

Brincadeiras e jogos não precisam ser exclusividade da infância. Resgatar a criança interior e brincar pode trazer inúmeros benefícios na vida adulta

POR AILIM CABRAL E LUIZA MARINHO*

Ao chegar à vida adulta, muitos jovens, sobretudo os millenials, costumam se comparar com a visão que tinham dos pais: então, é isso? Os adultos não sabem de tudo? Só vamos tentando fazer dar certo conforme os desafios aparecem? Ainda sentimos medo? Ao morar sozinho, começar a pagar as próprias contas, casar, ter filhos, viajar, fica um pouco mais claro que, embora tenham mais autonomia e responsabilidades, permanecem carregando alguns traços da infância. Ainda precisam rir, divertir-se, de um colo para chorar e, veja só, brincar.

A brincadeira, parte essencial da infância e como as crianças aprendem a viver e a navegar no mundo, não precisa ser deixada de lado só porque os anos se passaram. Claro, o tempo livre não é mais o mesmo, mas exercitar o lado lúdico da vida pode ser fundamental para cuidar da saúde mental e do bem-estar.

Sabe aquele sentimento de correr com os amigos, ficar esbafofado e rir sem se preocupar com as horas seguintes? Essa é uma das sensações que o grupo de amigos que criou a Keima Kengaral buscava quando começou a se reunir para jogar queimada.

A artista visual e produtora cultural Nina Maia Nobre, 33 anos, costumava se perguntar por que as mulheres, assim como os homens com suas peladas semanais, por exemplo, não costumam ter tantos hobbies ou momentos na semana separados apenas para o próprio lazer.

Em 2022, chegando aos 30 anos, começou a se incomodar também com a dificuldade que tinha em fazer novas amizades depois de adulta. Normalmente, o círculo de amigos é o mesmo desde o período de infância ou formado por colegas de trabalho, por exemplo. "Acabamos ficando em uma bolha. A gente perde um pouco aquela espontaneidade da criança, que convida outra para brincar assim que se conhecem no parquinho", reflete.

E esse desejo, de voltar a conhecer pessoas de uma forma mais lúdica e natural, motivou ela e alguns amigos a se organizarem para jogar. A queimada não foi a primeira opção, pensaram no vôlei, mas a necessidade de quadra e de equipamento poderia atrapalhar. Em seguida, pensaram na queimada e no pique-bandeirinha, que curtiam na infância.



Arquivo pessoal

O grupo começou com oito amigos. Mas desde o primeiro dia, muitas pessoas viram e começaram a se interessar, pedindo para participar. O Keima Kengaral foi crescendo e, hoje no WhatsApp, já são cerca de 200 participantes. Eles se reúnem toda terça-feira, na 415 Norte, e sempre tem alguém novo chegando. "Uma coisa legal da queimada é que ela é democrática. Não é como um esporte em que você precisa ser bom, ter habilidade para jogar. É mais brincadeira e menos competição, e isso é mais convidativo", comenta.

O grupo, inclusive, quis manter os ares inclusivos em toda a estrutura dos encontros. Os times não são escolhidos, evitando que alguém fique em último lugar e se sinta excluído, mas, sim, divididos

por algum critério aleatório, como signos e mês de aniversário. Existem também regras contra qualquer tipo de discriminação e todos estão bem claros na descrição do grupo do WhatsApp.

Outro aspecto da queimada é aceitar famílias com crianças. Nina explica que muitos pais e mães querem jogar e não têm com quem deixar as crianças, mas muitos as levam porque querem jogar com os filhos e dividir essa experiência, trazendo memórias positivas de suas infâncias para os pequenos.

E o desejo de Nina de fazer novos amigos se realizou. E não só para ela, mas também para outros integrantes da queimada, que levaram as relações surgidas no jogo para outros aspectos da vida.