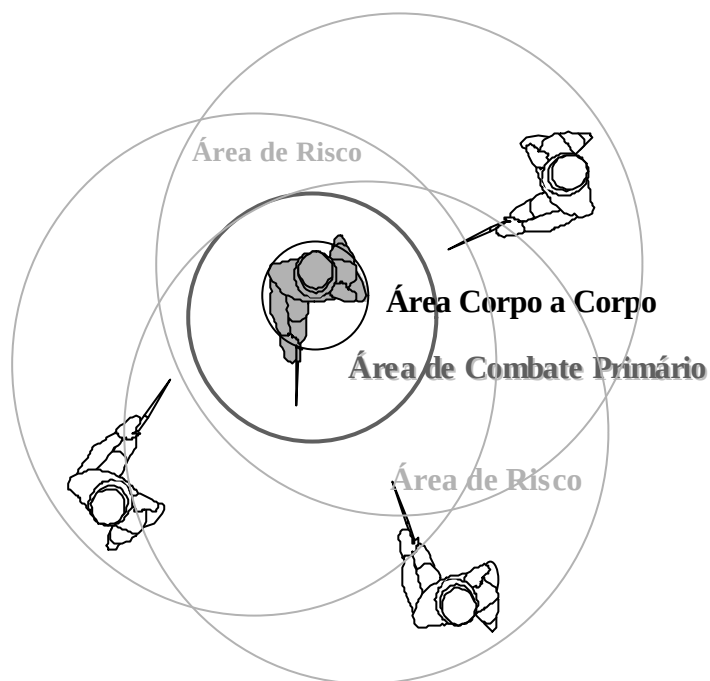


Fig.04 - Contra vários oponentes, amplia-se à área de risco de modo considerável, ficando exposto a várias frentes de combate.

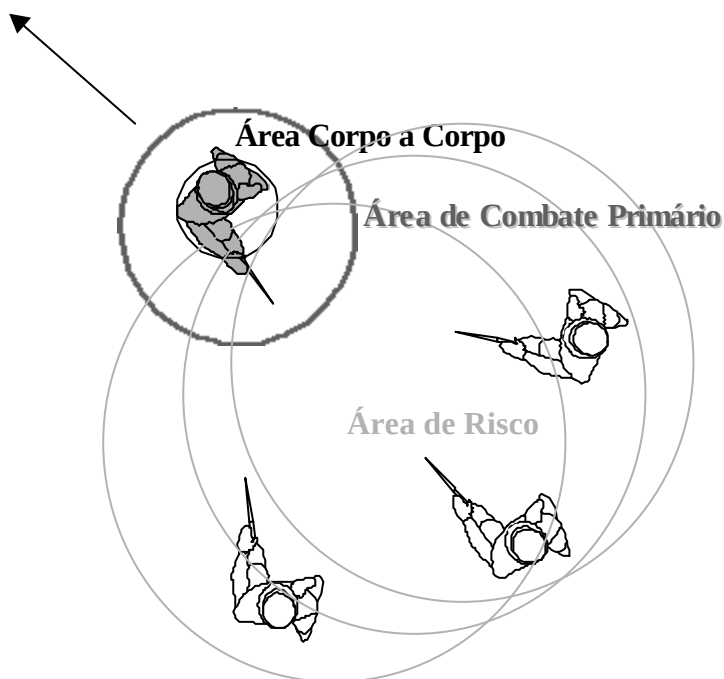


Fig.05 - O posicionamento inteligente permite diminuir consideravelmente a área de risco e a possibilidade de ser cortado.

Explosão – esse é o conceito primário para um combate de faca. Explosão é a capacidade de executarmos um ataque de maneira surpreendente, sem telegrafar o movimento, usando o máximo de velocidade de ataque. Muitos combatentes permanecem em bases que podem ser exploradas por um lutador que tem explosão.

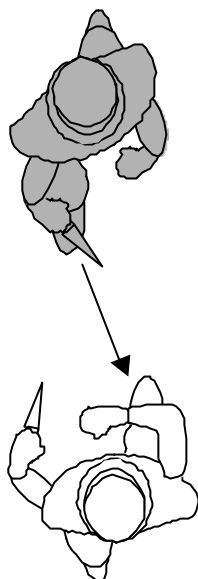


Fig.06 – O lutador que tem sua mão à frente ou na mesma linha da faca pode ter seu braço cortado por um combatente que tem explosão no ataque. Cortado, este ficará abalado psicologicamente podendo lançar um ataque desesperado ou ficar paralisado pelo terror da situação.

Tempo Certo (“Timing”). - Esse conceito significa atacar no momento certo, defender no momento certo. Um lutador experiente antecipa os possíveis ataques do oponente, conseguindo neutralizá-los se souber aproveitar o momento adequado, ao mesmo tempo pode observar se o adversário está expondo suas fraquezas e nesse momento aplicar um ataque que o imobilizará.

De uma parte para pegar o todo – um conceito importante em um combate de faca é estar preparado para ser cortado, não se abalando se o fato acontecer. Existem situações que podemos cortar um braço para cortar a garganta o adversário.

Conheça a Ferramenta, saiba suas características, técnicas e estude o adversário – Conhecer a faca permite distinguir o grau de risco que ela oferece – uma adaga cortará dos dois lados da lâmina, um punhal será usado para estocar. O estudo das técnicas permite conhecer os possíveis ângulos de ataque, a movimentação que poderá ser usada e quais as possíveis vantagens ou desvantagens no combate. Estudar o adversário compreende ver as motivações que levaram ao combate, a disposição para usar a ferramenta e o nível de conhecimento do mesmo no uso da faca.

Nunca subestime seu adversário – um dos erros mais comuns é subestimar o adversário, um combatente experiente pode após muitos combates entrar impulsivamente, achando que sua técnica “infinitamente superior” fará dele um lutador invencível que nunca será cortado, o engano é fatal, podemos acreditar na sorte, ou confiar em nosso treinamento. A mente preparada evita a surpresa.

Tenha mais de uma faca – é importante portar mais de uma faca, podemos perder a faca no combate, tornando-nos vulneráveis, outra faca mantém a capacidade de ataque e defesa e garante melhores condições para manter equilibrado o combate.

Áreas de Ataque – O corpo pode ser dividido cinco áreas principais de ataque:

I – Quadrante: lateral superior direita – artérias, radial, braquial, subclávia, jugular, carótida, costelas flutuantes.

Obs.: Com a faca à frente, se torna o ponto mais próximo de ser atingido.

II – Quadrante: lateral superior esquerda – artérias, radial, braquial, subclávia, jugular, carótida, costelas flutuantes.

III – Quadrante: Femoral, tendões e ligamentos.

IV – Quadrante: Femoral, tendões e ligamentos.

Obs.: Ponto mais difícil de ser atingido em combate.

V – Linha Central do Corpo – Olhos, nariz, traquéia, plexo solar, abdômen, testículos.

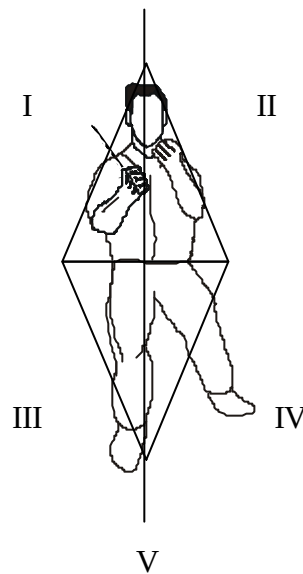


Fig.07

A Faca iguala o fraco ao forte – Com a faca uma pessoa fraca, uma mulher, por exemplo, pode se nivelar a um atacante muito maior, ou mais forte. A faca deixa de ser uma arma marginal, utilizada por criminosos e se torna uma ferramenta de defesa pessoal para a pessoa sobreviver a uma situação de risco.

A Faca complementa as artes marciais tradicionais – em princípio as armas em geral – bastões, espadas, a própria faca – complementa os recursos que podem ser usados em um combate.

Simetria – é a capacidade de utilizar a faca com as duas mãos, esse conceito é importante se pensarmos que o braço forte pode ser incapacitado, sendo necessário usar a mão fraca para continuar o combate.

Precisão – significa o cálculo correto do ataque, considerando o ângulo e a distância do alvo. Não desperdiçamos os golpes no ar, evitando expor partes do corpo para o contra-ataque do adversário, alcançando o objetivo escolhido para acabar rapidamente com o combate.

PREPARAÇÃO PSÍQUICA PARA A DEFESA COM FACAS

Preparando-se para o Combate Real

Imagine-se frente a frente com um indivíduo armado com uma faca disposto, não a intimidá-lo, mas a matá-lo. Imagine o brilho da lâmina percorrendo rapidamente o espaço que o separa deste oponente. Muitos de nós apresentamos uma reação natural de certo cuidado quando estamos lidando com objetos cortantes. De maneira geral, em nossas ocupações diárias, um corte que provoque sangramento é um acontecimento normalmente acidental e raro. Quando acontece, normalmente desviamos nossa atenção e nossos cuidados ao ferimento. No combate com facas os ferimentos são reais, muitas vezes sérios e podem demandar grandes cuidados médicos posteriores. Além disto, mesmo pequenos ferimentos podem levar a incapacitação para o combate. É fato que um simples corte na mão pode afetar nossa concentração, nossa confiança e nosso espírito de luta, além de incapacitar certos movimentos. Muitas pessoas chegam a apresentar hipotensão ao verem sangue. Algumas chegam até a desmaiar ou vomitar.

Neste contexto o controle da dor é essencial, assim como a frieza para lidar com sangue e ferimentos, tanto próprios como do adversário (pois ao contrário do que ocorre nos filmes, um oponente ferido não desfalece pacificamente ao receber um golpe certo de faca). É preciso estar preparado psicologicamente, pois as cenas e os sons em um contexto de luta real diferem muito daqueles presenciados nos treinos. Além disto, quantos de nós estão de fato preparados para receber um corte (praticamente inevitável num combate entre duas pessoas treinadas)? Pense: será que sua técnica se manteria se você estivesse com dor ou sangramento?

Nos treinos, quando recebemos um golpe fatal ou quando estamos acuados ou se nos ferimos, damos uma pausa e depois continuamos. Este é um hábito que pode criar condicionamentos desfavoráveis, fatais num combate real (no qual, mesmo com grande desvantagem ou feridos, não podemos simplesmente “jogar a toalha”). O comedimento e o respeito frente ao nosso colega de treinamento também podem limitar nosso condicionamento, pois molda nossa atitude. Numa luta real podemos desviar a atenção do adversário com atitudes, gestos ou palavras por tempo necessário para que se desfira um golpe fatal. Deve-se lembrar que para sobreviver não há regras. O domínio do emocional do oponente pode estar em nossas palavras, assim como sua forma de lutar (com mais ou menos precaução). Intimidá-lo, induzi-lo a erros, enganá-lo pode ser uma forma de vencê-lo.

Treinar em contextos próximos dos reais é o ideal, obviamente tomando-se as devidas precauções para que acidentes mais graves não ocorram.

O Adversário Temido

Algo que se pode ver em filmes e que na vida real pode ser bastante amedrontador é o adversário mostrando, através de automutilação, que está pronto para morrer no combate, sendo a dor algo secundário. Lembre-se, não subestime um indivíduo que está acuado, desesperado ou não tem nada a perder. Mesmo um indivíduo drogado, em fuga, ou defendendo algo que lhe é muito importante pode realizar verdadeiras façanhas e nos surpreender mesmo gravemente ferido. Antes de sair atacando estude a atitude, a segurança e a habilidade de seu adversário. Se você perceber que suas chances de vencê-lo são mínimas, fuja. Lembre-se dos ditos de Sun Tsu:

“Se você não conhece a si mesmo e nem a seu inimigo, perderá todas as batalhas. Se você conhece a si mesmo, mas não conhece seu inimigo perderá metade de suas batalhas. Se você conhece o inimigo e a si mesmo não precisa temer o resultado de cem batalhas”.

Lidando com Seus Sentimentos

Da mesma forma que você pode induzir seu adversário a respostas emocionais através de provocações, atitudes ou gestos, ele também pode fazê-lo com você. Controle emocional é essencial para quem está lidando com a vida de pelo menos duas pessoas. Deve-se saber quando é prudente atacar e quando é sábio fugir. Além disto, o orgulho e o afã da luta não podem cegá-lo a ponto de induzir que você pratique um excesso do qual se arrependa amargamente depois. A luta de faca não é para vingança, é para defesa de sua própria vida.

Agindo com Discrição

Os ataques mais fulminantes são aqueles que pegam o adversário de surpresa. Mostrar para todos como você é preparado pode simplesmente revelar quais são suas armas e seus pontos fracos. Além disto, se você estiver acertando alguém num combate real, as pessoas ao seu redor tenderão a vê-lo como vítima, independente do que ele tiver feito. Neste contexto você pode acabar sendo atacado por pessoas que não tem nada a ver com o conflito.

TIPOS DE SITUAÇÃO DE COMBATE:

Faca versus Faca

É uma situação rara nos dias atuais, os duelos com facas ao contrário do duelo com espada nunca fizeram parte da cultura ocidental, porém, com a restrição do uso da arma de fogo não será difícil em um futuro próximo esse quadro mudar. O combate terminará em poucos segundos se houver grande diferença na habilidade dos combatentes ou ambos poderão morrer se houver equilíbrio. Para entrar em combate nessa situação o lutador deve estar preparado para a morte. Podemos confiar na sorte, ou podemos confiar na técnica – um lutador preparado confia apenas na técnica, a sorte acaba um dia.

Nessa situação podemos também prever a possibilidade de enfrentarmos mais de um lutador armado com faca, nesse caso, adversários experientes tentarão atacar simultaneamente em várias frentes, aumentando o risco de ser cortado. Podemos com a técnica correta, diminuir o risco, fazendo o combate se tornar linear com um posicionamento inteligente, conforme demonstrado nos capítulo de conceitos, item posicionamento.

Faca Versus Lutador Desarmado

Não é raro no mundo inteiro ouvir esse tipo de agressão, a faca é extremamente fácil de ser encontrada. Ataques traiçoeiros, por motivos fúteis são muito comuns. O problema não é a faca, mas quem a utiliza. Nessa situação a vantagem é de quem porta a faca por ter o elemento surpresa e maior poder de ataque. Existe uma exceção, se o lutador for fisicamente muito inferior ao adversário a arma equilibra o combate.

Faca Versus Vários Lutadores Desarmados

Usar a faca contra alguém desarmado como dito anteriormente é visto como uma atitude covarde, porém, se tiver que lidar com vários oponentes, a arma também serve para equilibrar o combate. Existe um ditado que diz: “É melhor ter cinco leões do que quinhentas ovelhas”, nada é mais verdadeiro, mostrar os dentes para as ovelhas aterroriza seus corações.

Faca Versus Arma de Fogo

Nessa situação a vantagem depende da distância entre os lutadores. A curta distância a vantagem é da pessoa com a faca, a longa distância a vantagem é da arma de fogo. Uma das melhores maneiras de se defender contra alguém armado com uma faca é usar uma arma de fogo. O ideal é que a distância seja superior a 6 metros de distância.

Faca Versus Bastão

Um bastão quando usado com habilidade é uma arma superior a faca devido à margem de segurança (distância para ataques que separa os lutadores) superior a da faca, porém, deve-se ressaltar que isso está relacionado às habilidades dos lutadores em suas respectivas armas.

Lutador Desarmado Versus Faca

Tudo dependerá das habilidades de quem porta a faca em oposição à habilidade, dos recursos e da capacidade de fuga do lutador desarmado. Esse tipo de situação é a pior possível, devemos ter consciência de nossa inferioridade nessa situação, correr deixa de ser uma atitude covarde e sim uma necessidade para sobreviver.



Foto 1 - Alunos treinando a defesa de facas



Foto 2 - Alunos treinando a defesa de facas

TIPOS DE FERIMENTOS COM ARMAS BRANCAS

Os ferimentos básicos podem ser cortantes, perfurantes, contusos ou esfoliativos.

- 1) **Ferimentos cortantes:** o ferimento cortante causa dor (e distração), sangramento (e quebra do espírito de luta do adversário) e, muitas vezes, restrição de movimentos. Nos braços e pernas, cortes transversais que atinjam a musculatura ou os tendões do adversário podem impedir a movimentação do mesmo dando fim ao combate. Em regiões de ligação entre os seguimentos corpóreos (virilhas, axilas, pescoço) grandes vasos estão superficializados. As regiões onde se palpa pulsos, por exemplo, apresentam artérias, em cujo trajeto, o sangue trafega sob pressão. Deve-se lembrar, no entanto, que em alguns destes trajetos vasculares os vasos estão protegidos sob tendões, músculos e até ossos. O que fazemos nos treinamentos, muitas vezes não corresponde ao que podemos fazer na prática com um único golpe.
- 2) **Ferimentos perfurantes:** não é tão fácil causar ferimentos perfurantes em regiões vitais quanto se imagina. Uma costela ou mesmo a roupa de um oponente pode ser obstáculo intransponível para uma faca. Experimente perfurar um pedaço de isopor várias vezes e verifique se sua faca realmente é capaz de perfurá-lo. Além disto, ferimentos em locais aparentemente letais podem ser mais inofensivos do que um corte na axila de um oponente. As regiões do pescoço e do tórax são as mais fatais, embora obviamente uma lesão em fígado, rins ou grandes vasos também possam sê-lo. Excetuando-se regiões de órgão vitais, muitas vezes uma estocada pode ser inofensiva, ficando inclusive colabada (fechamento do espaço virtual criado pelo ataque da faca, onde os próprios tecidos se sobrepõem, evitando a hemorragia no local atingido). Para compreender o conceito, basta perfurar um colchão.
- 3) **Ferimentos contusos:** podem vir a ser letais se dados com um objeto pesado em regiões como cabeça, pescoço, tórax. Não podemos, assim, subestimar-los.
- 4) **Ferimentos esfoliativos:** causam dor importante e não são geralmente de risco imediato.

Como lidar com alguns ferimentos causados por armas brancas que requerem cuidados médicos de urgência

Amputação: colocar a parte amputada em um saco plástico imerso em água gelada. Proteger o coto de amputação.

Ferimento perfurante em tronco: falta de ar pode evidenciar perfuração de um dos pulmões. Dor abdominal difusa pode evidenciar presença de sangue ou fezes na cavidade abdominal. Levar imediatamente ao pronto-socorro.

Ferimento superficial: é importante lavar o local com água corrente, não passar produtos como cremes, anti-sépticos, álcool, etc. e encaminhar o ferido a um pronto socorro para a devida sutura, com posterior prescrição de soro antitetânico e antibiótico. Caso haja sangramento contínuo, não lave e comprima o ferimento até que se consiga atendimento médico.

Ferimento em tendões, músculos, nervos ou vasos: imobilize o membro, protegendo as áreas feridas e comprimindo locais de sangramento. A resolução é normalmente cirúrgica e precisa ser feita em ambiente hospitalar.

Ferimento com áreas de descolamento: proteger a área descolada mantendo-a em sua posição original se possível. Se houver sujeira ou outros elementos na lesão, mantenha-a aberta.

Fratura exposta: imobilizar e proteger o membro na posição em que ele estiver e levar

Batida na cabeça com perda de consciência: o paciente precisa de avaliação neurocirúrgica mesmo que recobre a consciência.

Dor em pescoço ou coluna importantes após lesão traumática: o indivíduo deve se manter imóvel para que não ocorra possível lesão medular. Deve ser removido por equipe treinada em cuidados pré-hospitalares de pacientes acidentados.

Hemorragias: o sangramento de uma artéria pode levar a choque hipovolêmico (diminuição da quantidade de sangue) em poucos minutos. Desta forma, é essencial se comprimir o local do sangramento rapidamente. O sangue arterial é vermelho vivo e sai do ferimento sob pressão. O sangue venoso é mais escuro e extravasa progressivamente. Uma veia totalmente seccionada transversalmente se retrai e suas extremidades colabam, estancando naturalmente o sangramento. No entanto, uma veia cortada em diagonal não se colaba e extravasa sangue sem interrupção. Caso o sangramento seja em um membro é prudente mantê-lo elevado e não garroteá-lo. Quando o indivíduo está perdendo grande volume de sangue fica pálido e começa a sentir sede. Neste momento, a administração de líquidos por via oral não auxilia o quadro geral do indivíduo.

Perfuração de olho: Proteger a área lesionada e levar a pronto-socorro com oftalmologista.

Manutenção de objeto intra cavitário: mantê-lo no local até que se faça o socorro médico adequado.

Golpes com a Faca

Existem dois movimentos básicos com a faca – o corte e a estocada.

Corte - o fio da lâmina percorre o alvo, quanto maior a superfície e o tempo na área em contato, maior será o corte, quanto mais fina a lâmina, mais profundo será o corte.

Estocada – a ponta penetra no alvo, podendo penetrar em profundidade, picar, furar, ser girada dentro do corpo ou após a estocada causar um rasgo no oponente.

Outros ataques:

Golpes para amputar – armas pesadas usadas com força podem amputar partes do corpo do adversário.

Golpe com o pomo como objeto contundente – podemos utilizar o pomo para atacar o adversário com golpes contundentes, visando imobilizá-lo.

Golpe enganchando com a ponta para puxar e controlar – com a faca é possível fazer o controle do oponente, visando imobilizá-lo.

Golpe raspando com o gume para esfolar – é possível retirar a pele do adversário provocando sangramento abundante e superficial para abalo psicológico.

Golpe de arremesso – é possível arremessar a faca para alcançar o adversário quando esse se encontra fora do seu raio de ação.

CARACTERÍSTICAS DAS FACAS

Positivas

Dois gumes – Com a possibilidade de cortar de ambos os lados, aumentamos a possibilidade de ataques e facilitamos a soltura da arma em caso de tentativa de segurá-la.

Contra-corte parcial – eleva a possibilidade de corte, porém, não compromete a resistência da arma como em uma adaga.

Espiga Longa – em lâminas fixas evita a possibilidade de quebra da arma.

Lâmina de comprimento de sete polegadas (17,5 cm) em situações de combate (uso militar) – lâminas curtas diminuem a margem de segurança do combate, potencializam (pelo próprio peso da arma) o golpe e seus efeitos.

Lâmina Espessa – maior resistência;

Lâmina Larga – maior efeitos principalmente em golpes de penetração com giro de pulso;

Possibilidade de diversas empunhaduras;

Facas com lâminas dobráveis em ambientes urbanos - mais fáceis de serem dissimuladas.

Facas dobráveis com abertura rápida;

Têmpera de dureza entre 55 e 59 Rockwell – para evitar que a lâmina dobre ou se quebre com facilidade.

Negativas

Dois gumes – possibilidade de se cortar em empunhadura reversa.

Cabo do tipo anatômico ou soco inglês – impossibilita diversas empunhaduras.

Cabo muito espesso - aumenta o peso, diminuindo a velocidade da lâmina.

Cabo muito liso – facilita para perder a lâmina;

Cabo cilíndrico –facilita perder a lâmina;

Lâmina espessa – cortes mais superficiais devido à resistência do corpo, maior peso dificultando a movimentação (velocidade).

Entalhes na lâmina – diminui a resistência da lâmina.

Espiga curta – quebra da ferramenta.

Lâmina estreita – menor área de corte.

Lâmina muito fina – menor resistência da ferramenta.

Ponta muito afilada - fácil de quebrar;

Tempera de dureza inferior a 50 Rockwell.

Tempera de dureza superior a 70 Rockwell.

Nomenclatura (fig.08)

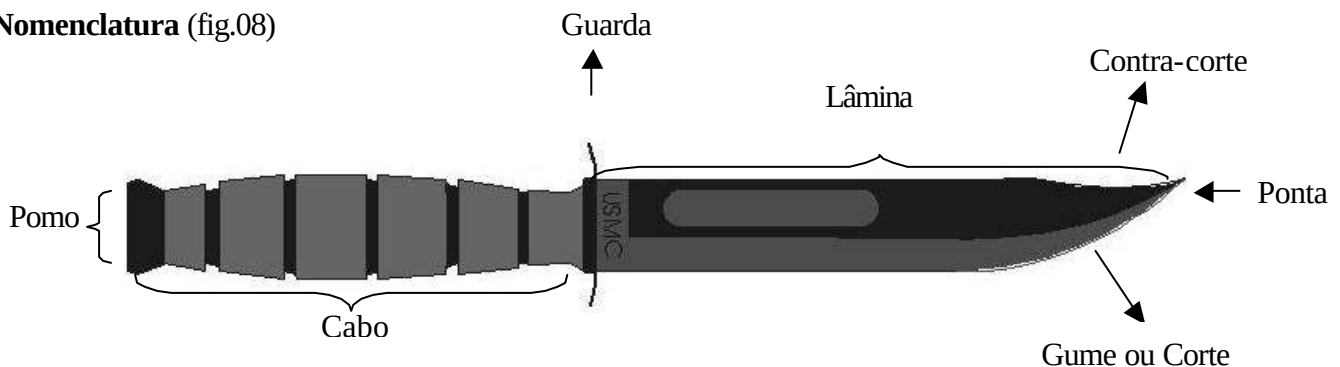


Fig.08

Tipos de Lâminas

Existem vários tipos de Lâminas que podem ser utilizadas para defesa pessoal, conforme o seu desenho, uso, material ou porte. A escolha da lâmina complementa as habilidades da pessoa, porém, como toda ferramenta não deve ser superestimada como o único fator preponderante para vencer uma luta. Existem diferentes tipos de lâminas ao redor do globo, caracterizando até mesmo como expressão cultural de um povo. Uma das mais antigas ferramentas da humanidade, sendo usada desde a idade da pedra.

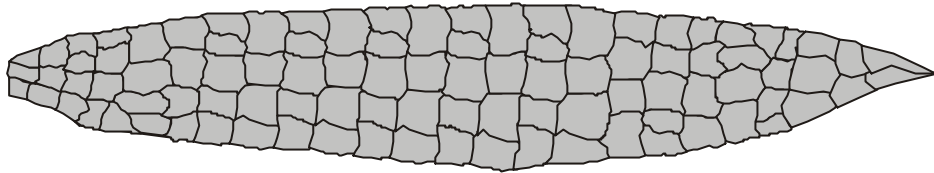


Fig.09

Faca:

Característica – é a lâmina que tem apenas um gume, embora possa ter um meio gume no outro lado, geralmente os lados são assimétricos.

Tipos de golpes

Principal: Cortantes

Secundários: Perfurantes, contusos e espoliativos.

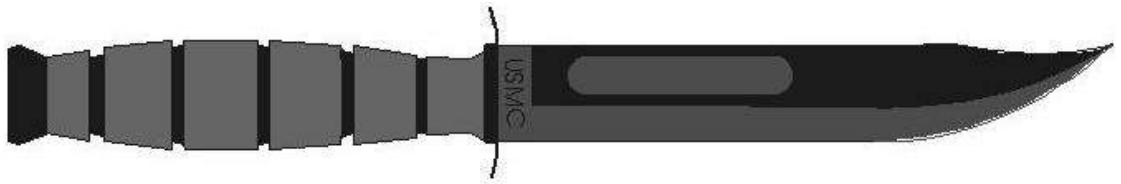


Fig.10

Adaga:

Característica – é a lâmina que tem gume duplo, com os lados simétricos.

Tipos de golpes

Principal: Perfurar.

Secundários: Cortar, contundir, esfoliar.

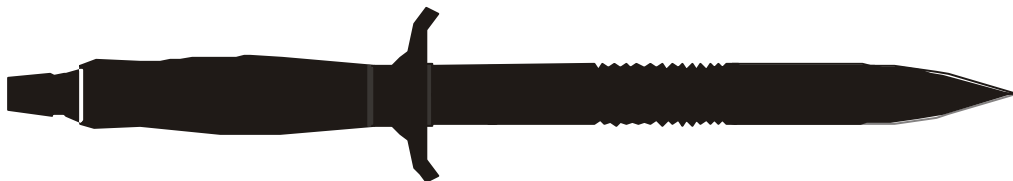


Fig.11

Balisong:

Característica – Arma filipina compacta e dobrável podendo ter o gume de um ou ambos os lados com vários tipos de desenho.

Tipos de golpes

Principal: Cortar.

Secundários: Perfurar, contundir e esfoliar.

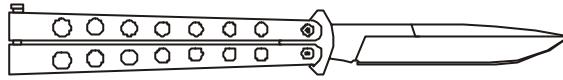


Fig.12

Punhal:

Característica – Lâmina com duas extremidades cortantes e uma ponta, a ponta está alinhada com o eixo lateral da lâmina.

Tipos de golpes

Principal: Perfurar.

Secundários: Contundir.



Fig.13

Stiletto:

Característica – Arma com ponta perfurante com lâmina longa e afilada, normalmente sem corte, com lâmina com seção triangular ou quadrada.

Tipos de golpes

Principal: Perfurar.

Secundários: Contundir.

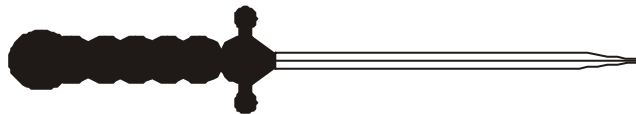


Fig.14

Tanto:

Característica – Arma japonesa, com gume penetrante na ponta e cortante apenas em um dos lados.

Tipos de golpes

Principal: Perfurar e cortar.

Secundários: Contundir, esfoliar, amputar e decapitar.

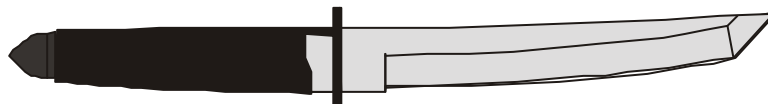


Fig.15

Navalha:

Característica – lâmina dobrável de tamanho reduzido, geralmente sem ponta, com gume em apenas um dos lados.

Tipos de golpes

Principal: Cortar e esfoliar.
Secundários: Contundir

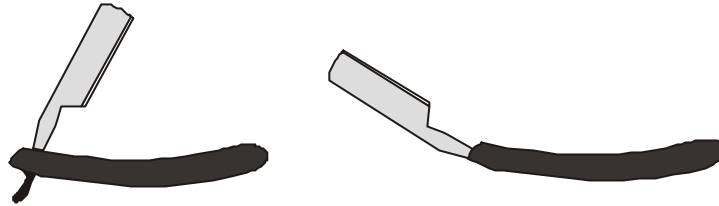


Fig.16

Utilitárias:

Característica – ferramenta com múltiplas aplicações com várias ferramentas embutidas - abridor de latas, chave de parafusos, alicate, tesoura, serra, cinzel, palito, saca-rolhas, dentada, porta-chaves, etc.

Tipos de golpes

Principal: Cortar e esfoliar.

Secundários: Perfurar, contundir.

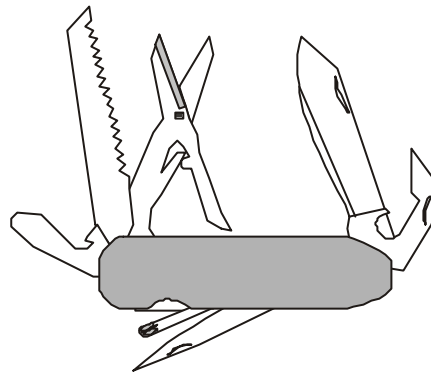


Fig.17

Canivetes Dobráveis ou Retrátéis

Característica – lâmina dobrável ou retrátil de vários tamanhos e desenhos, com mecanismo com acionamento manual ou automático.

Tipos de golpes

Principal: Cortar e estocar.

Secundários: Contundir e esfoliar.

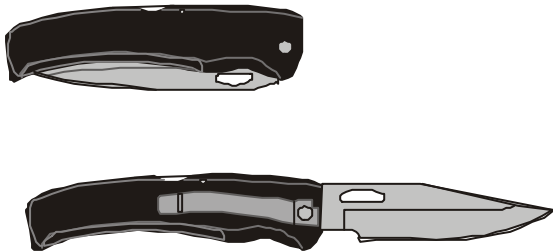


Fig.18 - Canivete Dobrável

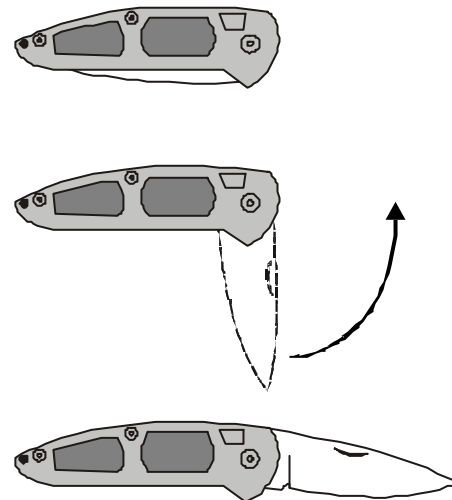


Fig.19 - Canivete automático ou retrátil

Kris

Característica – lâmina da Malásia com várias curvas assimétricas no formato flamejante, feita de ferro, com numerosos adornos e emblemas. Era símbolo de status no passado. Havia uma crença antiga que dizia que a Kris protegia o proprietário e sua casa. Em épocas antigas os guerreiros mergulhavam sua ponta em veneno.

Tipos de golpes

Principal: Cortar e estocar.

Secundários: Contundir e esfolar.

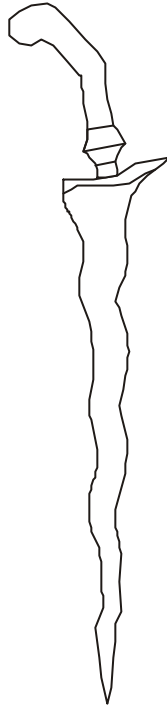


Fig.20

Kukri

Característica – lâmina do Nepal pesada e com tamanho aproximado de uma pequena espada. É a arma símbolo dos Gurkhas, soldados nepaleses respeitos e temidos, que atuam para o Império Britânico.

Tipos de golpes

Principal: Decapitar e amputar.

Secundários: Cortar e contundir.



Fig.21

Armas Improvisadas

Objetos do dia-a-dia podem substituir uma faca, a técnica pode ser adaptada facilmente, esse conceito é interessante em várias situações de defesa pessoal. Em qualquer local observe tudo que está a sua volta que pode ser utilizado como arma.

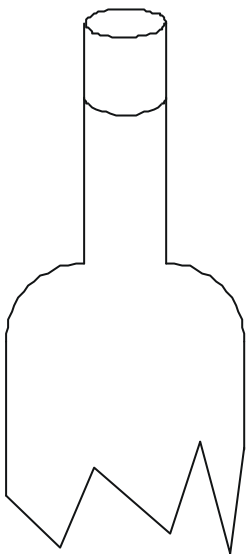


Fig.22 - Garrafa quebrada

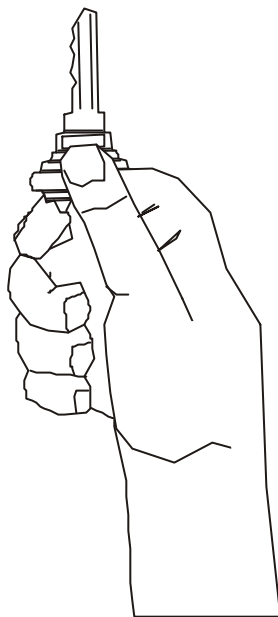


Fig.23 - Chaves



Fig.24 - Chave-de-fenda

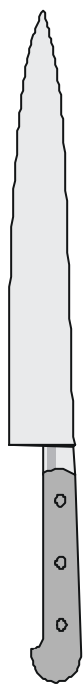


Fig. 25 – Faca de Cozinha

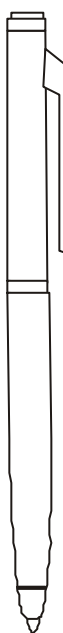


Fig. 26 – Canetas

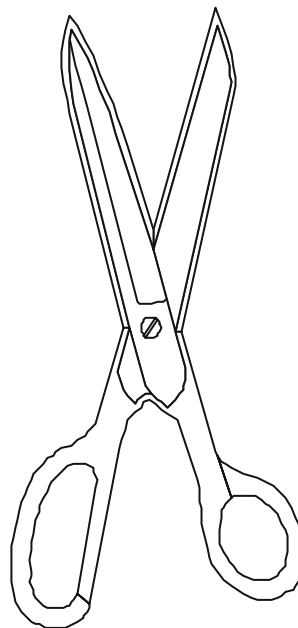


Fig. 27 – Tesouras

ATAQUES

Arma branca, como demonstrado no capítulo anterior, é todo objeto capaz de cortar, furar, esfolar ou contundir, a marginalidade atualmente utiliza os mais variados meios para perpetrar sua violência.

Os ataques podem ser divididos em:

Imobilizadores:

Característica – o objetivo é incapacitar, porém, preservando a vida do oponente.

Objetivos: Ligamentos e tendões, evita-se grandes artérias.

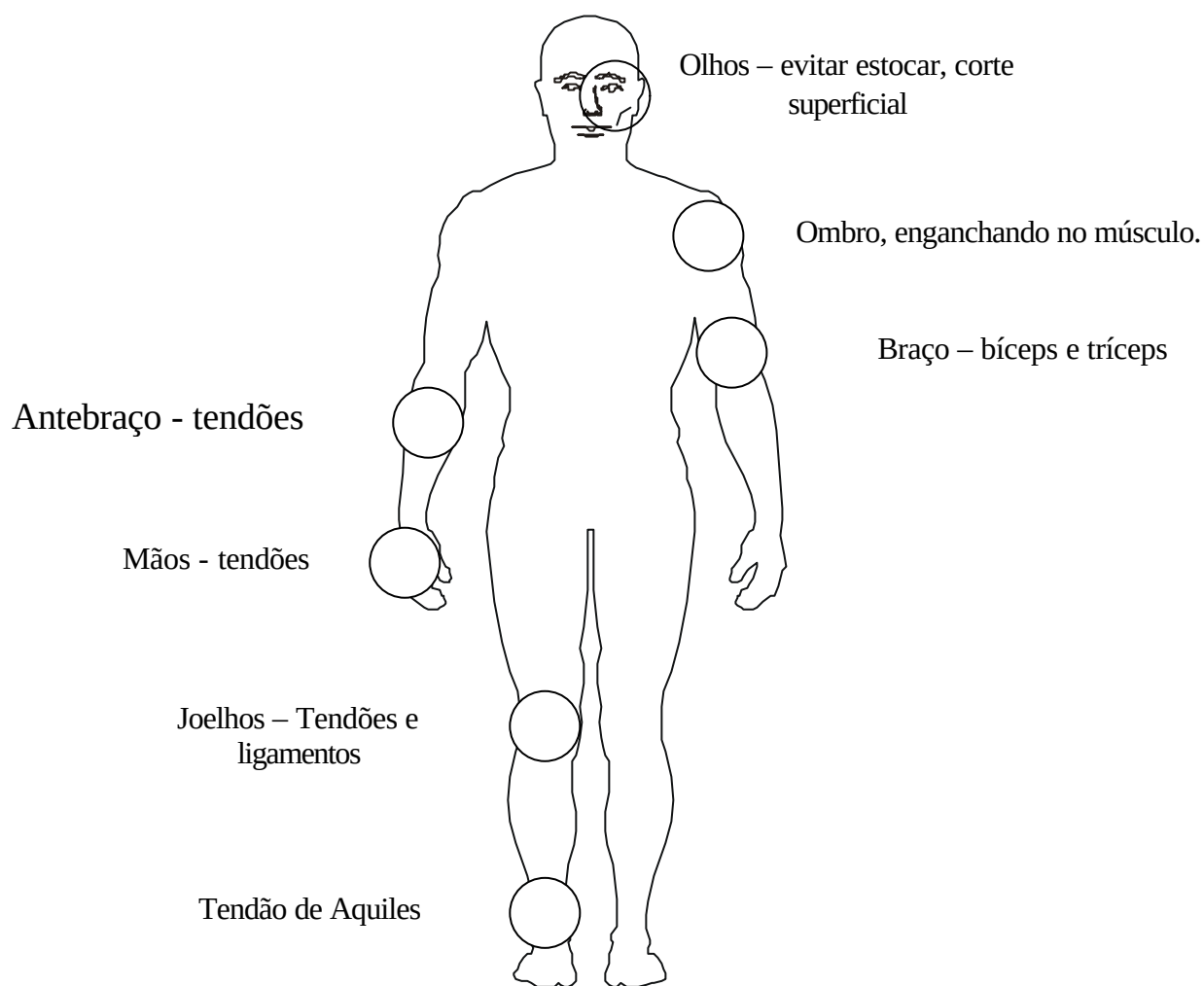


Fig.28

Arteriais:

Característica – perda rápida da consciência, morte.

Objetivos: Artérias.

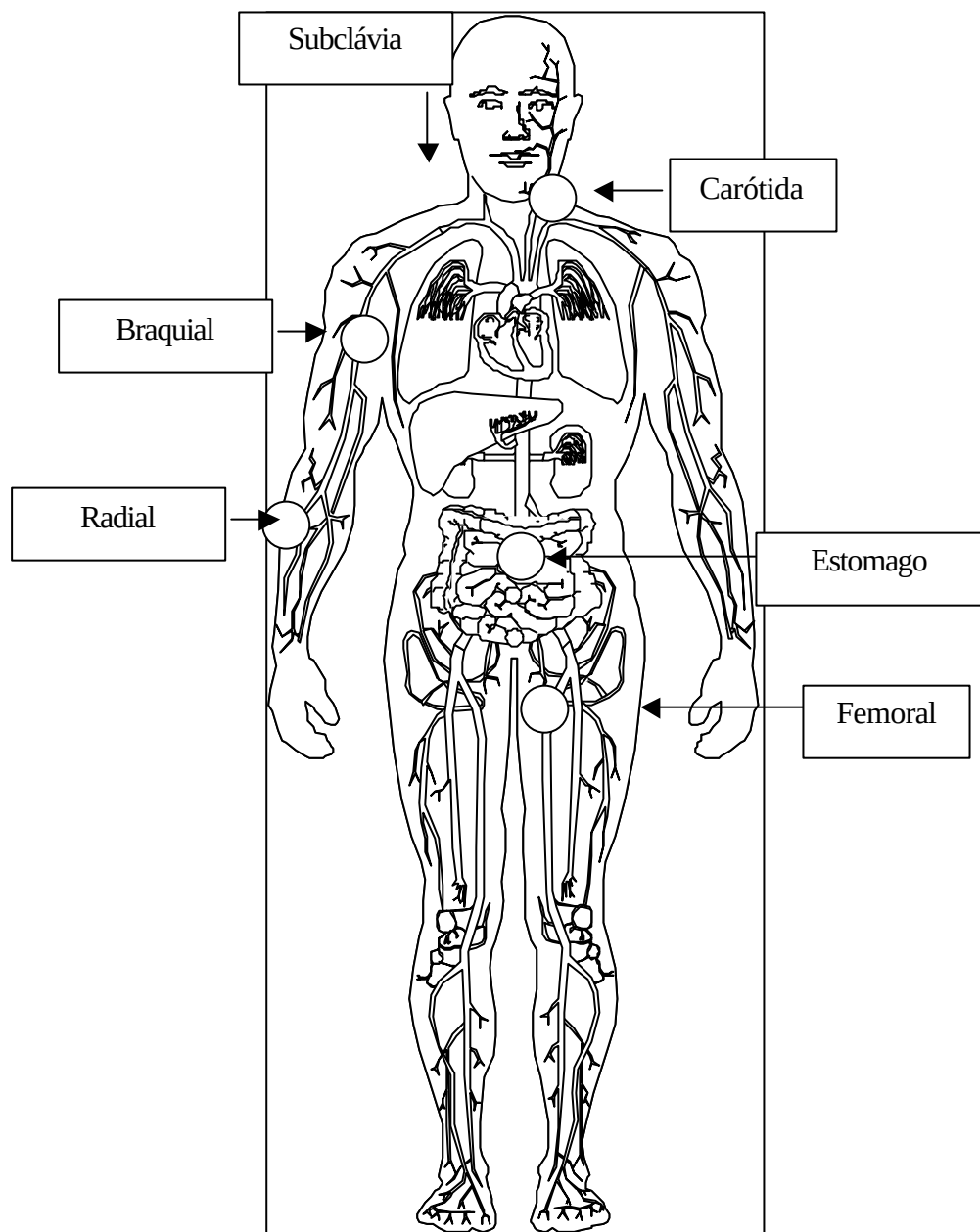


Fig.29

Letais:

Característica – perda rápida da consciência, morte.

Objetivos: Órgãos essenciais.

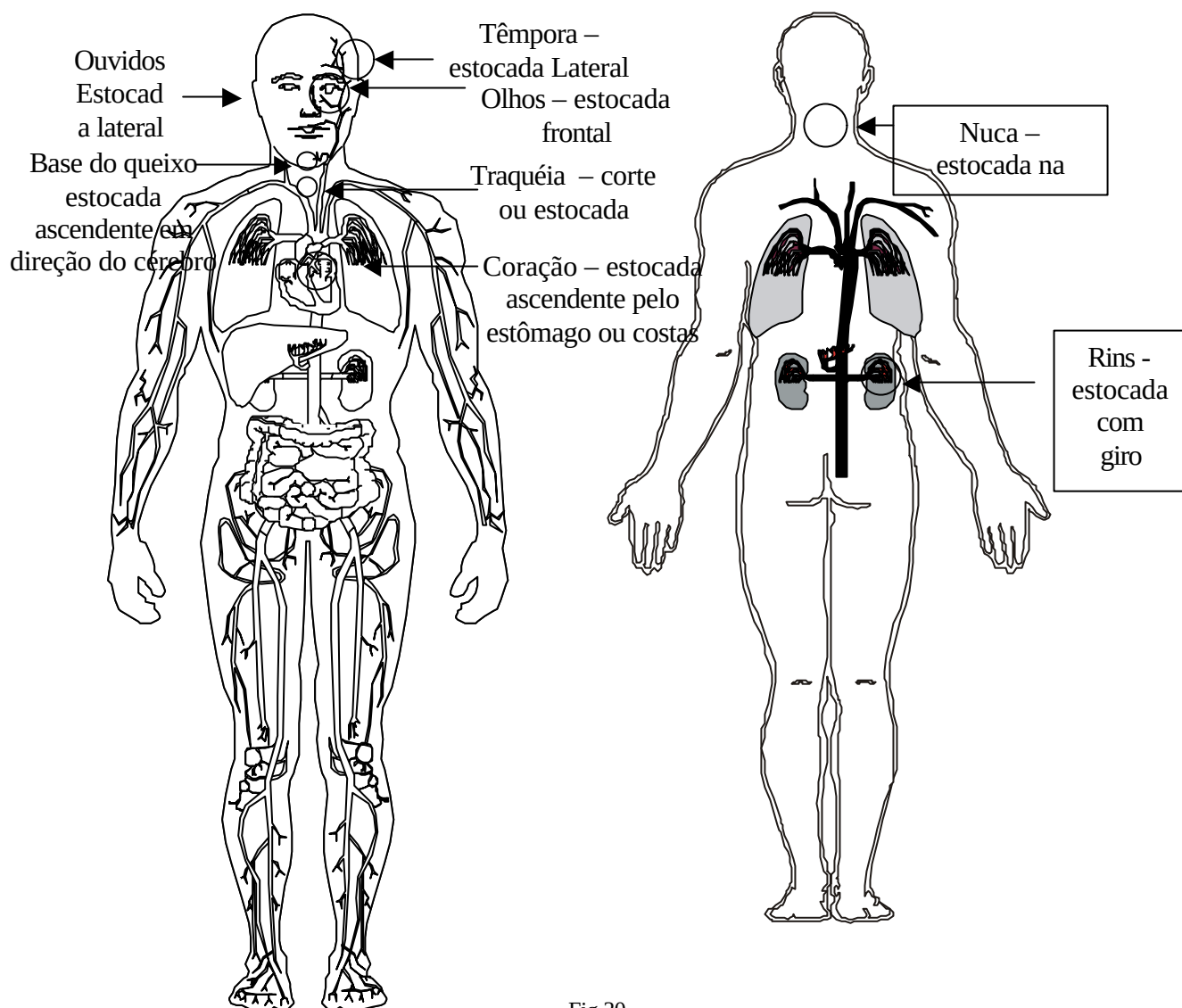


Fig.30

EMPUNHADURAS

A primeira tarefa para um combatente é empunhar a faca. A maneira como uma pessoa empunha a faca já demonstra pequenas particularidades que permitem observar até a estratégia que o oponente usará no combate. Uma boa empunhadura mostra a efetividade, os tipos de ângulos de ataque principais que serão empregados e a força colocada no golpe.

Sabre:



Foto 3

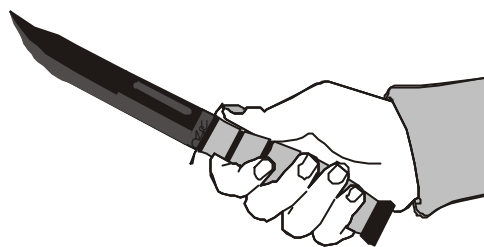


Fig.31

Característica – A faca está posicionada com a ponta à frente da mão com fio principal virado para baixo, polegar à frente estacionado na guarda da faca, os dedos envolvem firmemente o cabo da faca acomodando na almofada da mão, o pulso permanece flexível (foto 3).

A empunhadura permite melhor direcionamento do ataque, flexibilidade na mudança da empunhadura (fotos 4, 5 e 6), maior alcance e variedade de tipos de ataque (corte, rasgo, estocada e decepar), porém, há a possibilidade de machucar o polegar atingindo estruturas duras no corpo do adversário (ossos, adornos, etc.);

Distância ideal para uso: Área segura e área de combate primário.



Foto 4



Foto 5



Foto 6

Invertida:



Foto 7



Foto 8

Característica – A faca é segura pelo cabo com a ponta voltada para o baixo ou para o cotovelo (dissimulada) com o fio principal voltado para o lado oposto do braço. O polegar pode estar estacionado no pomo da faca (foto 7) ou envolvendo o cabo (foto 8). A empunhadura invertida dá ênfase ao corte como ataque primário, podendo ser seguida de uma estocada como ataque secundário. Restringe o alcance da arma, porém dificulta que uma pessoa desarmada consiga efetuar o controle da mesma. O polegar no pomo permite maior força nos golpes e evita que a arma deslize em caso de encontrar um obstáculo no corpo do adversário. Permite o uso da faca para imobilizar ou puxar e controlar o oponente. Distância ideal para uso: Área de combate primário e Área de combate corpo-a-corpo.

Martelo:



Foto 9

Característica – Os dedos envolvem o cabo da arma, com a ponta voltada à frente com o fio principal voltado para baixo (foto 9). A empunhadura de Martelo é a mais básica, sendo utilizada por combatentes inexperientes ou não. Permite o uso do pulso para mudanças de empunhadura, porém, sem tanta maestria quanto a empunhadura do sabre tem maior alcance que a empunhadura invertida.
Distância ideal para uso: Área segura e área de combate primário

Florete:



Foto 10

Característica – Os dedos envolvem o cabo da arma, com a ponta voltada à frente com o fio principal voltado para baixo (foto 10), o polegar está na lateral do cabo da faca. A empunhadura de florete é muito versátil, permitindo cortes, estocadas ou golpes contundentes, além de ter um ótimo alcance. É utilizada por combatentes inexperientes ou não. Permite o uso do pulso para mudanças de empunhadura.
Distância ideal para uso: Área segura e área de combate primário

Folha ou Foil:



Foto 11

Característica – A mão segura a faca como se fosse uma folha de papel, o polegar pode estar antes ou depois da guarda (foto 11). A empunhadura de folha permite um bom alcance, porém, é difícil de ser utilizada com facas com o cabo cilíndrico, o polegar pode manter um bom controle da lâmina ou pode escapar com facilidade dependendo do tipo de faca usada, existem também variações nessa empunhadura. Distância ideal para uso: Área segura e área de combate primário.

Caneta ou Peek a Boo.



Foto 12

Característica – os dedos envolvem quase toda a lâmina limitando o uso da arma (foto12). É uma empunhadura para ataques limitados, tanto no alcance como na profundidade do golpe (cortes e estocadas mais superficiais), porém, a faca fica bem escondida sendo usada para ataques dissimulados. Distância ideal para uso: Área de combate corpo-a-corpo.

Espeto ou Palm Job.



Foto 13

Característica – A faca se esconde na palma da mão (é fundamental o uso de uma faca de tamanho reduzido) o polegar faz o apoio da faca (foto 13). É uma empunhadura que também limita os ataques, dando ênfase às estocadas e a dissimulação da arma.

Distância ideal para uso: Área de combate corpo-a-corpo.

Picador de Gelo (Ice Pick)



Foto 14



Foto 15

Característica – A faca é segura pelo cabo com a ponta voltada para o baixo com o fio principal voltado na direção do braço (foto 14 e 15). É uma empunhadura com ênfase a estocadas e não ao corte, a tendência também é o ataque em linha reta, que permite uma defesa mais fácil, permite colocar mais força no golpe, porém, seu alcance é mais limitado.

Distância ideal para uso: Área de combate corpo-a-corpo.

Empunhadura de Anel

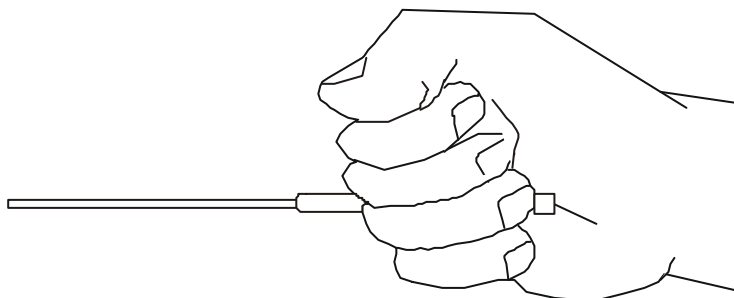


Fig.32

Característica – A faca se aloja no meio da palma da mão e fechamos os dedos firmemente para estabilizar a arma na mão (fig. 32), esse tipo de empunhadura requer uma arma própria para estocadas, principalmente em áreas mais vulneráveis.

Distância ideal para uso: Área de combate corpo-a-corpo.

POSIÇÕES DE COMBATE

Existem várias posições de combate que podem ser utilizadas, conforme o treinamento, tipo de arte marcial que serviu de base para o combatente e até mesmo de gosto pessoal.

Conforme a posição o combatente pode ter maior ou menor mobilidade, estabilidade, vulnerabilidade ou efetividade. As artes marciais embora tenham inúmeras posições, apresentam o inconveniente de serem muito estáticas tirando a mobilidade em combate, especificamente no combate de facas a possibilidade entrar, sair, esquivar ou contra-atacar com muita rapidez é fundamental para vencer o adversário.

Posição clássica utilizada por artes marciais tradicionais, o lutador fica muito “plantado” no solo, perdendo a mobilidade e rapidez necessárias em um combate (foto16).



Foto 16

Posição de Combate com a Arma a Frente – Posição Básica



Foto 17



Foto 18

Característica – A faca está à frente do corpo, os joelhos de ambas as pernas permanecem flexionados. O tronco está rotacionado, ficando a silhueta exibindo apenas metade do corpo (fotos 17 e 18). A mão fraca se posiciona protegendo o pescoço (guarda alta), o antebraço e o cotovelo protegem o coração, pulmão e linha da cintura. Essa posição é ideal para o combate de faca contra faca. A arma a frente tem maior alcance e pode ser usada para defesa (cortar o golpe do adversário).

Os ombros devem estar relaxados, o peso do corpo está ligeiramente no joelho da frente, o calcanhar do pé de trás está levemente erguido podendo lançar um ataque explosivo e inesperado (efeito mola). É importante notar que o peso a frente evita que o ataque seja desferido na parte inferior do corpo do defensor, sendo que se for tentado o atacante corre o risco de se expor a um contra-ataque mais efetivo.

A mão fraca deve a qualquer momento segurar ou contra-atacar se necessário ou aproveitando as oportunidades. Devemos movimentar sempre a faca para evitar perdê-la ao mesmo tempo em que dificulta a precisão de qualquer ataque desferido em direção a sua mão forte, como iremos ver no próximo livro, esse é um exercício é fundamental.

Posição de Combate com a Arma Atrás



Foto 19



Foto 20

Característica – A mão viva se encontra à frente, a faca permanece atrás, os joelhos de ambas as pernas permanecem flexionados. O tronco também está rotacionado, ficando a silhueta exibindo apenas metade do corpo. Algumas correntes dizem que a mão fraca a frente evita o desarme da faca com tanta facilidade, podendo controlar melhor à distância do oponente para estabelecer um ataque mais efetivo, porém, em um combate faca contra faca é uma posição que deve ser evitada, pois, permite cortar com extrema facilidade a mão viva, desestabilizando emocionalmente o adversário. Há 2 exceções, quando o adversário está desarmado e quando existe alguma proteção na mão que está à frente podendo atrair o ataque do adversário para abrir a sua guarda.

Essa posição é similar a posição de combate militar, porém, o braço não se encontra na posição horizontal e a perna de trás está menos “plantada” no solo.

Posição de Combate Militar

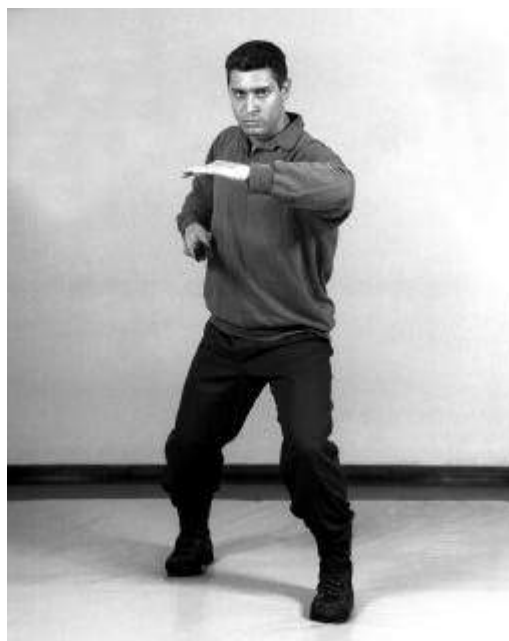


Foto 21

Característica – a mão viva se encontra à frente em posição paralela ao corpo, a mão forte se encontra recuada e o tronco está voltado à frente com os joelhos flexionados. A faca recuada aumenta a amplitude do movimento tornando mais fácil antecipar qualquer ataque, a mão viva pode ser cortada facilmente por um lutador rápido desequilibrando emocionalmente o adversário.

Posição Dissimulada



Foto 22

A empunhadura que é comumente usada nessa situação é a invertida. A faca é colocada de modo ao braço esconde-la.



Foto 23

Característica – A arma fica fora do campo visual do adversário podendo o braço estar estendido (foto 22 e 23), com a mão atrás ou com os braços cruzados (foto 24 e 25). A faca por ser silenciosa e fácil de ser ocultada é a arma ideal para ser usada em situações de emboscada ou em ataques surpresa. O adversário muitas vezes nem verá o que o atingiu. É importante estar sempre atento, buscando evitar ser surpreendido, isso é conseguido com uma atitude preventiva ante ao perigo, mudando pequenos hábitos e traçando normas de segurança pessoais.



Foto 24



Foto 25

O PORTE E O SAQUE DA FACA

PORTE:

Para saber onde portar a faca (fig.33) é necessário estabelecer alguns pontos:

- a) Finalidade da faca – para o combate militar a faca pode ser ostensiva com a bainha exposta na perna ou no tronco do combatente. O uso urbano da faca restringe o uso ostensivo, devendo a faca estar dissimulada ou oculta.
- b) Desenho da lâmina – o peso, o tamanho, o mecanismo e o tipo da lâmina. Uma faca pesada pode ser incomoda de ser carregada, uma faca grande difícil de ser dissimulada uma faca retrátil pode ser carregada em qualquer bolso, etc. Facas com uma presilha ou clip podem ser usadas enganchadas na calça.
- c) O posicionamento do combatente – Uma faca no bolso, quando se está sentado dificulta seu saque. Uma faca nas costas é difícil de ser sacada se a pessoa está prensada contra uma parede. Uma faca na bota pode ser útil se estamos ajoelhados no recuperando de um golpe.
- d) Tipo de vestimenta – um coldre axilar pode ser dissimulado com um termo ou blusão. Um cinto pode esconder uma faca, existem fivelas com facas escondidas, como dito anteriormente, uma faca pode ser escondida em uma bota, na manga ou em bolsos podemos esconder facas pequenas ou canivetes de combate.
- e) Necessidade – em situações onde é eminente o perigo, o melhor é ter a faca à mão (quando se entra em lugares perigosos ou percebe-se a aproximação de pessoas que podem colocar em risco a sua vida).

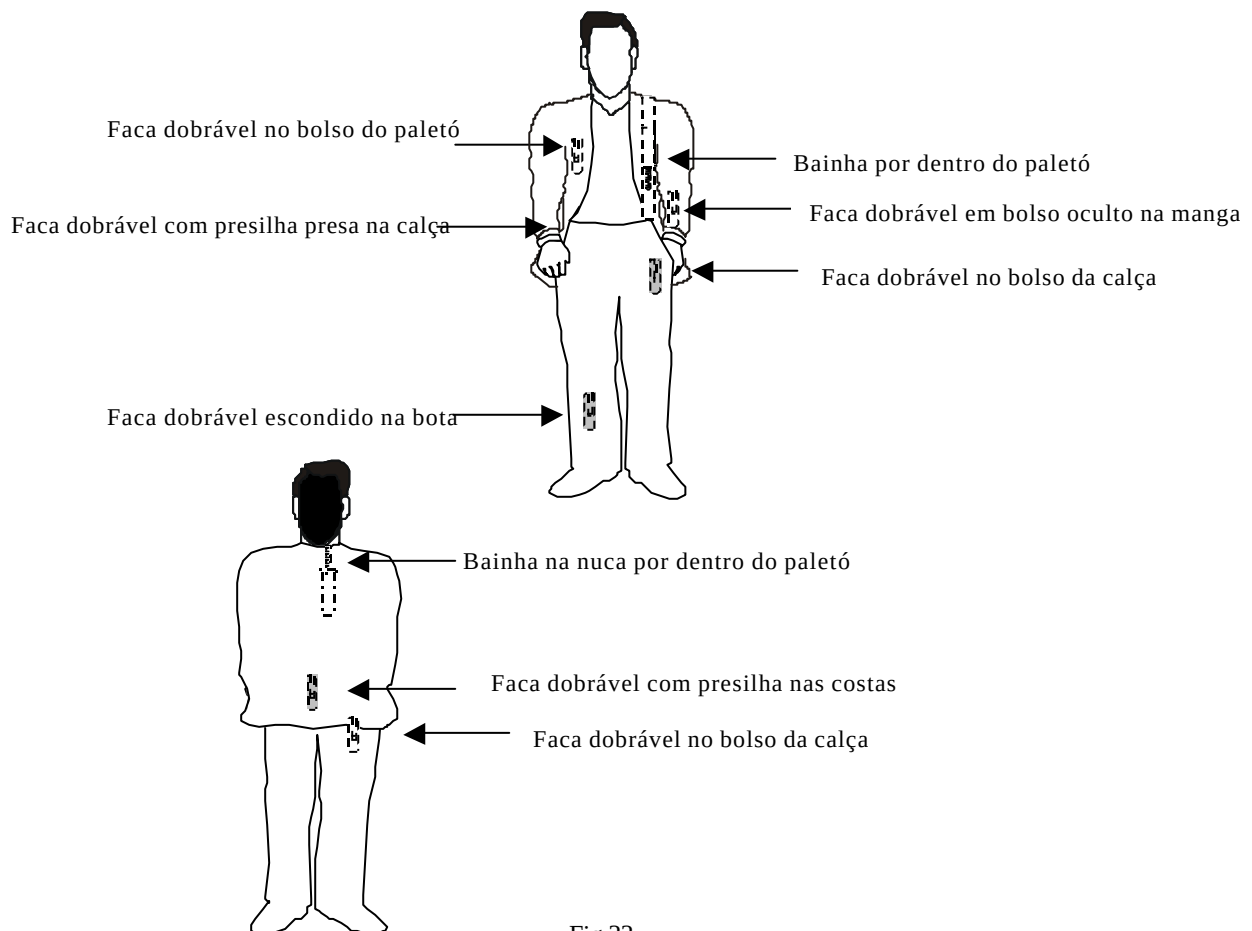


Fig.33

SAQUE:

Efetuar o saque da faca exige um estudo de alguns fatores:

Distância – se o adversário estiver muito próximo pode entrar em luta corporal com o combatente a fim de evitar o saque. É interessante em situações de curta distância empurrar o oponente para diminuir esse risco.



Foto 26



Foto 27



Foto 28

Fases do Saque da Faca: Defesa do Ataque do Adversário (foto 26); Controle do Adversário (foto 27); Contra-ataque e Imobilização (foto 28).

Posição de porte da faca – a faca deve ser portada da maneira mais natural possível, um porte em local difícil de ser sacada levanta suspeitas e prepara o adversário, evitando o elemento surpresa.



Foto 29



Foto 30

Combinações de ataques (fotos 29 e 30) – um único ataque dificilmente terá condições de incapacitar definitivamente o oponente. A seqüência de ataques é uma garantia que esse objetivo será alcançado.

AQUECIMENTO

O ideal é que o combatente seja um lutador completo, ou seja, trabalhe tanto a técnica quanto o condicionamento físico para em uma situação de emergência tenha condição de manter o combate pelo tempo e esforço que este exige.

Esses exercícios não têm como objetivo dar um condicionamento físico global, mas sim, trabalhar especificamente o pulso, parte fundamental de uma boa empunhadura, velocidade, flexibilidade e força para o uso da faca, para isso são necessários 2 bastões que podem ser conseguidos ou feitos com relativa facilidade. O tamanho dos mesmos deve ter entre 60 e 70 cm de comprimento.

2 bastões em movimentos circulares a frente



Foto 31

2 bastões em movimentos circulares para trás



Foto 32

2 bastões em movimentos circulares alternados 2 bastões em movimentos simultâneos na vertical



Foto 33

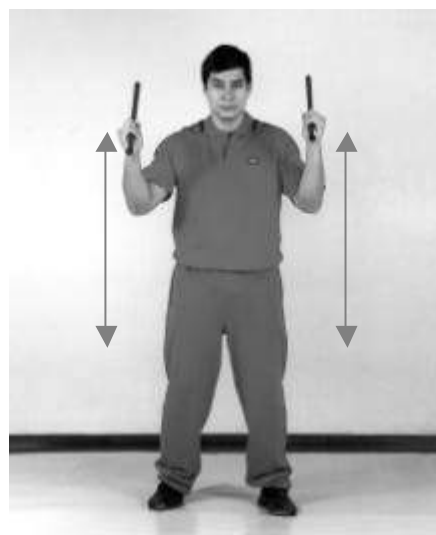


Foto 34

2 bastões em movimentos alternados na vertical



Foto 35



Foto 36

2 bastões em movimentos alternados na horizontal:



Foto 37

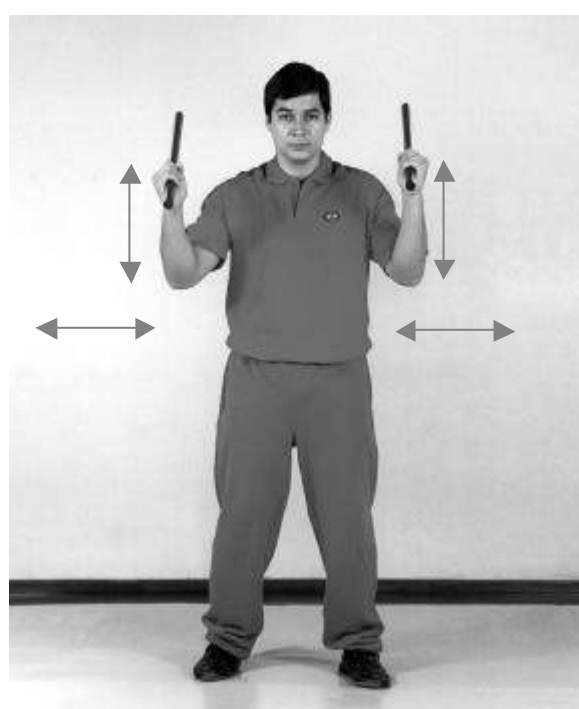


Foto 38

2 bastões em movimentos diagonais em forma de um oito deitado (símbolo do infinito)



Foto 39 – oito normal



Foto 40 – oito invertido

Abanico – movimento com mudanças bruscas do pulso, visando dificultar o cálculo da trajetória de ataque.



Foto 41 – Abanico normal



Foto 42 – Abanico invertido

TRABALHO DE PERNAS

O trabalho principalmente de pernas evidencia um bom lutador, pois demonstra sua mobilidade, capacidade de ataque e defesa, além encerrar o combate no menor tempo possível com o mínimo de prejuízo.

Meio Avanço

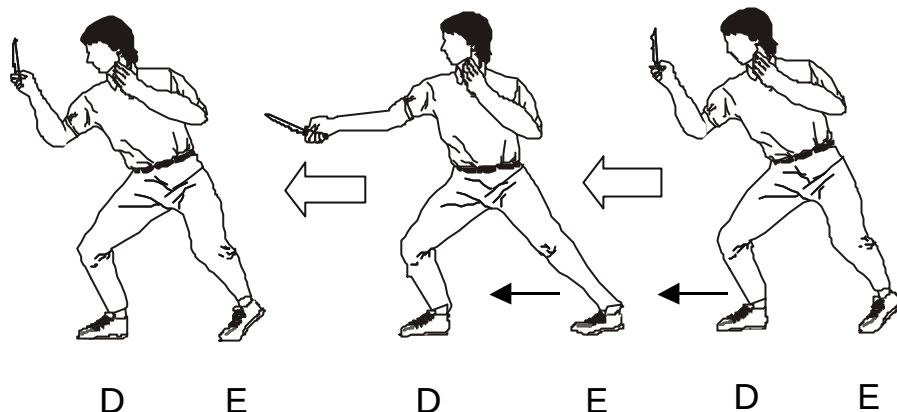


Fig.34

Característica – Na posição de combate básica, o atacante deixa o peso da perna da frente deslizar em um movimento amplo e rápido avançando, visando diminuir a distância entre este e o oponente, logo após trazendo a perna de trás voltando a posição de combate inicial. É a movimentação prioritária em nosso curso básico de combate de faca, sua capacidade de executar ataques rápidos e inesperados dificulta a possibilidade de defesa do oponente. Normalmente a mão forte deve sincronizar-se com as pernas em cada ataque, porém em alguns casos pode-se lançar primeiramente a mão para depois lançar as pernas (vide Livro 3- 64 Estratégias do Combate de Facas).

Meio Recuo



Foto 43 – A perna de trás recua



Foto 44 – A perna da frente recua



Foto 45 – Volta a posição inicial

Característica – Na posição de combate básica, o combatente recua primeiramente a perna de trás em um movimento rápido e amplo, em seguida puxa a perna da frente voltando à posição inicial. O objetivo básico é efetuar uma retirada defensiva, ganhando espaço para efetuar um contra-ataque, sendo que este muitas vezes ocorre simultaneamente à movimentação, ou estudar o adversário percebendo suas fraquezas.

Avanço Total

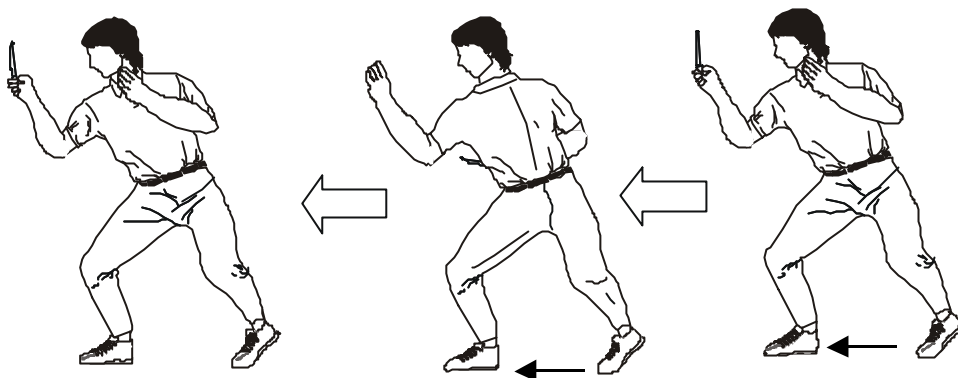


Fig.35

Característica – Na posição de combate básica, o combatente dá um passo completo a frente. O objetivo é encurtar a distância com o oponente até alcançar a área de combate primário. É uma movimentação bem mais lenta que o meio avanço, mostrando ao oponente a intenção de atacar, portanto, deve-se evitar seu uso para um ataque direto.

Recuo Total

Característica – Na posição de combate básica, o combatente dá um passo completo para trás invertendo a guarda, o ideal é executar pelo menos dois passos para voltar à mão forte (com a faca) à frente. O objetivo é estabelecer a maior distância possível a fim de evitar o ataque do adversário. Essa movimentação estabelece uma estratégia defensiva para o combate. Evite dar as costas e fugir, o adversário escolherá, onde e como irá atacá-lo.

Inversão de Posição de Combate (Step)

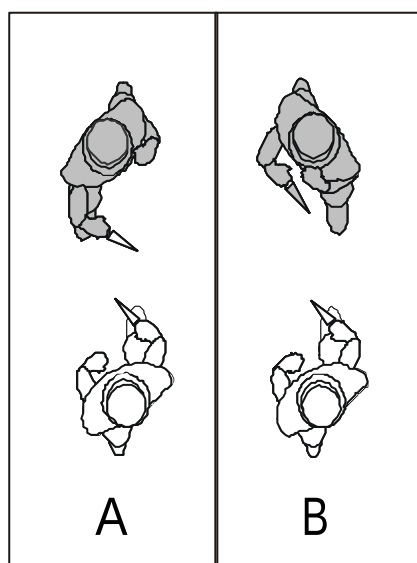


Fig.36

Características – Na posição de combate, há uma troca rápida da guarda, mudando da mão forte para fraca e vice-versa. O objetivo é distrair o oponente, ou mudar o foco de ataque e defesa. A movimentação de inversão permite grande número de variações.

Triangulação

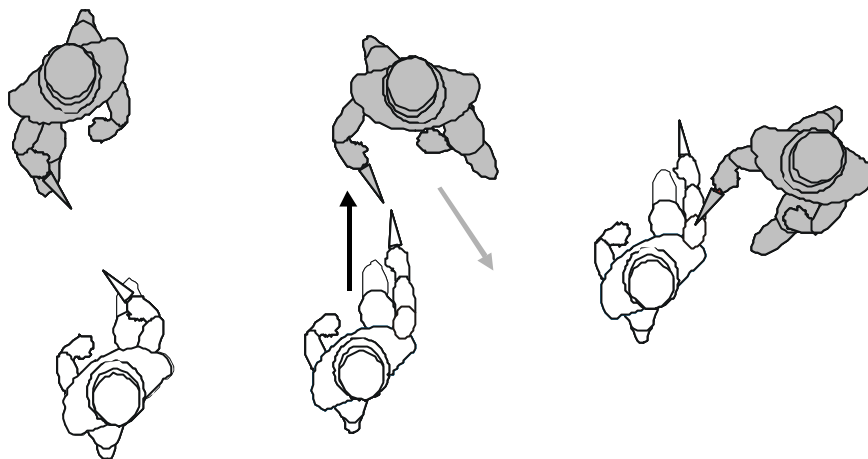


Fig.37

Características – Na posição de combate básica, é possível executar movimentos defensivos ou ofensivos, mudando a estrutura do combate linear para diagonal. A perna pode executar movimentos na diagonal a 45° para direita ou para esquerda. O movimento em triangulação pode ser executado também com mudança de ambos os pés. A ênfase do movimento deve ser para o lado morto (as costas) do oponente.



Foto 46 – Posição inicial



Foto 47 – Triângulo fêmea ou ofensivo



Foto 48 – Triangulação com avanço



Foto 49 – Triângulo macho ou defensivo



Foto 50 – Triangulação com recuo

Movimento Lateral:

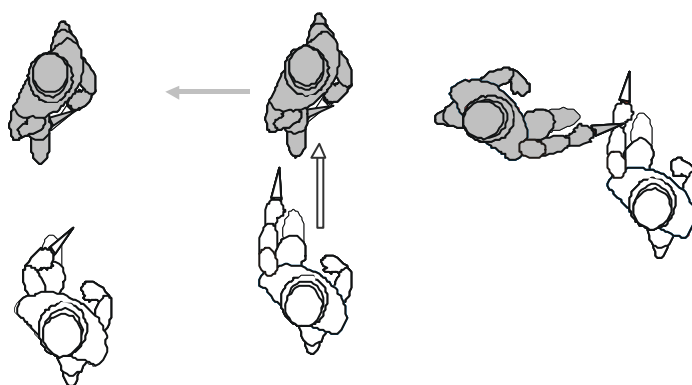


Fig.38

Características – Na posição de combate básica, a perna de trás se movimenta em um ângulo de 90° usando com eixo a perna da frente. O movimento quebra também a estrutura do combate linear, possibilitando atingir o adversário em contra-ataques, também com ênfase ao lado morto do oponente.

MOVIMENTOS BÁSICOS – TRABALHO SOLO

Os exercícios fazem parte importante do aprendizado, desenvolvem fluidez, as habilidades e o domínio sobre a ferramenta tornam-se muito mais naturais e instintivas. O manejo freqüente da faca faz a mente dominar o medo natural que temos da arma e desenvolve-se disposição para o uso da mesma em situações reais de combate.

Movimentos de Corte

Exercício 1 - Oito deitado ou símbolo do infinito:

Característica – 2 cortes em diagonal nas direções da direita para esquerda e em seguida da esquerda para a direita com sentido de cima para baixo. Esse exercício é o primeiro que efetivamente irá trabalhar a fluidez dos movimentos. Empunhadura de sabre, martelo ou florete.

Forma de praticar: Comece o movimento lentamente, aos poucos, acelere os movimentos até que eles se tornem contínuos e naturais.

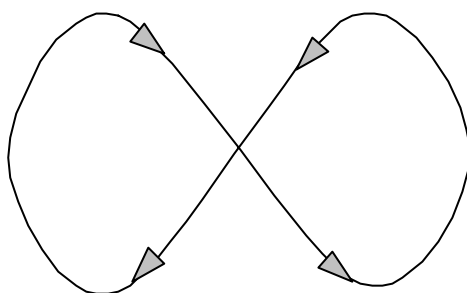


Fig.39



Foto 51



Foto 52

Exercício 2 - Oito deitado reverso ou símbolo do infinito reverso:

Característica – 2 cortes em diagonal nas direções da direita para esquerda e em seguida da esquerda para a direita com sentido de baixo para cima. A inversão do sentido nesse movimento amplia as possibilidades defensivas e ofensivas. Empunhadura de sabre, martelo ou florete.

Forma de praticar: Idem ao movimento um.

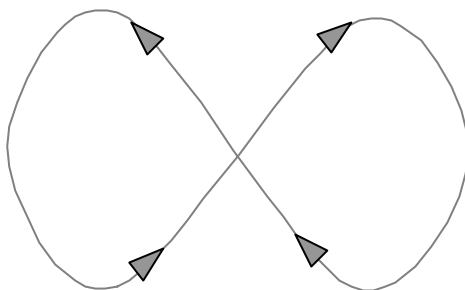


Fig.40

Exercício 3 – Crucifixo



Foto 53



Foto 54

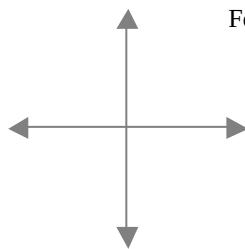


Fig.41

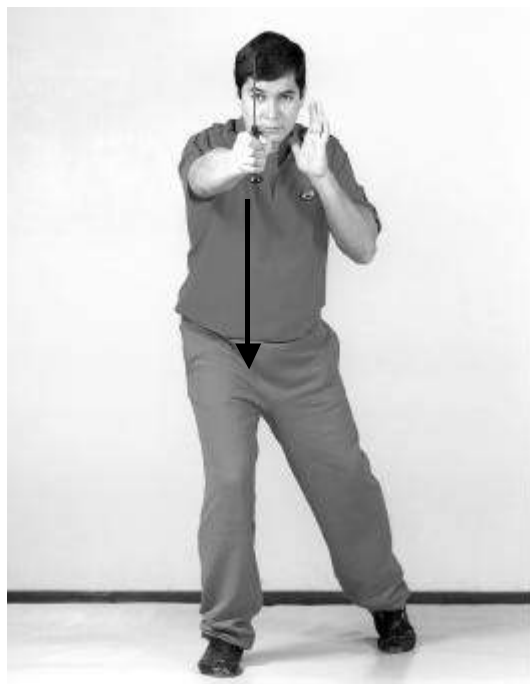


Foto 55



Foto 56

Característica – 4 cortes – 2 na horizontal (Fotos 53 e 54) seguidos de 2 na vertical (Fotos 55 e 56). Os cortes na horizontal começarão da direita para esquerda e em seguida da esquerda da direita. Os cortes na vertical começarão de cima para baixo e após de baixo para cima. Empunhadura de sabre, martelo ou florete.

Forma de praticar: Idem ao movimento 1.

Exercício 4 - Asterisco

Característica – 6 cortes, junção do oito com o crucifixo. É importante trabalhar o pulso e não apenas o braço, uma idéia interessante é fazer um desenho em um espelho para treinar olhando os erros e procurar aperfeiçoar a fluidez do movimento. Inicie lentamente e aos poucos aumente vá aumentando a velocidade dos cortes. Empunhadura de sabre, martelo ou florete.

Forma de praticar: Idem ao exercício 1.

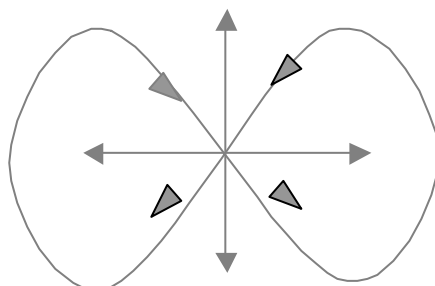


Fig.42

Alterando a direção do corte

Exercício 5 - Movimento C

Característica – 2 cortes em sequência com mudança rápida de sentido, aumentando o fator de imprevisibilidade. A defesa da faca é muito dificultada alterando a trajetória de ataque, a maioria das artes marciais ou de defesa pessoal treinam apenas para ataques em linha reta ou ataque linear. Empunhadura de sabre, martelo ou florete.

Forma de praticar: Idem ao exercício 1, porém observe que esse movimento pode ser praticado em ângulos diferentes como demonstrado nos diagramas abaixo.

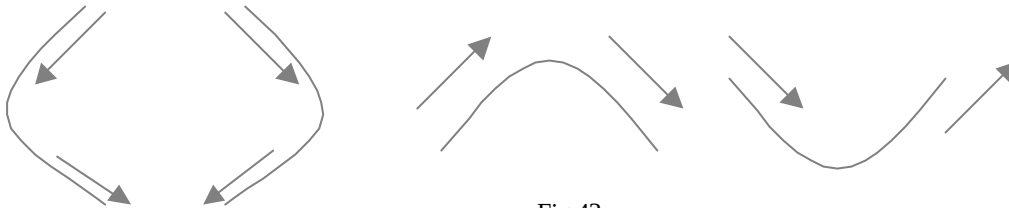


Fig.43



Foto 57

O ataque começa no em direção da cabeça e rapidamente muda para o a direção da perna, ou vice-versa.



Foto

Exercício 6 - O Movimento de Leque ou Abanico:

Característica - A faca é alterada rapidamente de sua trajetória pelo pulso em um movimento semelhante ao que fazemos com um leque ou abanador. Esse é outro movimento que trabalha a imprevisibilidade, dificultando sua defesa, aumentando a chance do ataque ser bem sucedido. Outro uso é com movimento de defesa seguido por rápido contra-ataque.

Forma de praticar: Utilize 3 alturas para fazer o movimento – (1) altura dos olhos – (2) altura dos braços – (3) altura das pernas.



Foto 59



Foto 60

Exercício 7 – Tapa

Característica - tapa no pulso ou no cotovelo para alterar violentamente a direção do corpo ou aumentar a potência dos golpes de corte e de estocada. Empunhadura: Sabre, martelo, florete, invertida e picador de gelo.

Forma de praticar: Utilize 3 alturas para fazer o movimento – (1) altura dos olhos – (2) altura dos braços – (3) altura das pernas.



Foto 61



Foto 62

Exercício 8 - Movimento Cruzado ou Crossada:

Característica - movimento que é defensivo e ofensivo, enquanto um braço executa a defesa o outro corta simultaneamente o ataque do adversário. A mão viva pode abrir a guarda do adversário e o braço que está executando o ataque para um corte mais violento.

Forma de praticar: Execute o movimento continuamente em 2 alturas diferentes (1) protegendo contra uma facada por cima, abrindo os braços – (2) protegendo contra uma facada por baixo, fechando os braços.



Foto 64



Foto 63



Foto 65

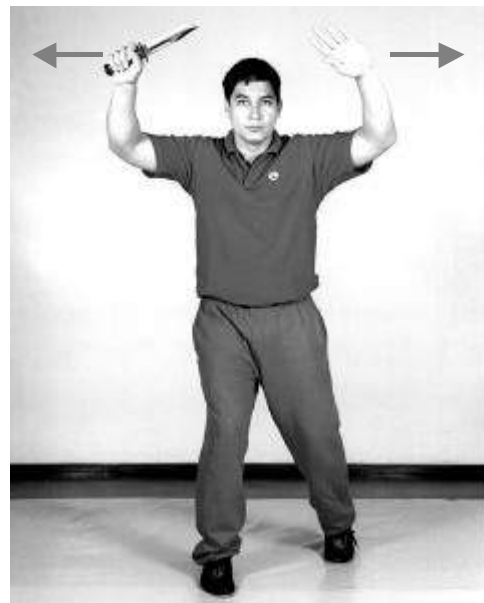


Foto 66

Exercício 9 - Nove ângulos de estocada

Característica – 9 estocadas, quatro nas diagonais, duas na vertical, duas na horizontal e uma estocada a frente do corpo com empunhadura de sabre ou martelo.

Forma de praticar: Idem ao exercício 1, porém, é interessante fazer o movimento andando para frente ou em círculos contínuos.



Foto 67 - Diagonal superior direita



Foto 68 –Diagonal superior esquerda



Foto 69 – Lateral direita



Foto 70 - Lateral esquerda



Foto 71 - Diagonal inferior Direita



Foto 72 – Diagonal inferior esquerda



Foto 73 – Inferior à linha central



Foto 74 – Superior à linha central



Foto 75 – Estocada no plexo solar

Exercício 10 - Estocada com Giro

Característica – a estocada deve ser seguida de um giro rápido do pulso. Esse movimento aumenta a eficiência do golpe ao mesmo tempo em que facilita a retirada da faca do corpo do adversário.

Forma de praticar: Utilizando o exercício 9, acrescente o giro a cada estocada.



Foto 76

Esse tipo de ataque permite aumentar consideravelmente a lesão causada na vítima, além de permitir criar um espaço para facilitar a retirada da faca.



Foto 77

Exercício 11- Estocada com Corte

Característica – a estocada deve ser seguida de por um corte rápido. O movimento potencializa o ataque e se for feito instintivamente prepara o combatente para mudar rapidamente a técnica. Isso aumenta muita a versatilidade do lutador. Esse movimento também deve ser treinado em várias direções diferentes.

Forma de praticar: Utilizando o exercício 9, acrescente o corte a cada estocada.

Exercício 12 - Movimentação Livre

Característica: A prática dos exercícios trabalha a fluidez dos movimentos, tornando cada vez mais fácil e confortável executá-los, com o tempo é possível sair dos movimentos básicos e começar a trabalhar uma movimentação livre e criativa onde todos os ângulos de cortes e estocadas possíveis poderão ser trabalhados.

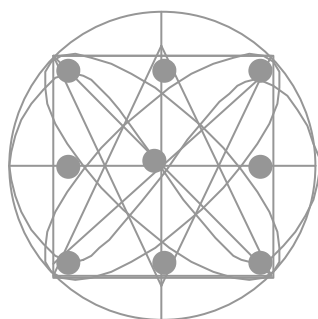


Fig.44

12 ÂNGULOS DE ATAQUE

Os 12 ângulos de ataque são muito comuns no Arnis de Mano, técnica de luta com armas filipina. Trabalham também a fluidez e marcam objetivos a serem atingidos, existem variações desses movimentos e outros alvos que podem ser atingidos dependendo do estilo. Os movimentos podem ser curtos ou de grande amplitude. É interessante trabalhar das duas formas, porém em combate daremos preferência aos movimentos curtos que abrem menos a guarda e são menos perceptíveis (telegrafar o movimento). Agora faremos a junção dos movimentos de corte e estocada. Esse exercício pode ser feito em frente a um espelho para ter noção dos alvos a serem atingidos.

Ângulo 1

Característica: Diagonal da direita superior até a esquerda inferior, sentido de cima para baixo.

Alvo principal: Lateral esquerda do pescoço do adversário.

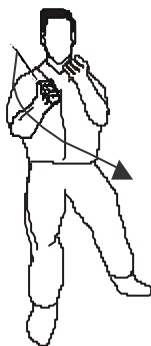


Fig.45



Foto 78

Ângulo 2

Característica: Diagonal da esquerda superior até a direita inferior, sentido de cima para baixo.

Alvo principal: Lateral direita do pescoço do adversário.

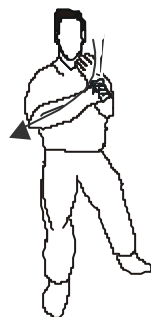


Fig.46



Foto 79

Ângulo 3

Característica: Movimento na horizontal da direita para a esquerda.

Alvo principal: Lateral esquerda da região da costela do adversário.

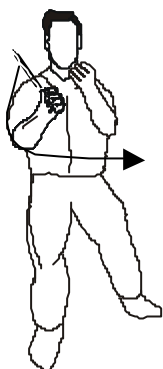


Fig.47



Foto 80

Ângulo 4

Característica: Movimento na horizontal da esquerda para a direita.
Alvo principal: Lateral direita da região da costela do adversário.

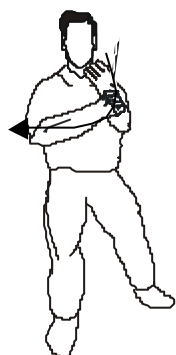


Fig.48



Foto 81

Ângulo 5

Característica: Estocada em movimento a frente.
Alvo principal: Plexo solar



Fig.49



Foto 82



Foto 83

Ângulo 6

Característica: Estocada a direita.

Alvo principal: Ombro esquerdo ou axila esquerda do adversário.

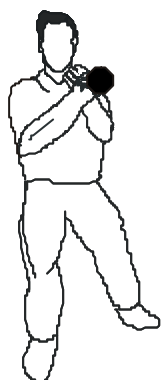


Fig.50



Foto 84



Foto 85

Ângulo 7

Característica: Estocada a esquerda.

Alvo principal: Ombro direito ou axila direita do adversário.

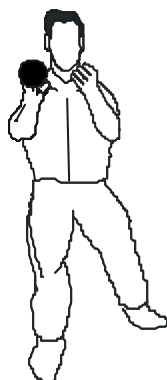


Fig.51



Foto 86



Foto 87

Ângulo 8

Característica: Diagonal da esquerda superior até a direita inferior, sentido de cima para baixo.

Alvo principal: Lateral direita do joelho do adversário.



Fig.52



Foto 88

Ângulo 9

Característica: Diagonal da direita superior até a esquerda inferior, sentido de cima para baixo.
Alvo principal: Lateral esquerda do joelho do adversário.

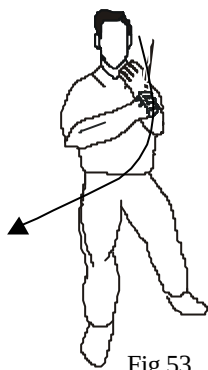


Fig.53



Foto 89

Ângulo 10

Característica: Estocada superior à esquerda.
Alvo principal: Temporã ou olho direito do adversário.

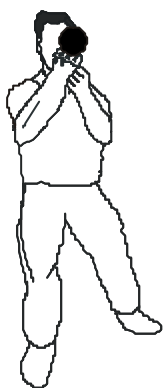


Fig.54



Foto 90



Foto 91

Ângulo 11

Característica: Estocada superior à direita.
Alvo principal: Temporã ou olho esquerdo do adversário.

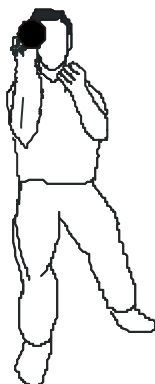


Fig.55



Foto 92



Foto 93

Ângulo 12

Característica: De cima para baixo seguindo a linha central do corpo.

Alvo principal: Da cabeça até o final do tronco do adversário.

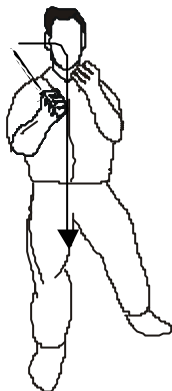


Fig.56



Foto 94



Foto 95

Os exercícios podem ser feitos em frente a um espelho para correção dos movimentos. Após estarem bem assimilados, podemos conjugar os movimentos com o trabalho de pernas, executando cada ângulo de ataque com um avanço total.

MOVIMENTOS BÁSICOS – COMBINAÇÕES

Combinações trabalham a fluidez e desenvolvem a habilidade técnica do praticante. Os movimentos seqüenciais trabalham a memória muscular tornando mais intuitivo a aplicação dos golpes em situações reais. Os exercícios trabalham movimentos defensivos, ofensivos ou ambos.

Primeira Combinação – Seis movimentos defensivos:



Foto 96 - Defesa alta



Foto 97 - Defesa baixa



Foto 98 - Defesa para fora



Foto 99 - Defesa para dentro



Foto 100 - Defesa Interna



Foto 101 - Defesa externa

Segunda Combinação – Seis movimentos de Ataque:



Foto 102 – Corte ângulo 3 (altura do pescoço)



Foto 103 – Corte ângulo 4 (altura do pescoço)



Foto 104 – Estocada ângulo 5 (altura do pescoço)



Foto 105 – Estocada na têmpora esquerda



Foto 106 – Estocada na têmpora direita



Foto 107 – Corte ângulo 12 (linha central)

Terceira Combinação – Seis movimentos Contundentes:



Foto 108 – Golpe contundente no queixo



Foto 109 – Corte contundente no nariz



Foto 110 – Golpe contundente costela esquerda



Foto 111 – Corte contundente costela direita



Foto 112 – Golpe contundente no testículo



Foto 113 – Corte contundente nas costas

MOVIMENTOS BÁSICOS – TRABALHO EM DUPLA

Os movimentos em dupla são importantes para achar a distância e o tempo correto para o ataque, treinar o reflexo para bloqueios e esquiva, treinar novos movimentos que podem ser utilizados em situações reais de combate e principalmente mostrar as deficiências do treinamento, por exemplo - telegrafar movimentos. Dividimos os movimentos básicos em dupla em 2 tipos principais:

Seqüências simples

Essa seqüência tem início, meio e fim. Podemos trabalhar ataques, defesas e contra-ataques.

Quando pensamos em defesa pessoal, analisamos a situação e oferecemos respostas. Esse aspecto se torna essencial em uma situação real de perigo, ao invés de pensarmos no que fazer, pois, já incorporamos movimentos simples de serem executados e lembrados, desta forma, não perdemos tempo, nem ficamos confusos, tomamos decisões que podem salvar nossas vidas.

Existem em nosso sistema estudos para utilização da faca para defesa contra adversário desarmados, porém, com grande vantagem física, armados com facas, bastões, armas de fogo, contra dois, três ou mais adversários, para ser utilizado em situações de solo e para unidades especiais das forças armadas – eliminação de sentinelas.

Seqüência simples de defesa contra arma de fogo:



Foto 114 – O agressor ameaça com uma arma, observe que o defensor antecipou o ataque e está com a faca dissimulada.



Foto 115 – Desviamos a arma e contra-atacamos com um golpe contundente com a faca



Foto 116 – Ainda controlando a arma, desferimos o ataque final com uma estocada na traquéia.

Seqüência para aprimorar memória muscular – essa seqüência visa diminuir o tempo entre o pensar e agir, ao mesmo tempo em que incorpora o músculo da memória muscular para executar o movimento necessário a fim de se defender de possíveis ataques do adversário.



Foto 117– Aplicação da defesa para baixo



Foto 118 – Aplicação da defesa para fora

Obs.: Note que tanto o atacante quanto o defensor estão com facas, nesse exercício podemos utilizar qualquer tipo de movimento defensivo relacionado na primeira combinação do capítulo anterior, porém, se estabelecer uma ordem lógica, a fim de dificultar a defesa e aumentar a capacidade de resposta, preparando o lutador a antecipar qualquer ataque.

Seqüência de ataque e defesa

Esse exercício é fundamental para aumentar a memória muscular e a resposta aos estímulos de defesa e contra-ataque. Os movimentos devem começar devagar e progressivamente aumentamos a velocidade. É interessante mudar o parceiro para ter estímulos diferentes o que gera maior versatilidade e capacidade de adaptação a qualquer adversário, independente de sua estatura ou massa corpórea.

Devemos começar o exercício com facas de treinamento, para preservar a integridade física dos praticantes, porém, o exercício com lâminas reais não deve ser descartado, isso dará maior afinidade do praticante a ferramenta. O “não temer e a afinidade com a faca” são requisitos imprescindíveis ao praticante, sem o qual fatalmente perderá o combate.

Outro ponto de destaque é a postura mental correta. Devemos encarar o exercício como uma luta real, onde nossa vida está em risco. Não existe o tentar, é preciso fazer.

Descrição

1. B ataca na região da cabeça do adversário A defende (Foto 113).
2. A prepara o contra-ataque (Foto 114).
3. A ataca na região da cabeça do adversário B defende (Foto 115).
4. Os movimentos se alternam Constantemente



A Foto 119 B



A Foto 120 B



A Foto 121 B

Essa sequência também é chamada de sequência contínua – é contínua e fluída, não existe um fim definido, podemos realizar os movimentos alternando constantemente os movimentos, ora atacando e ora defendendo.

Sequência de Controle

Como o próprio nome diz, o objetivo é controlar o adversário utilizando a faca para imobilizar o adversário. Não aplicamos golpes fatais, mas técnicas para cessar sua capacidade de ataque e diminuir a agressividade.



Foto 122



Foto 123 – Envolvendo o braço do adversário



Foto 124 – Controlando a arma do adversário



Foto 125 – Paralisando o braço do adversário

SOLTURA DA FACA

Um erro comum de muitos lutadores é tentar prender os pulsos do adversário tentando controlar a faca. Essa técnica embora comum, tem várias deficiências:



Foto 126

Enquanto o adversário está com as mãos ocupadas, o combatente pode desferir um golpe com a mão viva (foto 126), cotovelada, joelhada ou chute (foto 127).



Foto 127

O adversário segura o seu braço, porém, com movimentos de giro de pulso é possível cortá-lo:



Foto 128 – Apresamento do pulso pelo adversário para controlar a faca.



Foto 129 – Giro do pulso para fora.



Foto 130 – Giro do pulso para dentro.

A pessoa não treinada deve evitar segurar os pulsos, mas afastar o máximo possível do agressor com a faca. Outra falha é tentar levar a luta para o solo, a faca pode ser facilmente usada para lesionar ou imobilizar o oponente.



Foto 131 – O agressor leva o combate para o solo



Foto 132 – Com uma joelhada desequilibramos o agressor e alcançamos a faca



Foto 133 – Tiramos o agressor com um movimento lateral do quadril e contra-atacamos com a faca

12 ERROS COMUNS:

1) **A faca parada** (foto 134) – um dos erros mais comuns nos combatentes inexperientes é a falta de mobilidade da mão forte quando a faca está à frente, isso possibilita um ataque para desarmar ou imobilizar o oponente.



Foto 134

2) **A guarda baixa** (foto 135) – a guarda baixa permite ataques em pontos altamente vulneráveis e incapacitantes, deve ser evitado a todo custo ou o lutador perderá rapidamente o combate.

3) **Telegrafar o ataque** (foto 136) – mostrar qual será o ataque é facilitar sua defesa e contra-ataque.



Foto 135



Foto 136

4) **Base muito estática** (foto 137) - com centro de gravidade baixo, perna muito exposta para corte. Esse posicionamento dificulta a mobilidade do combatente.

5) **Joelho muito estendido** (foto 138) - podendo ser facilmente desequilibrado, ou ter uma fratura em caso de ataque a essa região.



Foto 137



Foto 138

6) **Má empunhadura** (foto 139) - facilita o corte na mão, conseqüentemente o desarme e perda da faca, além de diminuir a amplitude e potência do ataque.



Foto 139

7) **Faca atrás no combate de faca contra faca** (foto 140) - facilitando o corte da mão fraca.



Foto 140

8) **Desvio do foco de combate** (foto 141) - com insistente olhar na faca do adversário.



Foto 141

9) **Tensão no momento do combate** (foto 142 e 143) - facilitando identificar os possíveis ataques a serem desferidos, causando também retardo na capacidade de reação de defesa e ataque.



Foto 142



Foto 143

10) **Atacar a perna do adversário** (foto 144) - quando esse se encontra em uma posição adequada de combate, facilitando a defesa e um contra-ataque mais efetivo em uma região vital.



Foto 144

11) **Estocar em um primeiro ataque facilita a defesa** (foto 145) - o ideal é a estocada vir após uma seqüência de cortes.



Foto 145

12) **Segurar a lâmina do adversário** (foto 146) - na tentativa de defesa de um ataque.



Foto 146

DEFESA CONTRA FACAS

Em uma situação de risco, a vítima normalmente é tomada pelo elemento surpresa, não apresentando uma resposta imediata. O objetivo é diminuir o tempo entre pensar e agir, através do treinamento repetitivo e sistemático dos mais diversos movimentos, englobando o combate desarmado - em pé ou no solo, utilizando técnicas de impacto, projeções, torções, imobilizações, estrangulamentos e o combate armado – com armas brancas, de fogo ou armas improvisadas. Quanto mais completa for a arte marcial maior será os recursos que o lutador pode empregar no combate.

Um dos requisitos mais importantes de qualquer método de defesa pessoal é a filosofia preventiva. Estudamos os riscos, evitamos a rotina, elaborando normas e procedimentos que equilibrem o conforto com a segurança pessoal e nos preparamos para a reagir se necessário. Deve-se conhecer a si mesmo, dominando suas emoções. As técnicas devem ser simples, rápidas e efetivas. O treinamento deve ser constante e principalmente devemos estudar a situação para saber o momento correto para reagir.

A primeira regra da defesa contra facas é: Evite o confronto, fuja o mais rápido que puder se for possível, para se defender de uma faca é necessário estar preparado para ser **CORTADO**. As pessoas não estão preparadas para essa situação, se defender contra uma faca é uma das piores tarefas tanto para o cidadão comum quanto para um lutador experiente de artes marciais. Uma das principais causas é a própria deficiência do treinamento. Respeita a faca e conheça tanto as ferramentas, quanto às técnicas, sabendo lutar com uma faca, você também se defende melhor. Todas as formas de defesa pessoal ensinada nas academias se baseiam apenas nas defesas contra ataques em linha reta e não em ataques que sigam trajetórias aleatórias ou que dificultem prever o ataque do adversário. A faca é um instrumento fácil de ser encontrado, outros objetos podem ser utilizados da mesma maneira (vidros, navalhas, cacos de vidro), ataca em vários ângulos e até de forma involuntária, pode cortar, amputar, perfurar ou rasgar. A curta distância é muito mais difícil de ser defendida, a seis metros de distância um atacante com faca demora em média 2 segundos para alcançar o seu objetivo.

A defesa pessoal estuda situações e oferece respostas.

Opções de defesa contra a faca:

Previna - evite a violência gratuita, o ditado: “Quando um não quer dois não brigam” é a melhor forma de evitar um confronto desnecessário;

Negocie – pedir desculpas não mata ninguém, a faca mata;

Fuja – como dito anteriormente, se o confronto for inevitável essa é sua melhor defesa;

Não reaja em situações de roubo, o bandido quer o seu dinheiro e não hesitará em tirar a sua vida se tentar uma reação;

Há opções de defesa com armas improvisadas – guarda chuvas, bengalas, blusões, cintos podem ser utilizados para manter distância ou imobilizar o adversário;

Se não puder fugir e o adversário tiver habilidade, pegue-o de surpresa atacando primeiro (sempre opte primeiro com ataques com armas, mesmo improvisadas), seja efetivo, faça uma sequência de 5 ou 6 ataques devastadores. Um ataque pode ser defendido ou assimilado, uma sequência de ataques dá mais garantias de imobilizar seu adversário. Tenha certeza que ele não poderá usar a faca novamente contra você.

A vantagem é de quem está com a faca, espere ser cortado, não perca o controle emocional.

Desviar: saia da linha de ataque, tire o seu corpo ou de terceiros da direção da faca.

Se o adversário não tiver muita habilidade, podem ser utilizados esquivas, bloqueios ou uma combinação de ambos, seguidos de contra-ataques.

Escudos: É fundamental expor o lado de fora dos braços como escudo, ao invés de perder músculos, tendões e ligamentos que tiraram sua capacidade de defesa/combate.

Margem de Segurança: Mantenha uma distância de pelo menos 3 metros de raio entre você e a arma do atacante. Esta distância dará o tempo necessário para o defensor reagir a qualquer tentativa de ataque do oponente.

A reação deve ser a última opção e deve se ter em consideração os seguintes fundamentos:

Auto Controle – Se optar por uma reação, devemos acreditar que podemos reagir, a insegurança gera a dúvida, a dúvida gera o erro, o erro pode ser fatal. “Só efetue a reação se acreditar que pode e se tiver certeza que deve executá-la”.

Controlar o medo não é eliminá-lo, mas fazer dele seu aliado. O medo deve ser canalizado para conhecer suas limitações e não para paralisá-lo.

Controle do Adversário – Para controlar o adversário é necessário ter a técnica adequada para isso. Uma técnica deve ser fácil de ser aprendida, simples de ser executada e principalmente eficiente. Deve-se estudar o adversário, sua distância, porte físico e quais técnicas a serem utilizadas para imobilizá-lo.

Controle da Arma – “Tirar os dentes do tigre”, essa é a definição exata - quem ataca quer alcançar seu objetivo (tirar a sua vida!), ou seja, continuará atacando continuamente, o melhor método de defesa da faca é imobilizá-la, para cessar o ataque e preparar o contra-ataque.

Contra-Ataque – após controlar a faca é essencial imobilizar o atacante com uma sequência de ataques rápida e eficiente. Não pare até o agressor estar completamente sem condições de continuar o combate.

Controle da Situação – onde se estuda o se deve ou não reagir avaliando o risco.

Treinamento Constante – com supervisão de uma pessoa qualificada para ter as qualidades físicas necessárias e aumentar a efetividade em sua reação.

Para dominar uma técnica é necessário seguir alguns princípios:

Princípio da Repetição: É necessário repetir tantas vezes quanto forem necessárias para incorporar a técnica, fazendo que o tempo entre você pensar e agir seja cada vez menor. O movimento deve ser o mais natural possível, a reação deve ser imediata.

Princípio da Dor: A dor é o domínio sobre o seu adversário, quanto maior a dor, maior será o domínio. Podemos utilizar a dor para fazer o adversário ficar paralisado, destruir sua integridade física ou para distraí-lo.

Princípio da Adaptação: Não é o adversário que se adapta a técnica, mas a técnica se molda ao adversário. Conhecer os detalhes que fazem a técnica ser efetiva é fundamental, poder adaptá-la ao adversário é a diferença entre viver ou morrer.

Princípio da Mudança: Quando uma técnica não der resultado, mude para outra técnica. O adversário está dificultando a realização da técnica? Você tenta aplicar uma torção e não consegue? Mude a técnica para um soco ou cotovelada!

Princípio da Versatilidade: Uma técnica para várias situações, várias técnicas para uma situação. Quanto maior a versatilidade e conhecimentos do lutador, maiores serão suas chances.

Defesas Básicas:

Abaixar diminui a área de alvo, o Adversário é pego de surpresa. Esse movimento deve ser treinado a exaustão para adquirirmos memória muscular, tornando-o instintivo (fig.57).



Fig. 57

Contra-atacar, cessa a sequência de ataques do adversário. A vítima deixa de ser um alvo indefeso. O ditado: “A melhor defesa é o ataque”, tem sua aplicação aqui (fig.58).

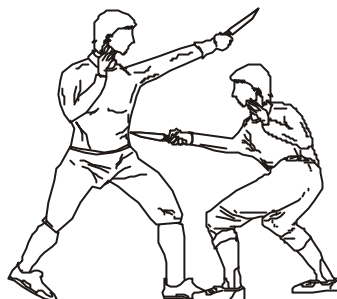


Fig. 58

Recuar pode ser uma saída interessante, por ser um movimento instintivo, porém, facilita uma sequência de ataques do adversário (fig.59).

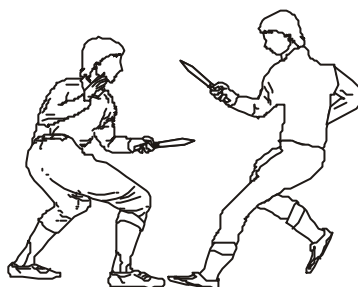


Fig. 59

Sair pelas laterais necessita mais treinamento, não é um movimento fácil, deve-se executá-lo no momento exato do ataque do adversário (fig.60).

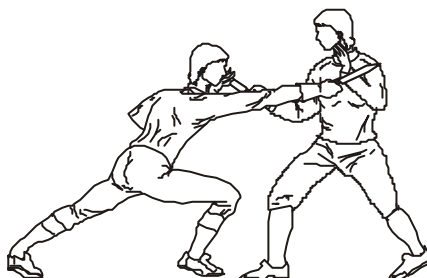


Fig. 60

O movimento de bloquear é fácil de ser assimilado, se torna eficaz levando em consideração, ser melhor perder um braço do que ter o pescoço cortado (fig.61).



Fig. 61

Evite a defesa em “X”, ou defesa cruzada, o atacante puxará a faca, cortando ambos os braços (fig.62).

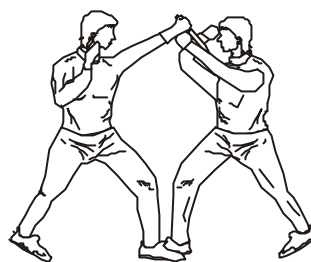


Fig. 62

O uso de bastões ou armas improvisadas permitem manter uma distância de segurança da faca. Podemos atingir o atacante antes de entrarmos em seu raio de ação (fig.63).

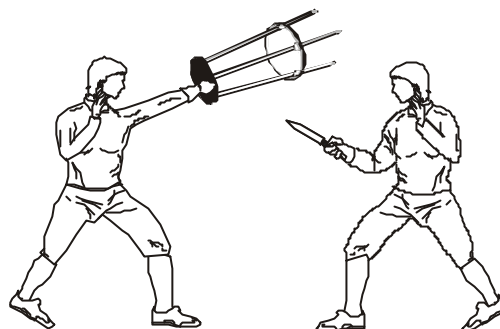


Fig. 63

Use carros, móveis, ou outras estruturas para ficar longe do atacante. Mesmo conhecendo técnicas de desarme do oponente, manter a distância será sua melhor chance de sobreviver (fig.64).

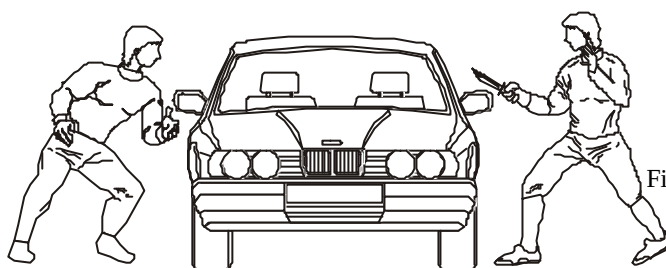


Fig. 64

Armas de fogo devem ser utilizadas a mais de 6 metros de distância para diminuir a possibilidade do atacante atingi-lo (fig.65).

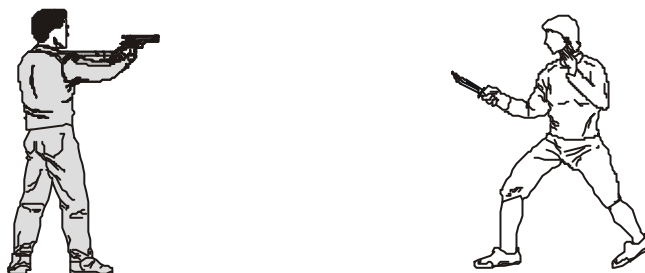


Fig. 65

Fugir, deixa de ser uma atitude covarde quando conhecemos nossas limitações. O atacante com a faca tem a vantagem no combate (fig.66).

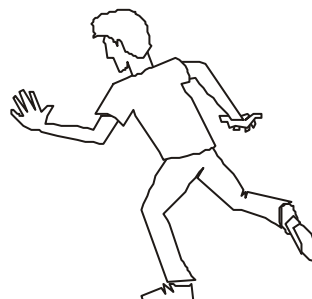


Fig. 66

ASPECTOS LEGAIS

Legislação

No Brasil, não há legislação específica sobre facas ou outras ferramentas dotadas de lâminas.

Embora popularmente conhecidas como “armas brancas”, não são, a rigor, consideradas uma ameaça à Sociedade (como ocorre com as armas de fogo ilegais), sendo sua posse aceita com normalidade.

O transporte da faca, desde que acondicionada de forma a caracterizar sua finalidade, também não confronta as Autoridades (por exemplo, um conjunto de facas para churrasco transportado num estojo-maleta próprio, não atrairá atenção como armas sendo carregadas com vistas a cometer-se um crime).

Quanto ao porte da faca, deve-se ter sempre em mente o meio-ambiente, por assim dizer, em que a mesma é portada.

Uma faca longa, pontiaguda e afiada em seu gume, certamente atrairá a atenção das Autoridades em praticamente qualquer situação.

Já um canivete (faca dobrável que guarda sua lâmina dentro do próprio cabo) pode ser considerado um simples utensílio de uso no dia a dia, com o qual seu usuário pode descascar frutas para consumir, abrir cartas com facilidade, etc.

Óbvio que um canivete de mola (“switchblade”) pode não ser bem visto numa revista policial, pois passa uma imagem de agressividade e beligerância.

É o mesmo caso de um pé-de-cabra:

Se o referido instrumento estiver de posse de um feirante, transportado em seu caminhão abarrotado de caixotes de madeira repletos de hortifrutigranjeiros, não despertará nenhuma suspeita.

Já se estiver sendo carregado, escondido sob um casaco, por um jovem de aparência hostil, num bairro residencial em plena madrugada, claro está que o tal pé-de-cabra será visto como uma ferramenta do crime.

É interessante constatar que o qualquer objeto pode ser uma arma (como demonstrado anteriormente), ficando difícil qualquer regulamentação de porte de armas brancas.

Assim, em se tratando de portar facas, mais do que qualquer outra coisa, cabe o bom senso.

Outro ponto a ressaltar é o uso da faca como instrumento de defesa pessoal. A legislação brasileira prevê que não existe crime se o autor agir em situação de legítima defesa (inciso II do artigo 23 do CP), que se caracteriza quando a pessoa repele injusta agressão, atual ou iminente, a direito seu ou de outra pessoa, usando moderadamente dos meios necessários (artigo 25 do CP). É importante demonstrar a proporcionalidade da resposta que a pessoa utilizará para caracterizar a legítima defesa – em uma situação onde a pessoa é simplesmente agredida verbalmente em uma briga de trânsito, sem esgotar outras alternativas de negociação para solução do problema, não será legítima sacar uma faca ou arma de fogo para resolver de forma definitiva o problema, porém, será legítima defesa se um bandido invade sua residência, colocando em risco sua vida ou de seus familiares. Novamente deve prevalecer o bom senso.

Logo da
Editora