

Regras Unificadas de Conduta do MMA

1. Introdução

2. Rounds

3. Trajes

4. Equipamentos

5. Arbitragem e critérios de julgamento

5.1. Novas recomendações feitas pela ABC Boxing

6. Técnicas permitidas

7. Advertências

8. Faltas

9. Contusões obtidas durante o combate

10. Tipos de resultados de uma luta

11. Condutas gerais

12. Requerimentos da NJAC

13. Pesagem e Categorias de pesos

Principais diferenças implementadas em eventos fora dos EUA

1. Introdução

“Regras Unificadas de Conduta do MMA” é o conjunto de normas estabelecidas em 2000 pela Comissão Atlética do Estado de New Jersey (New Jersey State Athletic Control Board, NJSACB) para sancionar o MMA, aproveitando um trabalho iniciado pela Comissão Atlética do Estado da Califórnia (CSAC). As faltas foram aproveitadas de trabalho desenvolvido pela Comissão Atlética do Estado de Nevada (NSAC), que também acrescentou algumas alterações no resultado final.

Este foi um trabalho extenso, originado da pressão imposta por políticos americanos que queriam banir o MMA dos EUA por considerar o esporte violento demais. Em 28 de dezembro de 2005 a Califórnia oficialmente sancionou o MMA usando esta regulamentação. A partir daí, diversas comissões atléticas estaduais nos EUA passaram a adotar este conjunto de regras nos eventos realizados sob sua área de jurisdição.

Em 2009, as regras sofreram uma revisão feita pela Association of Boxing Commissions (Associação das Comissões de Boxe), com representantes de Nevada, Ohio, Minnesota e até do Canadá. A revisão tratou de pontos controversos das regras como as mudanças drásticas nas categorias de peso e a liberação de cotoveladas, dentre outras mudanças. O documento pode ser visto na íntegra (em inglês) no site oficial da ABC Boxing.

Vale ressaltar que, por ter sido sancionado por órgãos regulamentadores dos EUA, nem todos os eventos seguem estas regras. Aqueles sediados fora do território americano implementam algumas alterações, pois cada país tem a sua própria legislação. Isto fica claro quando a Comissão Atlética de Québec (QAC), no Canadá, reclamou do uso de cotoveladas e joelhadas, bem como da ausência de abertura de contagem protetora em knockdowns, para liberar a realização do UFC 97 em território canadense. Foi necessário um acordo entre o UFC e a QAC para garantir o evento. No final deste texto seguem as principais diferenças encontradas em alguns eventos disputados fora dos EUA. A íntegra das regras estabelecidas pelo QAC podem ser encontradas clicando aqui (conteúdo em francês).

Este presente texto publicado no MMA Brasil não é uma tradução oficial das Regras Unificadas do MMA, é apenas um resumo do que as normas estabelecem. O documento oficial pode ser lido na íntegra ao clicar aqui (conteúdo em inglês). Enquanto o texto original tem um ar mais jurídico, nós resolvemos reorganizá-los, dando um aspecto mais esportivo ao conteúdo.

O UFC disponibiliza um texto no formato PDF com as Regras Unificadas do MMA e outras importantes regulamentações. Clique aqui para baixar o documento (em inglês).

2. Rounds

Cada round deve ter cinco minutos de duração, com um minuto de intervalo para descanso entre eles. Lutas por títulos podem ser sancionadas para cinco rounds, mas lutas comuns não devem exceder o total de três rounds. Esta regra vale tanto para lutas masculinas como femininas.

Obs.: A partir do segundo semestre de 2011, lutas de cinco rounds sem disputa de cinturão passaram a ser aceitas. O movimento começou nas lutas principais do UFC a partir da edição 138.

3. Trajes

Os competidores devem lutar trajando shorts aprovados, sem nenhum tipo de calçado. Tornozeleiras e joelheiras são permitidas. Camisetas, rashguards, camisas de quimono ou calças de qualquer espécie (inclusive de quimonos) não são permitidas.

Os lutadores devem utilizar luvas leves (de 4 a 6 onças), que deixam os dedos livres. As luvas devem ser novas e entregues em perfeitas condições pelo promotor do evento e aprovadas pela Comissão Atlética local, ou serão substituídas. Nenhum competidor pode usar suas próprias luvas.

Em todas as categorias de peso as bandagens das mãos dos competidores devem ser restritas a gazes leves, com no máximo 15 jardas (13,7m) de comprimento por 2 polegadas (5cm) de largura, afixada por esparadrapo cirúrgico de, no máximo, 10 pés (3m) por uma polegada (2,5cm) de largura, para cada mão. As bandagens devem ser postas no vestiário, na presença de um inspetor e do cornerman chefe do oponente. Sob nenhuma circunstância as luvas de um lutador podem ser colocadas antes de receber aprovação do inspetor.

Todos os competidores devem usar protetor bucal durante as lutas. O aparato será inspecionado e aprovado pelo médico presente ao evento. Um round não pode começar sem o protetor no lugar. Se o protetor cair involuntariamente, o árbitro deve pedir tempo, limpá-lo e reinseri-lo na boca do competidor que a perdeu no primeiro momento oportuno, sem interferir na ação imediata.

Lutadores devem usar protetor genital (coquilha), de tipo aprovado pelo comissário presente. Lutadoras são proibidas de usar protetor genital. Elas devem usar protetor de seios, igualmente aprovados pelo comissário.

Jóias ou piercings são proibidos durante um combate.

Árbitros ou inspetores das comissões devem verificar o comprimento de todas as unhas dos lutadores antes de um combate.

4. Equipamentos

Em cada luta o organizador deve fornecer um balde limpo e uma garrafa de plástico limpa para água para cada corner.

Um banco aprovado pelo comissário presente deve ser fornecido para cada competidor. Um número apropriados de bancos ou cadeiras, aprovados pelo comissário, devem ser fornecidos em números suficientes para cada cornermen de cada lutador e devem ser posicionadas próximas ao corner do lutador. Os bancos e cadeiras devem ser limpos ou substituídos após cada luta.

Depois da polêmica gerada na luta entre Georges St-Pierre e BJ Penn no UFC 94, a ABC Boxing proibiu o uso de gordura corporal externa, géis, bálsamos, loções, óleos ou quaisquer outras substâncias a serem aplicadas aos cabelos, corpo ou face dos atletas. Isto inclui o uso excessivo de água para tornar o atleta escorregadio. No entanto a vaselina deve ser aplicada apenas na face, do lado de fora do ringue ou cage, na presença de um inspetor, árbitro ou pessoa designada pela comissão atlética.

O atleta que aplicar qualquer coisa diferente de vaselina nos modos citados acima poderá ter um ponto descontado ou ficar sujeito à derrota por desclassificação.

5. Arbitragem e critérios de julgamento

O árbitro e o médico do evento são os únicos indivíduos que podem interromper uma luta e únicos autorizados a entrar na área de combate a qualquer momento.

Os juízes devem avaliar as técnicas dos competidores, como trocações efetivas (número total de golpes lançados por um competidor e a contundência deles), agarramentos efetivos (quantidade de quedas e reversões com sucesso executadas por um competidor, por exemplo, queda da posição em pé para a montada ou guardas ativas para os lutadores que atuam na guarda), controle da área de luta (julgamento de quem está controlando ritmo e posição da luta, por exemplo, com tentativas de quedas para forçar a luta no chão, passagem de guarda para conseguir posição de montada, impedir uma tentativa de queda permanecendo em pé e usando trocação legal, e avaliação da criação de oportunidades para golpear o adversário), agressividade efetiva (lutar se movendo em direção ao oponente e disparando golpes legais) e defesa (evitar ser quedado, atingido por trocação ou raspado).

O sistema de 10 pontos por round deve ser adotado em todas as lutas. Três juízes marcam o placar em cada round, quando o vencedor daquele round leva 10 pontos e o perdedor, 9 ou menos. Caso um juiz considere que um round terminou empatado (nenhum lutador claramente obteve vantagem), deve atribuir 10 pontos para cada lutador.

Um round deve ser apontado como 10-9 quando um lutador domina o adversário por pequena margem, utilizando técnicas de trocação ou luta agarrada. Um 10-8 deve ser apontado quando um lutador domina o adversário de modo esmagador, utilizando técnicas de trocação ou luta agarrada. Já o 10-7 deve ser apontado quando um lutador domina completamente o adversário, utilizando técnicas de trocação ou luta agarrada.

Em New Jersey, o placar mínimo que um lutador pode receber num round é 7. Em outros locais este valor pode mudar.

A ABC Boxing recomenda que as comissões atléticas promovam cursos de preparação e reciclagem de árbitros centrais e juizes laterais. Os materiais dos cursos devem ser enviados à ABC Boxing para aprovação prévia. O documento de revisão das Regras Unificadas determina ainda que devem ser abordados nos cursos os critérios para julgar um round como 10-8, bem como apontar um empate em 10-10.

5.1. Novas recomendações feitas pela ABC Boxing

A ABC Boxing, em seu encontro anual de 2012, fez algumas recomendações acerca dos critérios de julgamento das lutas. Por exemplo, o Comitê de Julgamento da ABC Boxing passou a considerar que as ações ofensivas devem ser o único critério a ser julgado em lutas de MMA, ou seja, defesa não é mais um critério de julgamento.

Outra recomendação que muda bastante os critérios de julgamento diz que a trocação (striking) e a luta agarrada (grappling) passam a ter o mesmo peso no julgamento.

Confira o artigo publicado no MMA Brasil que detalhou as novas recomendações da ABC Boxing acerca dos critérios de julgamento.

6. Técnicas permitidas

São permitidos golpes com o cotovelo, exceto se forem aplicados de cima para baixo. Aperfeiçoamentos das regras unificadas atualmente permitem qualquer tipo de ataque com cotovelos, exceto nas áreas do corpo cujo contato não é permitido.

Golpes que atingem a orelha são aceitos.

7. Advertências

As seguintes manobras são passíveis de advertência pelo árbitro do combate. Se um competidor insistir com a infração, a advertência vira punição, que pode ser perda de ponto até desclassificação.

– Segurar ou se pendurar nas cordas ou grades

- Segurar as luvas ou shorts do oponente
- Presença de mais de um cornerman no perímetro da área de luta

8. Faltas

São consideradas faltas no MMA:

- Dar cabeçada no adversário
- Colocar o dedo no olho do adversário
- Morder ou cuspir no adversário
- Puxar os cabelos do adversário
- Agarrar o adversário pela boca
- Atacar a região genital do oponente
- Intencionalmente colocar um dedo em qualquer orifício do oponente
- Golpear com o cotovelo de cima para baixo
- Manipular juntas pequenas
- Golpear a espinha ou parte de trás da cabeça do oponente (até o topo da orelha e o ápice da coroa)
- Golpear os rins com os calcanhares
- Qualquer golpe à garganta
- Agarrar, beliscar, torcer a pele ou carne
- Agarrar a clavícula
- Chutar a cabeça de um adversário caído
- Aplicar joelhadas na cabeça de um adversário caído
- Pisar em um adversário caído
- Utilizar linguagem abusiva no ringue ou octógono
- Utilizar conduta anti-desportiva que possa machucar o adversário
- Atacar um oponente no intervalo
- Atacar um oponente quando este está sob cuidados do árbitro
- Timidez (evitar contato, intencionalmente derrubar o protetor bucal ou simular contusão)
- Interferência de um cornerman
- Arremessar um oponente para fora da área de luta
- Desrespeitar as instruções dadas pelo árbitro
- Arremessar o adversário contra a lona sobre a cabeça ou coluna dele (bate-estaca)

Uma falta resulta em dedução de um ponto na contagem oficial dos juízes. Apenas o árbitro pode apontar uma falta. Se o árbitro não indicar uma falta (interromper a luta, verificar a condição do competidor que sofreu a infração e notificar verbalmente aos cornermen e juízes), um juiz não pode levar o fato em consideração ao apontar o placar do round. Um competidor que sofreu uma falta tem até cinco minutos para se recuperar. Um competidor é desclassificado ao cometer três das faltas acima ou se o árbitro julgar que pelo menos uma delas foi feita intencionalmente e de modo flagrante.

9. Contusões obtidas durante o combate

Se uma contusão sofrida por manobra legal for severa o suficiente para encerrar a luta, o competidor machucado perde por nocaute técnico.

Se a contusão for sofrida por manobra ilegal (um dos fatores do item 7) e severa o suficiente para encerrar a luta, o competidor que causou a contusão perde por desclassificação.

Se uma contusão for sofrida por manobra ilegal mas a luta prossegue, o árbitro avisa aos juízes que descontem um ponto do infrator.

Se uma contusão sofrida por manobra ilegal acidental for severa demais e causar a interrupção da luta pelo árbitro, a luta deve resultar em no contest se for interrompida antes de completar dois rounds disputados (em lutas de 3) ou antes de completados três rounds (em lutas de 5). Após este limite, o placar dos juízes até o momento definirá o vencedor por decisão técnica.

Não existe pontuação em um round não terminado, apenas dedução de pontos decorrentes de infrações.

10. Tipos de resultados de uma luta

Uma luta pode ter apenas um dos seguintes tipos de resultados:

– Submissão (finalização):

Por Desistência: quando um lutador usa sua mão para indicar que não deseja mais continuar

Por Desistência verbal: quando um lutador anuncia verbalmente que não deseja mais continuar

– Submissão técnica: quando o árbitro interrompe a luta mesmo sem que o derrotado tenha indicado desejo de parar (utilizado normalmente em casos de desfalecimento)

– Nocaute técnico:

Por interrupção da luta pelo árbitro

Por interrupção da luta pelo médico (quando uma contusão causada por manobra legal for severa demais, suficiente para interromper a luta)

– Nocaute

– Decisão:

Unânime, quando os três juízes apontam o mesmo vencedor ao final dos rounds regulamentares

Dividida, quando dois juízes apontam um lutador como vencedor e o terceiro juiz aponta o outro lutador como vencedor

Majoritária, quando dois juízes apontam um lutador como vencedor e o terceiro juiz aponta empate

– Empate:

Unânime, quando os três juízes indicam empate ao final dos rounds regulamentares

Majoritário, quando dois juízes indicam empate e o terceiro aponta um vencedor

Dividido, quando todos os juízes indicam resultados diferentes que somam empate

Técnico, quando os dois lutadores se machucam e não conseguem prosseguir no combate (casos de nocaute duplo)

– Desclassificação, conforme explicado no item 9

– No contest, conforme explicado no item 9

11. Condutas gerais

Os lutadores serão submetidos a exames de controle de doping por esteróides ou outra substância ilegal qualquer.

12. Requerimentos da NJAC

Os lutadores devem ser licenciados pela NJAC, sujeitos aos critérios de licenciamento da mesma. As taxas de licenciamento são definidas pela NJAC.

Todos os eventos de MMA estão sujeitos à presença de inspetores da NJAC.

Todos os eventos de MMA devem atender aos procedimentos médicos definidos pela NJAC, devem fornecer equipamentos médicos e facilidades de emergência, conforme definição da NJAC, além de atender aos requerimentos de seguros definidos pela NJAC.

13. Pesagem e Categorias de pesos

As pesagens devem obedecer aos critérios definidos pela NJAC para os lutadores profissionais. Foram definidas as seguintes categorias de peso, com seus respectivos limites:

Peso mosca (flyweight), abaixo de 57kg (125,9 libras)

Peso galo (bantamweight), entre 57,1kg (126lbs) até 61,1kg (134,9lbs)

Peso pena (featherweight), entre 61,2kg (135lbs) até 65,7kg (144,9lbs)

Peso leve (lightweight), entre 65,8kg (145lbs) até 70,2kg (154,9lbs)

Peso meio-médio (welterweight), entre 70,3kg (155lbs) até 77kg (169,9lbs)

Peso médio (middleweight), entre 77,1kg (170lbs) até 83,7kg (184,9lbs)

Peso meio-pesado (light heavyweight), entre 84kg (185lbs) até 92,9kg (204,9lbs)

Peso pesado (heavyweight), entre 93kg (205lbs) até 120,1kg (264,9lbs)

Peso superpesado (super heavyweight), acima de 120,2kg (265lbs)

Apesar de não constar oficialmente nas regras, as comissões atléticas permitem, com anuência da ABC Boxing, tolerância de uma libra (cerca de 450g) acima do limite estabelecido da categoria em lutas que não valem cinturão, desde que esteja literalmente definido no contrato assinado pelos atletas.

As comissões também podem sancionar lutas em pesos combinados (catchweight). Não existe limite para estes pesos combinados, que são analisados de acordo com cada situação. As entidades também precisam divulgar aos promotores qual a maior diferença de peso tolerável entre dois adversários para cada categoria de peso.