

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

LAURITA MARCONI SCHIAVON

**GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA E HISTÓRIA
ORAL: A FORMAÇÃO DESPORTIVA DE GINASTAS
BRASILEIRAS PARTICIPANTES DE JOGOS
OLÍMPICOS (1980-2004)**

Campinas
2009

LAURITA MARCONI SCHIAVON

**GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA E HISTÓRIA
ORAL: A FORMAÇÃO DESPORTIVA DE GINASTAS
BRASILEIRAS PARTICIPANTES DE JOGOS
OLÍMPICOS (1980-2004)**

Tese apresentada à Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, como exigência parcial para a obtenção do título de doutor em Pedagogia do esporte. Área de concentração em Educação Física e Sociedade.

Orientador: Prof. Dr. Roberto Rodrigues Paes

Campinas
2009

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA
BIBLIOTECA FEF - UNICAMP**

Sch31g	Schiavon, Laurita Marconi. Ginástica artística e história oral: a formação desportiva de ginastas brasileiras participantes de jogos olímpicos / Laurita Marconi Schiavon. - Campinas, SP: [s.n.], 2009. Orientadores: Roberto Rodrigues Paes. Tese (doutorado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. 1. Ginástica artística. 2. Memória. 3. História Oral. 4. Jogos Olímpicos. 5. Esportes. 6. Formação. I. Paes, Roberto Rodrigues. II. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. III. Título.
--------	---

Título em Inglês: The sport formation of brazilian gymnasts taking part in Olympic Games (1980-2004).

Palavras-chave em inglês (Keywords): Artistic gymnastics; Memory; Oral history, Olympic games, Sports, Formation.

Área de Concentração: Pedagogia do Movimento.

Titulação: Doutorado em Educação Física.

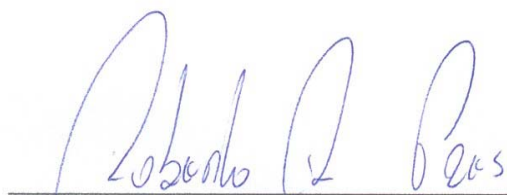
Banca Examinadora: Alexandre Moreira; Olga Rodrigues Von Simson; Roberto Rodrigues Paes; Rossana Travassos Benck; Vilma Leni Nista-Píccolo.

Data da Defesa: 18/02/2009.

LAURITA MARCONI SCHIAVON

**GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA E HISTÓRIA
ORAL: A FORMAÇÃO DESPORTIVA DE
GINASTAS BRASILEIRAS PARTICIPANTES DE
JOGOS OLÍMPICOS (1980-2004)**

Este exemplar corresponde à redação final da Tese de Doutorado defendida por Laurita Marconi Schiavon e aprovada pela comissão julgadora em 18/01/2009.

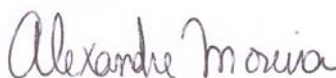


Prof. Dr. Roberto Rodrigues Paes
Orientador

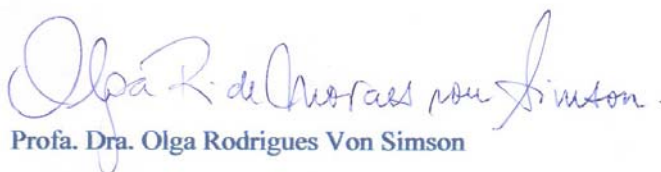
Campinas
2009

COMISSÃO JULGADORA

Prof. Dr. Roberto Rodrigues Paes
Orientador



Prof. Dr. Alexandre Moreira



Profa. Dra. Olga Rodrigues Von Simson



Profa. Dra. Rossana Travassos Benck



Profa. Dra. Vilma Leni Nista-Piccolo

*Dedico este trabalho às ginastas colaboradoras,
verdadeiras guerreiras, doadoras de suas próprias
vidas pela ginástica artística brasileira...*

...E à minha linda família: Gustavo, Clara e bebê.

AGRADECIMENTOS

*Às ginastas colaboradoras desta tese, que se dispuseram prontamente para a pesquisa por saber da contribuição à ginástica brasileira, em mais uma demonstração de carinho e doação pela Ginástica Artística. O meu “muito obrigado” para: **Cláudia Magalhães, Tatiana Figueiredo, Luisa Parente, Soraya Carvalho, Daniele Hypólito, Camila Comin, Daiane dos Santos, Caroline Molinari, Laís Souza e Ana Paula Rodrigues.***

*Ao meu orientador, **Roberto Paes**, meu carinho especial, por todo o caminho percorrido juntos. Agradeço pela sua confiança em me aceitar para o doutorado, grávida de oito meses. Sempre busquei honrar com esse compromisso e acredito que tenha conseguido. Suas palavras serenas, coerentes e importantes me conduziram com tranquilidade ao resultado final. Obrigada mesmo!*

*À professora **Olga von Simson**, que me acolheu no Centro de Memória com toda atenção e disponibilidade, como se fosse uma de suas orientandas. Agradeço por me apresentar a este método que tanto abriu meus horizontes para esta pesquisa.*

*Ao professor **Alexandre Moreira**, que também me recebeu algumas vezes na USP para resolver minhas dúvidas. Suas contribuições me enriqueceram demais.*

*À professora **Vilma Nista-Piccolo**, sempre me orientando, seja onde for, nos estudos, no trabalho, na vida, uma amiga que tenho o prazer de partilhar mais este momento.*

*À professora **Rossana Benck**, meus agradecimentos por aceitar fazer parte de minha banca, sempre disponível e lutando por uma ginástica brasileira cada vez melhor.*

*Ao **Gustavo**, meu marido, pela compreensão nesta fase tão difícil, que me exigiu demais e pela dedicação em me auxiliar sempre, tanto com a revisão da tese e suas muitas boas sugestões, como por ficar com nossa pequena Clara, para que eu pudesse trabalhar neste estudo.*

*Aos meus pais, **Jurandir e Sonia** e meus sogros: **Sandra e Augusto**, por me auxiliarem divertindo e cuidando de minha filha, para que eu pudesse estar tranqüila (quase impossível para uma mãe) para estudar e escrever.*

*Aos meus alunos que me auxiliaram na transcrição dos depoimentos, árduo trabalho, realizado sempre com muito capricho: **Rodrigo, Patrícia, Cláudia e Anna Ellieze**. Sem vocês essa tese não teria a mesma velocidade.*

*Aos amigos do Grupo de Pesquisa em Ginástica, que muito contribuíram, ouvindo minhas preocupações e oferecendo sugestões sempre que possível: **Beth, Marquinho, Giovana, Nana, Andréa** e em especial minha amiga **Licca**, com quem compartilhei vários momentos de dificuldades e de felicidades no decorrer do trabalho.*

*Aos amigos do Clube Regatas, que entenderam minhas ausências em momentos importantes da tese, muitas vezes sobrecarregando-os: **Malú, Lucila, Fernanda, Rodrigo e Flávia**.*

*À **Kizzy Antualpa**, pela disponibilidade para o estudo piloto.*

*A todos que de alguma forma contribuíram para que este trabalho pudesse se enriquecer, principalmente os familiares de algumas ginastas, como a **Rosely** (tia de Daniele Hypólito), **Geni** (mãe de Daniele Hypólito), **Ana e Deise** (secretárias de Daiane dos Santos), **Adriana Alves** (ex-técnica de Daiane dos Santos), **Mário César de Carvalho** (ex-técnico de Cláudia Magalhães) e **Sérgio Stringuini** (mestrando e técnico da UFRS), com quem troquei várias informações.*

SCHIAVON, Laurita Marconi. **Ginástica Artística feminina e História Oral: a formação desportiva de ginastas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos (1980-2004)**. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

RESUMO

Os resultados das atletas brasileiras da Ginástica Artística feminina nos últimos 10 anos apresentaram uma expressiva evolução nas competições de nível internacional. Na busca de informações científicas dessa evolução, o presente estudo teve o propósito de conhecer o processo de formação desportiva das atletas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos, na modalidade de Ginástica Artística Feminina, de 1980 a 2004. Para isso foi desenvolvida uma pesquisa qualitativa utilizando-se o método de História Oral, com os depoimentos das dez ginastas brasileiras classificadas para os Jogos Olímpicos neste período, para se obter o diagnóstico das suas histórias de vida desportiva. A análise abrangeu 14 temas e categorias – alguns inicialmente elencados para a pesquisa de campo e outros que emergiram dos depoimentos: iniciação desportiva na GA, participação em outras modalidades desportivas, seus ídolos, condições de infra-estrutura dos treinamentos, estrutura e organização dos treinamentos, aspectos nutricionais, aspectos psicológicos, incidência de lesões, a participação nas Olimpíadas, relação técnico-ginasta, apoio familiar, condições financeiras, influências determinantes e encerramento da carreira desportiva na GA. Como resultado, são oferecidas diretrizes para reflexões sobre a formação desportiva em GAF.

Palavras-chave: Ginástica Artística; Memória; História Oral; Jogos Olímpicos; Esporte. .

SCHIAVON, Laurita Marconi. Women's Artistic Gymnastics and Oral History: **The sport formation of Brazilian gymnasts taking part in Olympic Games (1980-2004)** Thesis (Doctorate in Physical Education) Physical Education School Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

ABSTRACT

Brazilian female athletes' results in Artistic Gymnastics evolved hugely in international level competitions in the last ten years. In the search of scientific information about this evolution, the present study aimed to learn about the long-term athlete development of the Brazilian female Artistic Gymnastics participating in Olympic Games in the period between 1980 and 2004. In order to do so it was developed a qualitative research which made use of the Oral History methodology. Testimonies were gathered among the ten classified Brazilian athletes for the Olympic Games in this period of time, to obtain the diagnosis of their sport life. From the field research and testimonies 14 themes emerged and were analysed: sport initiation in Artistic Gymnastics, participation in other sports modalities, their idols, facilities of trainings, designing training programs, nutritional aspects, psychological aspects, injuries, the participation in the Olympic Games, the relationship coach-athlete, parental support, financial conditions, most important influences and retirement in Artistic Gymnastics. As a result of this analysis there is an indication of an educational proposal for long-term athlete development in Women's Artistic Gymnastics.

Key-words: Artistic Gymnastics; Memory; Oral History; Olympic Games; Long-term development; Sports.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 - LOCALIZAÇÃO DAS FEDERAÇÕES ESTADUAIS DE GINÁSTICA E A QUANTIDADE DE ENTIDADES FILIADAS EM CADA UMA DELAS.....	32
FIGURA 2 - CIÊNCIA DO ESPORTE E SUAS DISCIPLINAS	44
FIGURA 3 - O ESQUEMA DE FORMAÇÃO DAS ETAPAS “A ASSIMILAÇÃO DO PROGRAMA” DO PERÍODO PREPARATÓRIO E O PLANEJAMENTO DE CARGAS NOS MICROCICLOS (PFG – PREPARAÇÃO FÍSICA GERAL, PFE – PREPARAÇÃO FÍSICA ESPECIAL, PT – PREPARAÇÃO TÉCNICA)	77
FIGURA 4 - ESTRUTURA DA ETAPA DE PREPARAÇÃO PRÉ-COMPETITIVA DE GINASTAS E O PLANEJAMENTO DAS CARGAS NO MICROCICLO	78

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 - FEDERAÇÕES ESTADUAIS E SUAS ENTIDADES FILIADAS	31
QUADRO 2 - EVOLUÇÃO DA PARTICIPAÇÃO BRASILEIRA EM CAMPEONATOS MUNDIAIS DE GAF	34
QUADRO 3 - EVOLUÇÃO DO BRASIL PERANTE OUTROS PAÍSES NA GAF EM JO	36
QUADRO 4 - MEDALHAS BRASILEIRAS EM GAF EM CAMPEONATO MUNDIAL E JOGOS OLÍMPICOS	41
QUADRO 5 - CATEGORIAS DA MODALIDADE DE GAF ORGANIZADA PELA CBG	48
QUADRO 6 – NÚMERO DE PARTICIPANTES DE CAMPEONATOS BRASILEIROS DE GAF	52
QUADRO 7 – DINÂMICA DE TREINAMENTO DAS GINASTAS SOVIÉTICAS NO CICLO OLÍMPICO	57
QUADRO 8 - VOLUME DE CARGA DE TREINAMENTO DOS GINASTAS DE DIFERENTE NÍVEL DE PREPARAÇÃO (UM DIA DE TREINAMENTO)	58
QUADRO 9 - DINÂMICA DOS PRINCIPAIS ÍNDICES DO PROCESSO DE TREINAMENTO DAS GINASTAS SOVIÉTICAS NO CICLO OLÍMPICO (ADAPTAÇÃO)	59
QUADRO 10 - VOLUME DAS CARGAS DE TREINAMENTO DAS GINASTAS SOVIÉTICASNA ETAPA FINAL (SETE SEMANAS) PARA OS JOGOS OLÍMPICOS	60
QUADRO 11 - TESTES E RESULTADOS DE CARACTERÍSTICAS DE PREPARAÇÃO FÍSICA ESPECIAL PARA GINASTAS DE ALTO RENDIMENTO DESPORTIVO NA URSS	67
QUADRO 12 - PROGRAMA DE TREINAMENTO ANUAL DE GINASTAS	72
QUADRO 13 - APRESENTAÇÃO DOS TIPOS DE SESSÕES EM UM CICLO DE TREINAMENTO	74
QUADRO 14 - TIPOS DE SESSÃO NO SISTEMA DE PREPARAÇÃO DE GINASTAS DURANTE UM ANO .	76
QUADRO 15 - ORDEM DAS CARGAS CONFORME A ORDEM DO APARELHO NOS DIAS DO MICROCICLO	78
QUADRO 16 - PROGRAMA DE TREINAMENTO (JAPONÊS) ANTES DE UMA COMPETIÇÃO	80
QUADRO 17 - SUGESTÃO DE TREINAMENTO PARA UMA EQUIPE BRASILEIRA PARA OS 40 DIAS QUE ANTECEDEM UMA COMPETIÇÃO	81
QUADRO 18 - NORMAS DE CONTROLE DA PREPARAÇÃO FÍSICA PARA SELEÇÃO PRIMÁRIA DE GINASTAS	114
QUADRO 19 - VALORIZAÇÃO DO PERFIL FÍSICO	115
QUADRO 20 - VERSÃO FINAL DE TESTES UTILIZADOS NO ESTUDO DE PDGO	117
QUADRO 21 - IDADE DAS GINASTAS EM CADA PARTICIPAÇÃO EM JO E TEMPO DE TREINAMENTO PARA TAL	226
QUADRO 22 - PRINCIPAIS LESÕES MENCIONADAS PELAS GINASTAS BRASILEIRAS PARTICIPANTES DE JO	268

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CBG	Confederação Brasileira de Ginástica
CETE	Centro Estadual de Treinamento Esportivo
CI	Competição I - Classificatória
CII	Competição II – Final Individual Geral
CIII	Competição III – Final individual por aparelhos
CIV	Competição IV – Final por equipes
CM	Campeonato Mundial
FIG	Federação Internacional de Ginástica
GA	Ginástica Artística
GAF	Ginástica Artística Feminina
GAM	Ginástica Artística Masculina
JO	Jogos Olímpicos
MEC	Ministério da Educação e Cultura
PFE	Preparação Física Especial
PFG	Preparação Física Geral
PME	Preparação Motora Especial
PTE	Preparação Técnica Especial
SESI	Serviço Social da Indústria

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	23
1. GINÁSTICA ARTÍSTICA	27
2. TEORIA GERAL DA PREPARAÇÃO DO DESPORTISTA	43
2.1. SISTEMA DE PREPARAÇÃO DESPORTIVA	43
2.1.1. SISTEMA DE COMPETIÇÕES	46
2.1.2. SISTEMA DE TREINOS	54
2.1.2.1. PREPARAÇÃO TÉCNICA DE GINASTAS	65
2.1.2.2. PREPARAÇÃO FÍSICA	66
2.1.2.3. ESTRUTURA DA PREPARAÇÃO DA GINASTA	70
2.1.3. SISTEMA DE FATORES COMPLEMENTARES	86
2.1.3.1. ASPECTOS NUTRICIONAIS	86
2.1.3.2. ASPECTOS PSICOLÓGICOS	90
2.1.3.3. LESÕES NA GINÁSTICA ARTÍSTICA	99
2.2. PREPARAÇÃO DESPORTIVA DE MUITOS ANOS	104
2.2.1. DETERMINAÇÃO, DETECÇÃO, SELEÇÃO E PROMOÇÃO DE TALENTOS DESPORTIVOS	110
2.2.2. ETAPA DE PREPARAÇÃO PRELIMINAR	124
2.2.3. ETAPA DE ESPECIALIZAÇÃO INICIAL	125
2.2.4. ETAPA DE ESPECIALIZAÇÃO APROFUNDADA	128
2.2.5. ETAPA DE RESULTADOS SUPERIORES	130
2.2.6. ETAPA DE MANUTENÇÃO DOS RESULTADOS E FINALIZAÇÃO DA CARREIRA DESPORTIVA	132
3. O CAMINHAR METODOLÓGICO	133
3.1. PROCEDIMENTOS DA PESQUISA DE CAMPO	135
3.1.1. SUJEITOS DA PESQUISA	135
3.1.2. ESTABELECIMENTO DOS CONTATOS	136
3.1.3. ESTUDO PILOTO	138
3.1.4. A COLETA DOS DEPOIMENTOS ORAIS	139
3.1.5. A TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS	143
3.1.6. PORTRAITS DAS COLABORADORAS	144
3.3. ANÁLISE DOS DADOS PELO MÉTODO COMPARATIVO	176
3.4. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DEPOIMENTOS	177
3.4.1. DETECÇÃO E INICIAÇÃO DESPORTIVA NA GINÁSTICA ARTÍSTICA	178
3.4.2. MODALIDADES ANTERIORES À PRÁTICA DA GINÁSTICA ARTÍSTICA	187
3.4.3. OS ÍDOLOS DOS ÍDOLOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA BRASILEIRA	189

	22
3.4.4. CONDIÇÕES DE INFRA-ESTRUTURA DOS TREINAMENTOS DAS GINASTAS	193
3.4.5. ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO DOS TREINOS DAS GINASTAS	203
3.4.6. ASPECTOS NUTRICIONAIS NA GINÁSTICA ARTÍSTICA	233
3.4.7. ASPECTOS PSICOLÓGICOS E A GINÁSTICA ARTÍSTICA.....	242
3.4.8. LESÕES RELACIONADAS À CARREIRA DESPORTIVA COMO GINASTAS	260
3.4.9. A PARTICIPAÇÃO EM JOGOS OLÍMPICOS	269
3.4.10. RELAÇÃO TÉCNICO-GINASTA	282
3.4.11. APOIO DA FAMÍLIA PARA AS GINASTAS.....	302
3.4.12. APOIOS FINANCEIROS DURANTE A CARREIRA DESPORTIVA COMO GINASTAS	311
3.4.13. PRINCIPAIS ASPECTOS DESTACADOS NA FORMAÇÃO DESPORTIVA DAS GINASTAS	317
3.4.14. ENCERRAMENTO DA CARREIRA DESPORTIVA COMO GINASTA.....	319
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	329
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	337

INTRODUÇÃO

A Ginástica Artística (GA) é uma modalidade desportiva que nos últimos 10 anos, no Brasil, teve uma crescente evolução de resultados internacionais e, conseqüentemente, uma ampla visibilidade na mídia, o que gera uma aproximação com o público leigo, numa dimensão até então não atingida. A partir desses acontecimentos a GA torna-se um assunto atual de discussão no “senso comum” pelos muitos espectadores, mas não tem sido acompanhada na mesma proporção por pesquisas e estudos no âmbito acadêmico, voltados para o alto rendimento desportivo da modalidade, que acompanhem especificamente este desenvolvimento no cenário nacional.

Esta situação pode ser um reflexo de inúmeros fatores, como a existência de poucos pesquisadores na área, falta de interesse dos mesmos no assunto, ou ainda a falta de aproximação de pesquisadores de universidades brasileiras com os órgãos que organizam as modalidades desportivas, o que não acontece apenas com a Confederação Brasileira de Ginástica, mas também com muitas outras modalidades desportivas no país.

Outra questão que levanta discussões na GA brasileira é a falta de um programa de capacitação de técnicos na modalidade. Durante os nove anos de permanência dos técnicos ucranianos no Brasil (1999-2008), que nitidamente colaboraram para essa rápida evolução de resultados da seleção brasileira, não houve um programa em que os técnicos nacionais pudessem se capacitar para então dar continuidade ao trabalho desenvolvido. Dessa forma, é possível que não os tendo mais no Brasil, a ginástica brasileira volte aos resultados não expressivos obtidos anteriormente, pois não houve uma preparação dos técnicos nacionais, ou divulgação do processo de formação desportiva das ginastas, para a continuidade do trabalho com as gerações posteriores.

A partir desta problemática inicial, somada à vivência de anos na GA, não apenas durante minha trajetória como ginasta e técnica da modalidade, mas também como árbitro internacional de Ginástica Artística feminina (GAF) e como docente na educação superior, nasce a idéia desta pesquisa: investigar o processo de formação de ginastas no Brasil, tão pouco tratado e disseminado, e muito influenciado por profissionais estrangeiros. A falta de divulgação de

informações sobre o processo de formação de ginastas no Brasil é corroborada pela carência de publicações mais especificamente nacionais sobre o assunto. Em outros países, o aumento das publicações é normalmente acompanhado da evolução de resultados.

Este estudo é uma busca por informações inéditas para estudiosos e técnicos do país, não apenas nas questões quantitativas do treinamento desportivo que também emergem na coleta de dados, mas principalmente nos aspectos qualitativos do processo de preparação desportiva de jovens atletas, que especificamente nesta modalidade requer uma especialização desportiva inicial com baixa faixa etária (próximo aos oito anos de idade), por particularidades que a GA possui e que no decorrer do estudo são discutidas.

Portanto, o objetivo geral desta pesquisa é conhecer e registrar o processo de formação das atletas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos (JO) na modalidade de Ginástica Artística Feminina e, a partir disso, direcionar os objetivos específicos:

1. Analisar a história de vida desportiva de atletas brasileiras de Ginástica Artística Feminina, participantes de JO;
2. Diretrizes que possibilitem reflexões para a formação desportiva em GAF no contexto da preparação de muitos anos.

O estudo justifica-se, no âmbito acadêmico, pela contribuição de publicação sobre o processo de formação de ginastas e, especialmente, de ginastas brasileiras de alto rendimento. Além disso, o próprio registro da vida desportiva das ginastas olímpicas de destaque, de diferentes gerações, pode servir de base de dados para outras pesquisas sobre a ginástica brasileira.

Ainda no âmbito acadêmico, a utilização do método de História Oral para pesquisas na área de treinamento desportivo mostra-se como mais uma possibilidade para pesquisadores da Educação Física e Esporte, principalmente nos casos em que não há publicação suficiente sobre o assunto.

No âmbito do treinamento de alto rendimento desportivo, a divulgação do processo de formação desportiva destas ginastas olímpicas pode ser uma referência para outros técnicos que trabalham neste processo de formação e têm pouco acesso às informações das principais ginastas que o país já formou.

Para o desenvolvimento desta pesquisa qualitativa foi, portanto, utilizado o método de História Oral, com a técnica de depoimento oral (MEIHY, 2005; VON SIMSON, 1997). Um caminho metodológico escolhido devido à falta de documentos e referências bibliográficas suficientes sobre a formação desportiva de ginastas brasileiras. O método utilizado baseia-se na possibilidade de receber informações de pessoas que participaram desses importantes períodos da GAF no Brasil, reconstruindo o processo de formação de ginastas a partir de seus depoimentos orais.

O critério estabelecido para determinar o universo da pesquisa foi: ginastas brasileiras participantes (ou classificadas) de Jogos Olímpicos, na modalidade de Ginástica Artística feminina até 2004.

Na organização do marco teórico desta pesquisa, entre outras possibilidades, utilizou-se uma referência relacionada à formação desportiva. Portanto, embasado principalmente por autores de países tradicionais da ginástica artística, que são referência também em outras modalidades, optou-se pelos países socialistas, que muito influenciaram e influenciam outras potências do esporte contemporâneo, principalmente após a abertura da União Soviética, e que são personagens relevantes na evolução da ginástica artística mundial, como é o caso dos técnicos ucranianos que atuaram e atuam na seleção brasileira.

A partir desta justificativa, o primeiro capítulo aborda a Ginástica Artística, com dados sobre sua evolução e organização no cenário brasileiro e mundial. O segundo capítulo, sobre a Teoria Geral da Preparação do Desportista, trata do sistema de preparação desportiva e da preparação desportiva de muitos anos. O sistema de preparação desportiva divide-se em: sistema de competições, sistema de treinos e sistema de fatores complementares; e a preparação desportiva de muitos anos passa pelo processo de determinação, detecção, seleção e promoção de talentos desportivos e pelas seguintes etapas: preparação preliminar, especialização inicial, especialização aprofundada, resultados superiores e manutenção dos resultados e encerramento da carreira desportiva. O terceiro capítulo aborda o caminho metodológico da pesquisa desenvolvida e a análise dos resultados, divididos em tópicos, a partir dos depoimentos das ginastas que fazem parte deste estudo.

1. GINÁSTICA ARTÍSTICA

Diante dos objetivos propostos se faz necessária uma contextualização do cenário gímico por meio de um panorama histórico da modalidade, que tem como propósito não apenas apresentar esse processo ao leitor, mas também localizar a origem de determinados acontecimentos da Ginástica Artística do país para discussões posteriores.

A Ginástica Artística inicia-se como modalidade desportiva nos primórdios do século XIX, sendo que a primeira participação em Jogos Olímpicos ocorreu em 1896, com participação somente de países europeus e de ginastas masculinos.

É uma modalidade organizada pela Federação Internacional de Ginástica, que foi fundada como Federação Européia de Ginástica em 1881 e, em 1921, passou a ser chamada de Federação Internacional de Ginástica (FIG).

O programa de Ginástica Artística sofreu muitas modificações ao longo dos Jogos Olímpicos, sendo que as mulheres foram convidadas a participar desta modalidade somente em 1952 (PÚBLIO, 1998).

No Brasil a Ginástica Artística teve início no Rio Grande do Sul trazida pelos imigrantes alemães e, em 1942, foi fundada a primeira federação estadual, a Federação Riograndense de Ginástica (RS). Em seguida, surge a Federação Paulista de Ginástica, em 1948 e, em 1950, a Federação Metropolitana de Ginástica do Estado do Rio de Janeiro. Essas três federações se filiaram à Confederação Brasileira de Desportos, que se filiou à FIG em 1951 e organizou o primeiro Campeonato Brasileiro de Ginástica, “com a participação das seleções de GA masculina dos Estados do Rio Grande do Sul, de São Paulo e do Rio de Janeiro. Em 1952, foi realizado o II Campeonato Brasileiro de GA, desta vez em Porto Alegre-RS, pela primeira vez com a participação feminina” (SANTOS et al, 2005, p.220).

Em 1969 foram organizados o I Campeonato Brasileiro Juvenil de GA na cidade de Porto Alegre-RS e um Campeonato Nacional para categorias mirim e infantil em São Paulo-SP, com participação das federações de São Paulo, Rio Grande do Sul e Rio de Janeiro. “Estes acontecimentos marcaram o início do processo de valorização do treinamento de base na GA” (PÚBLIO, 2005, p. 224).

Em 1973, com apoio da FIG, os melhores ginastas do mundo vêm ao Brasil para uma turnê pelo país, o que motivou os vários Estados brasileiros para a prática da GA, além de receberem oito jogos completos de aparelhos oficiais. Neste mesmo ano, o Ministério da Educação e da Cultura (MEC), oferece o primeiro de quatro Cursos Nacionais de Ginástica Artística para capacitação de professores, objetivando a participação de atletas nos Jogos Escolares Brasileiros (PÚBLIO, 2005).

Em 1978, foi criada a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), tendo o gaúcho Siegfried Gunther Fischer como primeiro presidente que cumpriu o seu mandato tendo em vista uma reeleição até 1984; em 1985 assume a presidência o professor Fernando Augusto Brochado, do Estado de São Paulo e, em 1988, o mineiro Mário César Cheberle Pardini é eleito. Após essa sequência de presidentes, em 1991 assume a presidência a professora Vicélia Ângela Florenzano, uma paranaense que será reeleita por muitas gestões (PÚBLIO, 1998) até 2008, quando Maria Luciene Cacho Resende é eleita para o ciclo olímpico 2009-2012.

No ano de criação da CBG, o Brasil participa pela primeira vez de um Campeonato Mundial (França) com equipes, tendo a ginasta Lillian Carrascozza (RJ) conseguido o brevê de ginasta internacional da FIG¹. Em 1980 surge o projeto “Medalha de Ouro” no Rio de Janeiro, com patrocínio do Colégio Impacto e apoio da CBG que, pela primeira vez, organiza um centro de treinamento específico, com contratação de técnicos soviéticos para trabalharem com as ginastas brasileiras selecionadas, com o objetivo de participar dos Jogos Olímpicos de 1984. “Apesar do projeto não ter vingado serviu de parâmetro para futuros projetos nacionais” (PÚBLIO, 2005, p.224).

Sobre outros intercâmbios de técnicos para aperfeiçoamento dos professores brasileiros, Públio (1998) descreve que ainda em 1969 o professor francês Chautemps, ministrou curso no Esporte Clube Pinheiros (SP) durante um mês, por meio de uma iniciativa da Federação Paulista de Ginástica que, em 1970, trouxe também dois professores japoneses, Ishihara e Kurihara, que estiveram em São Paulo ministrando cursos de aperfeiçoamento técnico. Em 1978, foi realizado, no Rio de Janeiro, com patrocínio do MEC, o I Seminário para Técnicos de Desportos de Alto Nível, com cientistas e professores de Educação Física alemães, para dez técnicos indicados pela CBG. Ainda em 1978, em uma clínica de treinamento de Ginástica

¹ Reconhecimento da FIG para ginastas com média acima de 9,00 pontos em Campeonato Mundial.

Artística participaram diferentes países, sendo da Alemanha: seleção masculina com oito ginastas e dois técnicos; da Argentina: dois ginastas e um técnico; e do Brasil: na Ginástica Artística Masculina (GAM) 15 técnicos com 36 ginastas e na Ginástica Artística Feminina (GAF) 14 técnicas e 20 ginastas. Em 1980, foi realizado um curso técnico de Ginástica Artística² como parte do Programa de Treinamento para Técnicos do Desporto de Alto Nível, do convênio Brasil-Alemanha, promovido também pelo MEC, com a participação de 42 técnicos e 45 ginastas (PÚBLIO, 1998).

As iniciativas e apoios da Federação Paulista de Ginástica, da CBG e do MEC proporcionaram, naquele momento, uma capacitação de técnicos com conhecimento atualizado dos melhores centros de ginástica do mundo, o que certamente influenciou as gerações seguintes e impulsionou o cenário da GA brasileira.

Esse tipo de iniciativa e/ou apoio da CBG está entre as competências explícitas em seu Estatuto de 2004 (reformado em 2008), no qual é descrito o dever de “dirigir, difundir, promover, organizar e aperfeiçoar” (CBG, 2008, p.4) as sete modalidades gímnicas de sua responsabilidade:

- ⇒ Ginástica Artística Feminina³
- ⇒ Ginástica Artística Masculina
- ⇒ Ginástica Rítmica
- ⇒ Ginástica de Trampolim
- ⇒ Ginástica Acrobática
- ⇒ Ginástica Aeróbica Esportiva
- ⇒ Ginástica para todos (Ginástica Geral)⁴

A Ginástica Artística foi a primeira a ser oficialmente reconhecida pela FIG, seguida da Ginástica Geral, em 1954. Concomitantemente a estes acontecimentos, a Ginástica Rítmica é oficialmente aceita pela FIG em 1962, a Ginástica Acrobática em 1998 e a Ginástica de Trampolim em 1999, apesar destas duas últimas modalidades já existirem com outras formas de

² Então chamada Ginástica Olímpica.

³ A GAF e a GAM são tidas como modalidades distintas para a FIG e para a CBG.

⁴ A FIG é a única federação desportiva que possui em seu quadro de modalidades, uma não competitiva, destinada à prática social de muitas pessoas e que recentemente, em 2007, sugere uma nova nomenclatura para a então Ginástica Geral: “Ginástica para todos”.

organização, como a Federação Internacional de Trampolim, desde 1936 e a Federação Internacional de Esportes Acrobáticos, desde 1973 (CBG, 2007).

De acordo com o Estatuto da CBG (2008):

A abrangência da Confederação Brasileira de Ginástica está em âmbito nacional e regional em relação à ginástica escolar, universitária, de clube e entre Federações filiadas em todos os níveis, inclusive a ginástica praticada por portadores de deficiências quando a Federação Internacional permitir (p.5).

Além disso, a CBG por meio dos Comitês Técnicos de cada modalidade gímnica (CBG, 2008), compostos cada um por um coordenador técnico e até outros seis membros indicados pelas Federações filiadas tem o dever de:

- ⇒ Elaborar os Regulamentos Específicos da modalidade pertinente.
- ⇒ Manifestar-se sobre o Calendário Anual da Confederação Brasileira de Ginástica.
- ⇒ Instituir a Programação das Competições.
- ⇒ Propor as categorias dos Campeonatos oficiais da Confederação Brasileira de Ginástica.
- ⇒ Organizar Cursos e outros eventos, objetivando o desenvolvimento da Ginástica.
- ⇒ Indicar entre os seus membros: Diretor de Competição de cada Evento. Diretor de Arbitragem de cada Evento e Supervisor dos Cursos Internacionais e Nacionais de Arbitragem e Técnicos.

Dentre outras importantes funções do Comitê Técnico no Estatuto da CBG (2008) é possível destacar uma, devido à sua abrangência e importância para o desenvolvimento da Ginástica brasileira. Trata-se do Artigo 40º: “Propor instrumentos que estimulem e orientem o desenvolvimento técnico da Ginástica brasileira” (p.25).

Nos dias atuais a CBG conta com 18 federações estaduais filiadas, com suas respectivas entidades federadas:

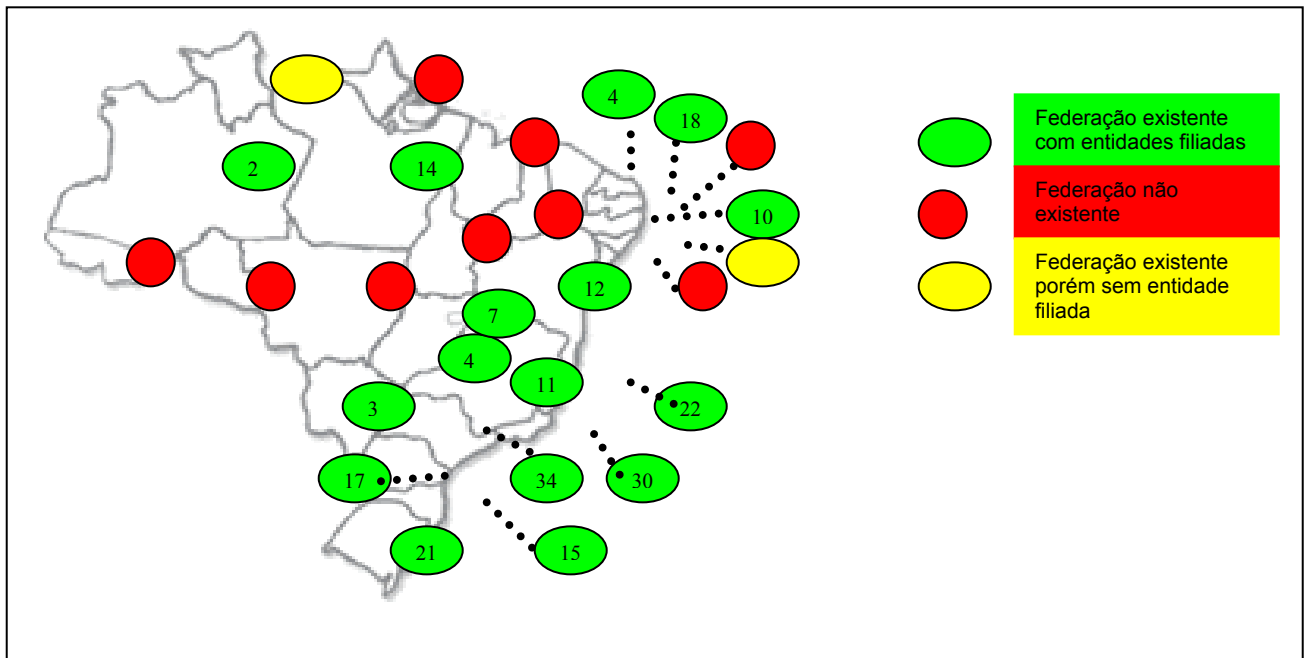
QUADRO 1 - Federações estaduais e suas entidades filiadas

	Federações Estaduais	Entidades filiadas	Região
1	São Paulo	34	Sudeste
2	Rio de Janeiro	30	Sudeste
3	Espírito Santo	22	Sudeste
4	Rio Grande do Sul	22	Sul
5	Rio Grande do Norte	18	Nordeste
6	Paraná	17	Sul
7	Pará	14	Norte
8	Santa Catarina	14	Sul
9	Bahia	12	Nordeste
10	Minas Gerais	12	Sudeste
11	Pernambuco	10	Nordeste
12	Brasília (DF)	7	Centro-Oeste
13	Maranhão	5	Nordeste
14	Goiás	4	Centro-oeste
15	Mato Grosso do Sul	4	Centro-oeste
16	Amazonas	2	Norte
17	Alagoas	Nenhuma	Nordeste
18	Roraima	Nenhuma	Norte

Fonte: CBG, 2007 (adaptado pela autora)

Os Estados de Mato Grasso, Tocantins, Acre, Rondônia, Amapá, Sergipe, Paraíba, Piauí e Ceará ainda não possuem federações de Ginástica.

FIGURA 1 - Localização das federações estaduais de Ginástica e a quantidade de entidades filiadas em cada uma delas



Fonte: autora (2007)⁵

Apresentar Estados sem afiliados e Estados que não possuem Federação de Ginástica favorece a visualização da concentração não apenas da ginástica no país, mas também da localização da região do Brasil onde há deficiência na promoção, desenvolvimento e organização da Ginástica. Assim como é possível verificar que das entidades federadas em ginástica no Brasil, num total de 227, aproximadamente 70% concentram-se nas Regiões Sudeste (43,17% das entidades filiadas) e Sul (23,34%).

Logicamente essas concentrações devem-se a inúmeros fatores, entre eles a questão histórica e cultural da prática de modalidades gímnicas, como foi anteriormente destacado no histórico da GA no Brasil. Além disso, o início da GA no Brasil, trazida por imigrantes alemães para a Região Sul e as primeiras federações fundadas no país (RS, SP e RJ), colaboraram para o privilégio do desenvolvimento da Ginástica em determinadas regiões. Logicamente, também é importante considerar a organização política desportiva das Federações Estaduais e da CBG para mudar, ou não, este quadro, pois após 30 anos da fundação deste órgão

⁵ Dados retirados do site da Confederação Brasileira de Ginástica em 13/06/2007

desportivo no país e 66 anos da primeira federação estadual, ainda possuem Estados sem federações, federações sem afiliados e com uma centralização da Ginástica apenas nas mesmas regiões de sua origem no Brasil.

O crescimento dos resultados da GAF brasileira nos campeonatos internacionais ocorreu paulatinamente. O Sistema de Preparação Desportiva das ginastas nacionais sofreu grandes modificações, principalmente nos últimos 10 anos. No entanto, outras gerações de ginastas e técnicos, que não tiveram tanta repercussão na mídia como a geração atual, contribuíram para o aperfeiçoamento desse Sistema. As ginastas da atualidade contam com diferenciada infra-estrutura: ginásios, aparelhos, apoio financeiro, apoio técnico e equipe multidisciplinar nas áreas de nutrição, psicologia, fisioterapia, medicina, entre outras. Os efeitos dessa ampla gama de suporte, dado ao Sistema de Preparação Desportiva, possibilitaram o crescimento dos resultados absolutos da seleção brasileira, nos JO de 2004 e 2008, em que os atletas da GAF alcançaram os melhores resultados até então.

Essa gradativa evolução do Brasil perante outros países pode ser visualizada no quadro a seguir, com as participações dos representantes brasileiros de GAF em Campeonatos Mundiais (CM):

QUADRO 2 - Evolução da participação brasileira em Campeonatos Mundiais de GAF

CM (ano)	País Campeão na Classificação Por Equipes	Classificação da Equipe Brasileira	Melhor Brasileira Classificada
1966	Tchecoslováquia	----- ⁶	Marion Faedrich Dullius - 148º lugar ⁷
1970 ⁸	URSS	-----	-----
1974	URSS	-----	Gisele Radomsky ⁹ - 108º lugar
1978	URSS	19º. Lugar ¹⁰	Lílian Carrascozza ¹¹ - 76º Lugar
1979	Romênia	21º. Lugar	Claudia Magalhães – 108º Lugar ¹²
1981	URSS	19º. Lugar	Altair Prado - 80º Lugar
1983	URSS	22º. Lugar	Tatiana Figueiredo ¹³ - 91º lugar
1985	URSS	20º. Lugar	Tatiana Figueiredo - 66º Lugar
1987	Romênia		Luisa Parente ¹⁴ - 82º Lugar
1989	URSS	22º. Lugar	Margareth Yada - 106º lugar
1991	URSS	28º lugar	Luisa Parente ¹⁵
1994 ¹⁶	Romênia	-----	-----
1995	Romênia	21º. Lugar	Soraya Carvalho ¹⁷ - 37º lugar
1997	Romênia	-----	-----
1999	Romênia	-----	Daniele Hypólito - 27º lugar
2001	Romênia	11º. Lugar	Daniele Hypólito - 4º Lugar
2003	EUA	8º. lugar	Camila Comin - 19º lugar

⁶ Indica que não houve participação brasileira

⁷ Primeira participação feminina do Brasil (participação individual)

⁸ Ano em que foi instituída a regra de idade mínima de 14 anos na GA

⁹ Participação de 3 ginastas do Brasil

¹⁰ Primeira participação da equipe brasileira (6 ginastas)

¹¹ Primeira ginasta do Brasil a conseguir brevê internacional da FIG nesta competição (média acima de 9 pontos em todos os aparelhos)

¹² Classifica nesta competição a ginasta Cláudia Magalhães para os JO de Moscou (1980).

¹³ Classifica nesta competição a ginasta Tatiana Figueiredo para os JO de Los Angeles (1984).

¹⁴ Classifica nesta competição a ginasta Luisa Parente para os JO de Seul (1988).

¹⁵ Classifica nesta competição a ginasta Luisa Parente para os JO de Barcelona (1992). Não há registros da posição, nem mesmo da própria ginasta .

¹⁶ Brasil não teve representantes neste CM

¹⁷ Classifica nesta competição a ginasta Soraya Carvalho para os JO de Atlanta (1996).

2006	China	7º lugar	Daniele Hypólito - 21º Lugar
2007	EUA	5º lugar	Jade Barbosa - 3º Lugar

Fonte: FIG (2008); Públio (1998).

Esse quadro permite a compreensão da real evolução da Ginástica brasileira em Campeonatos Internacionais, sendo possível perceber que, em 41 anos desde a primeira participação do Brasil em CM até o último CM em 2007, houve uma evolução de 145 colocações, sendo do 148º. lugar em 1966 para o 3º lugar individual geral (soma dos quatro aparelhos) em 2007. Na representatividade da equipe brasileira, os primeiros 20 anos de classificações oscilam do 19º lugar ao 28º lugar, evoluindo na última década para entre as dez melhores equipes do mundo e, finalmente após 39 anos, com a participação da primeira equipe brasileira em CM chega ao 5º lugar entre as nações de tradição na modalidade: URSS (8 vezes campeã mundial), Romênia (7 vezes campeã mundial), EUA (duas vezes campeã mundial) e a China (uma vez campeã mundial).

A classificação do Brasil em Jogos Olímpicos parece similar à sua evolução em CM, mas com menor expressão, já que as potências mundiais na modalidade priorizam suas classificações em JO, como é possível verificar no quadro a seguir:

QUADRO 3 - Evolução do Brasil perante outros países na GAF em JO

Jogos Olímpicos	Países campeões na Classificação Por Equipes	Classificação da Equipe Brasileira	Melhor classificação
1980 ¹⁸	1º. lugar: URSS 2º. lugar: Romênia 3º. lugar: Alemanha Oriental	-----	31º. Lugar ¹⁹
1984	1º. lugar: Romênia 2º. lugar: EUA 3º. lugar: China	-----	27º. Lugar ²⁰
1988	1º. lugar: URSS 2º. lugar: Romênia 3º. lugar: Alemanha Oriental	-----	34º. Lugar
1992 ²¹	1º. lugar: CEI ²² 2º. lugar: Romênia 3º. lugar: EUA	-----	57º. Lugar
1996 ²³	1º. lugar: EUA 2º. lugar: Rússia 3º. lugar: Romênia	-----	-----
2000	1º. lugar: Romênia 2º. lugar: Rússia 3º. lugar: China	-----	20º. Lugar
2004	1º. lugar: Romênia 2º. lugar: EUA 3º. lugar: Rússia	9º. Lugar	12º. Lugar
2008	1º. lugar: China 2º. lugar: EUA 3º. lugar: Romênia	8º. Lugar	10º. Lugar

Fonte: FIG (2008); Públio (1998)

¹⁸ Ano em que foi instituída a regra de idade mínima de 15 anos na GA

¹⁹ Boicote político dos EUA aos JO em Moscou

²⁰ Boicote político dos países socialistas aos JO de Los Angeles

²¹ Ano em que foi instituída a regra de idade mínima de 16 anos na GA

²² Comunidade dos Estados Independentes – nomenclatura adotada durante os JO de 1992 com a abertura da URSS

²³ Não há classificação do Brasil nestes JO devido a lesão da única representante brasileira às vésperas das competições.

Nos Jogos Olímpicos a nação de maior tradição na GAF foi a URSS, que venceu todos os JO desde o início das provas femininas, excluindo-se os JO de 1984, quando não participou devido ao boicote político contra os EUA. A hegemonia da URSS foi retomada a partir dos JO de 1988 e, apesar do término da URSS, ainda nos JO de 1992 as ginastas soviéticas vencem, não mais como URSS, mas como Comunidade dos Estados Independentes. Após a abertura da URSS, a Rússia mantém ainda o elevado destaque nas competições, porém não com a mesma expressão “invencível” de antes. Desde 1952 até o ano 2000, 72 ginastas russos²⁴ (masculino e feminino) participaram de JO e, destes, 49 foram campeões, alguns mais de uma vez. A ginástica russa ganhou até o ano 2000, 89 medalhas de ouro olímpicas (45 no masculino e 44 no feminino) e, se forem somadas as medalhas de prata e bronze, chega-se a 208 medalhas olímpicas neste período. Em campeonatos mundiais, os ginastas russos conseguiram um total de 133 medalhas de ouro (67 masculino e 66 feminino) (ARKAEV; SUCHILIN, 2004).

A Romênia também sempre teve ginastas de destaque e participou com expressão dos pódios dos JO. Os EUA e China estão também entre as nações de destaque, porém mais recentemente, nos últimos 20 anos, na ginástica feminina.

Como foi possível notar no quadro anterior, o Brasil participa dos Jogos Olímpicos na modalidade de GAF desde 1980 e durante 20 anos foi representado apenas por ginastas avulsas que se classificaram por nível técnico individual nos Campeonatos Mundiais Pré-olímpicos. Apenas em 2003, no Campeonato Mundial Pré-olímpico para Atenas, o Brasil conquistou a inédita classificação de uma equipe completa, isto é, classificou-se em oitavo lugar entre as 12 equipes (países) que conquistaram o direito de levar uma equipe para os Jogos Olímpicos.

As classificações e representações femininas do Brasil em Jogos Olímpicos foram, portanto:

- ⇒ 1980 – Cláudia Magalhães (RJ): 31^a. classificada (boicote norte-americano)
- ⇒ 1984 – Tatiana Figueiredo (RJ): 27^a. classificada (boicote dos países do bloco socialista)
- ⇒ 1988 – Luisa Parente (RJ): 34^a. classificada
- ⇒ 1992 – Luisa Parente (RJ): 57^a. classificada

²⁴ Em alguns momentos nos livros e artigos, percebe-se uma certa confusão nas referências aos ginastas soviéticos e russos, talvez também devido às traduções de livros russos para o inglês.

- ⇒ 1996 – Soraya Carvalho (DF e defendia o RJ): impossibilitada de participar devido à descoberta de uma lesão nas vésperas das competições nos JO.
- ⇒ 2000 – Daniele Hypólito (SP e defende o RJ) e Camila Comin (SP e defendia o PR): sendo Daniele a 20^a classificada e Camila não se classificou para a final individual geral.
- ⇒ 2004 – Equipe de ginastas femininas: Daniele Hypólito, Daiane dos Santos (RS), Camila Comin, Caroline Molinari (PR), Ana Paula Rodrigues (PR) e Laís Souza (SP e defendia o PR), classificando-se em 9º lugar por equipes e classificando duas ginastas no individual geral (soma dos quatro aparelhos): Daniele Hypólito e Camila Comin, que se classificaram respectivamente em 12º e 16º lugares. No individual por aparelhos, na prova de Solo, a ginasta Daiane dos Santos se classificou em 5º lugar.
- ⇒ 2008 – Equipe de ginastas femininas: Daniele Hypólito, Daiane dos Santos, Laís Souza, Ana Cláudia Silva (RN defende PR), Ethiene Franco (PR) e Jade Barbosa (RJ), colocando-se em 8º lugar por equipes e classificando duas ginastas no individual geral, respectivamente em 10º e 22º lugares: Jade Barbosa e Ana Cláudia Silva. No individual por aparelhos na prova de Solo, a ginasta Daiane dos Santos se classificou em 6º lugar e, na prova de Salto, Jade Barbosa colocou-se em 7º lugar.

Em Campeonatos Mundiais, a ginasta Daniele Hypólito, treinada então pela técnica Georgette Vidor (Clube de Regatas do Flamengo – RJ), conquista na Bélgica a primeira medalha para o país em 2001, com o segundo lugar na prova de Solo, fato inédito para ginástica brasileira e na mesma competição classifica-se em 4º lugar no individual geral.

No ano de 2003, o Brasil demonstrou grande evolução técnica no Campeonato Mundial Pré-olímpico (EUA), com a classificação por equipes em 8º lugar, citada anteriormente.

No mesmo Campeonato Mundial a ginasta Daiane dos Santos, apresentou um novo exercício na prova de solo, o duplo twist carpado, que recebeu seu sobrenome: DOS SANTOS e conquistou a medalha de ouro nesta prova, treinada então pela técnica Adriana Alves (Grêmio Náutico União – RS), assessorada pela equipe de ucranianos no Brasil. Foi a primeira vez que uma ginasta brasileira apresentou um novo exercício que recebeu o seu nome perante a comunidade internacional da GA. Essa homenagem é um fato comum na modalidade

estabelecido pela FIG, que coloca a nomenclatura dos seus exercícios com os sobrenomes dos ginastas que primeiro o apresentaram em JO ou CM.

Mais recentemente, a ginasta Jade Barbosa conquistou a medalha de bronze na classificação individual geral do Campeonato Mundial Pré-olímpico na Alemanha em 2007, e participou de duas finais por aparelho: Salto e Trave de Equilíbrio.

Além disso, destas atuais classificações de expressão do Brasil em CM e JO, é possível verificar a competitividade brasileira também em outros campeonatos internacionais, como a Copa do Mundo de Ginástica Artística. Este é um campeonato que não tem a mesma expressividade e importância de CM e JO, por ser um campeonato de especialistas de aparelhos e utilizado por diversos países para avaliação de seus ginastas. É composto por várias etapas em cada ano, estabelecendo um ranking entre os ginastas, não sendo obrigatória a participação dos mesmos ginastas em todas as etapas, o que gera níveis diferentes em cada etapa, e por isso não pode ser comparado a CM e JO, os quais são considerados melhores avaliadores do nível dos ginastas.

Na Copa do Mundo de Ginástica Artística, campeonato internacional de especialistas de aparelhos, o Brasil teve a ginasta Daiane dos Santos como campeã da prova de solo da final anual (2006/Brasil - SP), após ter sido medalhista de ouro nesta prova em outras edições deste campeonato (Rússia/2006, Alemanha/2005, França/2005, Brasil/2005, Grã-Bretanha/2004 [final anual], Alemanha/2004, Brasil/2004, França/2004, Alemanha/2004 [final anual], Alemanha/2003 e medalhista de prata na prova de Salto, França/2004).

Daniele Hypólito, também medalhista em Copas do Mundo teve sua primeira conquista neste campeonato em 2002 na Alemanha, com o ouro na Trave de Equilíbrio, conquistado novamente em 2004 na Copa do Mundo do Rio de Janeiro. Ela ainda possui mais duas medalhas de prata (2004 e 2006) e uma de bronze (2004) no mesmo aparelho. Na prova de Solo, Daniele possui três medalhas de prata (uma em 2003 e duas em 2004). É uma ginasta que tem como característica a regularidade nos quatro aparelhos, e ainda possui duas medalhas de prata também nas Barras Assimétricas, ambas em 2004.

Outra medalhista em Copas do Mundo é a ginasta Laís Souza, que teve sua primeira conquista em 2004 na Alemanha com o bronze na prova de Salto. A partir desta data Laís soma na prova de Salto: um ouro (2005), três medalhas de prata (duas em 2005 e uma em 2006) e um bronze (2006). Na prova de Solo, conquistou quatro bronzes em Copa do Mundo

(sendo duas em 2005 e duas em 2006) e mais um bronze na prova de Trave de Equilíbrio, em 2005 na Alemanha.

Essa evolução da Ginástica Artística brasileira, não só em quantidade de ginastas participantes de Jogos Olímpicos (de uma ginasta classificada até 1996 para seis ginastas em 2004 e 2008), mas de qualidade de classificações e performance, é influenciada também pela tradição e competência de técnicos de países europeus, de Cuba, dos Estados Unidos (EUA) e principalmente dos países da antiga União Soviética, especificamente a Rússia, que por meio de intercâmbios com os clubes brasileiros, puderam contribuir para o crescimento da GAF do país, principalmente colaborando com a capacitação de técnicos brasileiros, como foi abordado anteriormente.

Por dois ciclos olímpicos, até 2008, a comissão técnica brasileira foi formada por três técnicos ucranianos: Oleg Ostapenko²⁵, Iryna Ilyashenko²⁶ e Nadia Ostapenko²⁷, e o auxiliar técnico brasileiro, Roger Medina. Os técnicos ucranianos foram trazidos pela Confederação Brasileira de Ginástica, com o apoio do Comitê Olímpico Brasileiro, para trabalharem diretamente com a seleção brasileira. Este trabalho foi iniciado no ano de 1999 e teve como foco principal os Jogos Olímpicos de Pequim no ano de 2008.

Estes quase dez anos de trabalho dos ucranianos no Brasil trouxeram uma impressionante repercussão nacional e internacional para a ginástica artística do Brasil.

Apesar dessa evolução nítida de classificações, é importante destacar que o Brasil ainda possui poucos resultados internacionais de real êxito, considerando esse êxito como medalhas em Campeonatos Mundiais e Jogos Olímpicos, já que falamos de modalidade de alto rendimento. A perspectiva é que esse quadro se modifique se a evolução continuar no mesmo ritmo da última década. As medalhas que o país possui são: uma medalha de ouro, outra de prata e, recentemente, uma de bronze em Campeonatos Mundiais 2002, 2003 e 2007 respectivamente, sendo as restantes em Copas do Mundo²⁸.

²⁵ Técnico russo, porém considera-se ucraniano, pois viveu a maior parte de sua vida na Ucrânia. Há 35 anos na ginástica artística é dono de seis medalhas olímpicas na modalidade, sendo quatro de ouro. Já formou ginastas de destaque como Tatiana Lysenko (ouro na Trave de equilíbrio em Barcelona), Tatiana Gutsu (ouro no individual geral em Barcelona), Lilya Podkopyayeva (ouro no individual geral em Atlanta).

²⁶ Ucraniana, ex-ginasta e técnica da União Soviética, trabalha com Oleg Ostapenko desde 1994, fez mestrado em Moscou.

²⁷ Coreógrafa ucraniana que também atua na parte técnica, principalmente na prova de Trave de equilíbrio. É esposa de Oleg Ostapenko.

²⁸ No capítulo sobre o Sistema de Competições há uma explicação sobre a diferença de nível destes campeonatos.

QUADRO 4 - Medalhas brasileiras em GAF em Campeonato Mundial e Jogos Olímpicos

Medalhas	Campeonato Mundial	Jogos Olímpicos	Quantidade
Ouro	Daiane dos Santos – 2003 (individual por aparelho/Solo)	-----	1
Prata	Daniele Hipólyto – 2001 (individual por aparelho/Solo)	-----	1
Bronze	Jade Barbosa – 2007 (individual geral)	-----	1

Fonte: Correio Popular, 2001; CBG, 2003 e 2007.

Para a continuidade desta evolução da GA brasileira em nível internacional muito fatores devem ser considerados, podendo ser destacado, entre outros, a qualidade dos treinamentos. Falar da formação desportiva de ginastas que participaram de Jogos Olímpicos requer entender o seu processo de preparação desportiva e a organização desta modalidade, que influencia diretamente o processo. Portanto, faz-se necessário compreender as questões do sistema de preparação desportiva desta modalidade, que serão abordadas no próximo capítulo.

2. TEORIA GERAL DA PREPARAÇÃO DO DESPORTISTA

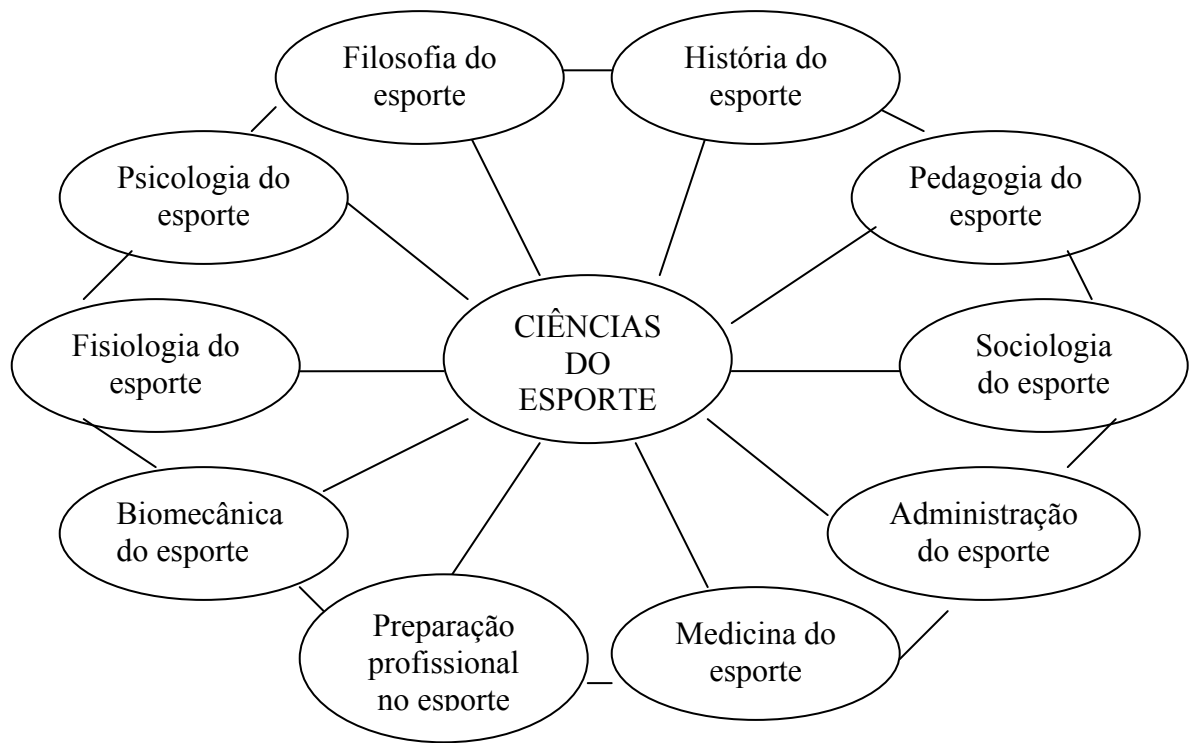
2.1. SISTEMA DE PREPARAÇÃO DESPORTIVA

Os princípios do sistema contemporâneo de preparação desportiva começaram a se formar na segunda metade do século XIX, com a popularidade do desporto. Muitos atletas de países da Europa, e também dos EUA, já treinavam diariamente, inclusive alguns o faziam em duas sessões por dia (três a cinco horas) e, mesmo assim, não conseguiam grande desenvolvimento com o treinamento. “Isso porque o desporto necessitava da atenção das ciências biológica, médica e pedagógica. O comprometimento também se devia à ausência de treinadores profissionais” (PLATONOV, 2004, p.61), que não eram formados por instituições educativas especializadas e não tinham acesso às pesquisas científicas, como ocorre atualmente.

Sendo assim, os poucos técnicos existentes, principalmente para modalidades como esgrima, beisebol e equitação, “organizavam o trabalho baseando-se, principalmente, na própria experiência, na prática do treinamento e na participação em competições em que entre os adversários estavam atletas famosos” (PLATONOV, 2004, p. 62).

“Nos últimos anos surgiu a Ciência do Esporte²⁹, que congrega várias subdisciplinas, direcionada para o entendimento e a melhora dos efeitos do exercício sobre o corpo. As pesquisas das várias ciências enriqueceram de forma espetacular a teoria do treinamento físico” (BARBANTI, 2001, p.1).

²⁹ Nesta pesquisa será adotado o termo Desporto, porém este autor utiliza “Esporte” e por ser citação direta do autor a frase será mantida, assim como em sua Figura a seguir e outras vezes em que a mesma situação acontecer no texto.

FIGURA 2 - Ciência do Esporte e suas disciplinas

Fonte: Barbanti, 2002, p.1

Além disso, o acesso ao conhecimento também por meio de veículos como a internet, em que é possível o rápido acesso às informações científicas de diferentes partes do mundo, e “o aperfeiçoamento das bases material e técnica da atividade de treinamento e competição também têm grande influência no avanço das melhorias desportivas” (PLATONOV, 2004, p. 69).

O mesmo autor ainda aponta que na organização da preparação do desportista devem-se destacar algumas condições básicas de materiais, técnicas, financeiras e econômicas, entre outras, na realização das possíveis metodologias de preparação moderna:

⇒ Inter-relação orgânica das bases metodológicas da preparação nos componentes estruturais superiores (equipes de seleção, centros desportivos) e inferiores (escolas e centros desportivos infantis e juvenis, escolas desportivas de regime interno) do sistema de preparação desportiva relacionado aos objetivos, propostas, financiamento técnico e de materiais, científico-metodológico e de professorado;

- ⇒ Condicionamento do sistema de preparação desportiva e de competições, estimulação material e moral do trabalho dos treinadores e organizadores em função da necessidade de melhoria da excelência desportiva superior e da eficiência da preparação das reservas desportivas (categorias de base);
- ⇒ Criação de condições de organização que assegurem a centralização na preparação dos atletas, a contínua competência das sessões de treinamento e sua utilização na qualidade do fator de aumento da capacidade de trabalho, motivação mais eficiente dos recursos funcionais do organismo e otimização dos processos de adaptação;
- ⇒ Estímulo dos resultados dos estudos organizados e científico-metodológicos alternativos do sistema de preparação dos atletas de alto rendimento (PLATONOV, 2004, p. 69).

Segundo Zakharov e Gomes (2003) o conceito de preparação desportiva é definido como:

O sistema de utilização orientada de todo o complexo de fatores que condicionam a obtenção dos objetivos da atividade desportiva. [...] Podem se destacar três componentes fundamentais do sistema de preparação do desportista: sistema de competições, sistema de treinos e sistema de fatores complementares. Todos os componentes da preparação do desportista estão intimamente interligados e completam-se mutuamente (p.32).

Matvéev (1983) define a preparação desportiva como: “um processo multifacetado de utilização racional do total de fatores (meios, métodos e condições) que permitem influenciar de maneira dirigida o crescimento do desportista e assegurar o grau necessário da sua disposição a alcançar elevados resultados desportivos” (p.22-23, tradução da autora).

É possível perceber que os pesquisadores do treinamento desportivo têm um discurso sobre a preparação do desportista voltado para a importância da adequada relação de fatores multidisciplinares para o êxito desportivo.

Os três componentes fundamentais do sistema de preparação desportiva citados por Matvéev (1983) e também corroborados nos estudos de Zakharov e Gomes (2003) serão mais bem desenvolvidos nos subitens a seguir, não apenas explicando-os, mas relacionando-os à Ginástica Artística Feminina.

2.1.1. SISTEMA DE COMPETIÇÕES

O sistema de competições tem um ponto inicial que é a caracterização da modalidade no ambiente competitivo, ou seja, quais os objetivos de uma ginasta em treinamento, quais competições são objetivadas e quais exigências os campeonatos requerem. É a partir do sistema de competições que outros sistemas, como o sistema de treinos e o sistema de fatores complementares, podem estruturar-se.

Platonov (2004) corrobora essa afirmação quando diz que:

As competições são o elemento central e que fundamentam todo o sistema de organização metodológica e preparação para a eficácia da atividade. [...] Por isso, o desporto olímpico pode ser analisado como um campo de conhecimentos e atividades orientados para o desenvolvimento das competições (p.30).

Segundo Zakharov e Gomes (2003) podemos classificar as competições desportivas segundo seus principais indícios: escala territorial de realização das competições, forma de determinação do vencedor, forma de classificação das competições, princípio de acesso à participação em competições, objetivo e o que define a participação do atleta em determinada competição. Essa definição da participação do atleta está relacionada ao papel da competição no sistema de preparação do desportista. Segundo Zakharov e Gomes (2003) este tipo de classificação requer atenção especial, pois “a determinação dos tipos de competições permite utilizá-las de modo mais racional no sistema de preparação do atleta” (p.83).

Dessa forma, o sistema de competições é formado por um conjunto de competições oficiais e não-oficiais; as de menor importância são selecionadas como competições preparatórias e fazem parte do processo de preparação para as competições principais (ZAKHAROV; GOMES, 2003).

Na Ginástica Artística Feminina (GAF) os principais campeonatos organizados pela FIG são os Campeonatos Mundiais e os Jogos Olímpicos, os quais têm regras comuns de competição, que são determinadas pelo código de pontuação, elaborado e atualizado pelos membros do Comitê Técnico Feminino da GAF da FIG, a cada novo ciclo olímpico.

As competições de GAF nos Campeonatos Mundiais e nos Jogos Olímpicos acontecem ao longo de quatro dias, alternando-se com as competições de Ginástica Artística Masculina (GAM).

O primeiro dia do evento competitivo é chamado de *Competição Classificatória (CI)*, na qual todas as ginastas podem competir nas quatro provas femininas: Salto, Barras Assimétricas, Trave de Equilíbrio e Solo, para se classificarem para os outros dias de competição, tanto individual como por equipe. A equipe é formada por seis ginastas, sendo que apenas cinco competem em cada aparelho e as quatro melhores notas são consideradas para a classificação da equipe.

No segundo dia do campeonato ocorre a *Competição Final por Equipes (CIV³⁰)*, na qual as oito melhores equipes classificadas na fase anterior competem novamente para disputarem a classificação de melhor equipe do campeonato. Neste dia, a equipe é composta também por seis ginastas, mas apenas as três melhores (determinadas pelo técnico) competem em cada aparelho e nenhuma nota é descartada, ou seja, prevalece a estabilidade da equipe, não podendo haver erros.

No terceiro dia acontece a *Competição Final Individual Geral (CII)*, na qual as 24 melhores ginastas classificadas (na CI - primeiro dia de competições) competem novamente nos quatro aparelhos para se obter a classificação final individual geral, sendo permitida apenas a representação de duas ginastas por país.

No quarto e último dia, a *Competição Final por Aparelhos (CIII)*, na qual as oito melhores ginastas da fase classificatória (CI), em cada uma das quatro provas, competem novamente para que se conheça a classificação das ginastas em cada aparelho, sendo permitida também apenas a representação de duas ginastas por país.

Existem outros Campeonatos que a FIG organiza, assim como as Copas do Mundo, com destaque na mídia nacional devido aos resultados dos ginastas brasileiros. As Copas do Mundo são campeonatos de especialistas em cada aparelho, com várias etapas que, somadas, classificam as ginastas para uma final anual. É um campeonato que não tem a mesma importância dos Campeonatos Mundiais ou Jogos Olímpicos, pois não tem os mesmos competidores nem os melhores países competindo em todas as etapas, como já mencionado

³⁰ Esse dia de competição é chamado de CIV, por ter sido incluído após a existência anterior das competições CI, CII e CIII. Portanto apesar de ser chamada de CIV ela acontece no segundo dia.

anteriormente. É um campeonato bastante utilizado para preparar os ginastas para campeonatos mais importantes.

Segundo Rodionenko e Cheresheva (1989), o número de competições de ginastas soviéticas durante o ciclo olímpico de 1985-1988 (apud PLATONOV, 2004) oscilou entre três a oito por ano, totalizando de sete a 22 dias de competição por ano, a partir da descrição dos diferentes tipos de competição (CI, CII, e CIII³¹) em cada campeonato.

As regras determinadas pela FIG, a cada novo ciclo olímpico para CM e JO são analisadas e adaptadas pelas confederações nacionais, de acordo com o estágio em que se encontra o desenvolvimento técnico da modalidade em cada país. Dessa forma, a CBG, com base nas orientações da FIG, compõe o regulamento nacional e desenvolve sua dinâmica de organização dos campeonatos no Brasil. Uma dessas adaptações, por exemplo, ocorre em Campeonatos Brasileiros. Nessas competições não são realizados os quatro dias de competições, como nas competições da FIG, possivelmente buscando-se com isso uma redução de custos para os clubes. Nesse caso, a partir da pontuação obtida pelas atletas no primeiro dia, extrai-se a classificação final “Por Equipes”, a classificação “Individual Geral”, e também classificam-se as atletas para a disputa da “Final por aparelhos”, que ocorre no dia seguinte.

As categorias competitivas da Ginástica Artística feminina no Brasil estão regulamentadas da seguinte maneira:

QUADRO 5 - Categorias da modalidade de GAF organizada pela CBG

Categoria	Idade (anos)
Pré-infantil	9 e 10
Infantil	11 e 12
Juvenil	13 a 15
Adulta	≥16

Fonte: Regulamento Geral da CBG (2008)

³¹ Durante o ciclo olímpico de 1985-1988 não existia ainda a CIV, incluída somente para os Jogos Olímpicos de Sidney (2000).

Os critérios estabelecidos no Regulamento Técnico da CBG permitem que ginastas mais novas compitam em provas acima de sua faixa etária, contudo estabelece-se um limite mínimo de idade. No Campeonato Brasileiro Adulto, por exemplo, ginastas a partir de 13 anos podem participar, apesar de a categoria adulta iniciar-se a partir de 16 anos. Nesse caso, a classificação “Individual Geral” é feita de maneira separada para as atletas de menor faixa etária. Essa regulamentação tem possibilitado que os clubes que não possuem ginastas em número suficiente em cada categoria possam completar suas equipes com ginastas de categorias etárias menores, além de permitir que as ginastas mais novas participem de um número maior de competições anuais, devido ao número reduzido³² de eventos para cada categoria no Brasil.

Os campeonatos nacionais são realizados em cada categoria descrita anteriormente, iniciando-se pela categoria Pré-infantil. Nesta categoria há dois níveis de exigência: A e B, sendo o programa A de nível técnico mais exigente do que o programa B. Normalmente há essas duas possibilidades com o intuito de atrair maior número de participantes desta faixa etária (9 e 10 anos), além de propiciar uma maior variabilidade no trabalho dos técnicos nessa categoria. Há ainda o fato de que algumas crianças especializam-se mais tarde na modalidade e, portanto, nesse caso, essas atletas têm ainda a chance de poderem participar de uma competição de menor nível técnico.

Dois programas diferentes também existiam nas outras categorias até o ano de 2005. O Campeonato Brasileiro “B” representava um passo anterior ao “nível A”, para ginastas com nível técnico insuficiente para estarem no programa A, mas que nos anos seguintes da categoria poderiam se adaptar ao programa de maior exigência técnica. No entanto, a partir de 2006, o programa B foi extinto de outras categorias da CBG, permanecendo apenas na Pré-infantil.

Atualmente existe ainda outro tipo de campeonato de menor exigência técnica do que o nível B do brasileiro, o Torneio Nacional, no qual competem a maioria das federações filiadas à CBG, o que pode evidenciar o nível técnico baixo da maior parte das ginastas do país. Este tipo de campeonato foi idealizado pelos membros³³ do Comitê Técnico Feminino e Masculino da CBG em 1997, com o intuito de realizar algo para as entidades que não

³² Um campeonato nacional é organizado pela CBG para cada categoria. Além disso, as ginastas possuem os campeonatos estaduais de cada categoria, organizados por cada federação.

³³ Profª. Dra. Rossana Benck e Prof. Marco Martins, ambos do Distrito Federal (informação verbal).

acompanhavam o nível técnico dos principais clubes do país, principalmente estados do Nordeste, Norte e Centro-oeste. A partir de 1999 foi aprovado na Assembléia da CBG, e atualmente é o tipo de campeonato que recebe o maior número de ginastas do país, provenientes de muitos estados brasileiros, sendo realizado duas vezes por ano. O regulamento deste campeonato é dividido em três níveis de exigência técnica, sendo o nível III o mais simplificado e o nível I o mais avançado, porém inferior ao extinto programa B. Este tipo de regulamentação propicia que mais entidades tenham acesso e possam participar de campeonatos nacionais.

A premiação do Torneio Nacional também é diferenciada, privilegiando os clubes que levam mais ginastas em diferentes níveis, pois a contagem da equipe campeã é feita pela somatória dos dez melhores resultados de cada entidade, recebendo pontos proporcionais à classificação obtida por cada ginasta. Ginastas que competiram em Campeonatos Brasileiros no programa A nos últimos dois anos ficam impedidas de participarem dos Torneios Nacionais.

No ano de 2004, o Torneio Nacional foi realizado em Curitiba e contou com 114 participantes. No mesmo ano, em Salvador, 141 ginastas participaram na GAF. Em 2005, o Torneio Nacional recebeu, no Mato Grosso do Sul, 168 ginastas femininas entre as categorias pré-infantil, infantil, juvenil e adulta. No ano de 2006, a CBG por meio de seu site fez o seguinte comentário:

[...] mais de duzentos atletas participaram, entre os dias 14 e 17 de junho, do XII Torneio Nacional de Ginástica Artística, em Vitória, no Espírito Santo. Atletas de vinte e cinco clubes, representando dez estados brasileiros: Distrito Federal, Espírito Santo, Bahia, Goiás, Rio de Janeiro, Minas Gerais, Pará, São Paulo, Sergipe e Mato Grosso do Sul, competiram em três níveis (CBG, 2006).

No ano de 2007, o Torneio Nacional, que aconteceu na cidade de Guarulhos-SP, recebeu 158 ginastas femininas. Em 2008, em Brasília - DF, contou com 107 ginastas. No mesmo ano, em Blumenau-SC, participaram 181 ginastas femininas. Os Estados de origem dos participantes variam de acordo com o local do campeonato, havendo sempre uma predominância de ginastas no nível mais simplificado (nível III), com aproximadamente 65% dos participantes neste nível em cada campeonato.

O número de participantes desse campeonato é extremamente diferente da participação em campeonatos brasileiros, que conta com reduzido número de ginastas de poucos clubes do Brasil, em sua maioria situados nas Regiões Sul e Sudeste.

Além da baixa frequência de participantes de outras regiões do país, é possível constatar que não houve uma evolução no número de participantes em Campeonatos Brasileiros, mesmo após quase 10 anos da inserção de eventos como o Torneio Nacional, que busca incentivar a prática da modalidade e difundi-la no país. Nos últimos quatro anos, o país não teve mais do que 15 ginastas adultas em nível competitivo, que disputarão oito vagas para representar o país em competições internacionais.

É possível também perceber que não há relação entre os participantes do Torneio Nacional e os dos Campeonatos Brasileiros, e que existe uma carência em vários aspectos, como infra-estrutura e conhecimento, com determinados profissionais que não conseguem galgar os campeonatos brasileiros com suas ginastas. Pode-se supor, portanto, que exista uma deficiência na capacitação dos profissionais, que não conseguem formar ginastas, mesmo para as categorias de base (pré-infantil e infantil) dos campeonatos brasileiros, níveis estes que não necessitam de alta condição de infra-estrutura, em oposição às categorias juvenil e adulta que, pela exigência técnica de alta complexidade e risco dos exercícios realizados, necessitam de uma melhor infra-estrutura.

É importante ressaltar que nos últimos cinco anos (2003 a 2008), os Campeonatos Brasileiros Pré-infantil A, Infantil, Juvenil e Adulto contemplam praticamente clubes da Região Sul e Sudeste (CBG, 2007). Esse fato pode estar associado possivelmente às deficiências na estrutura técnica e material, o que compromete o desenvolvimento da ginástica de outras regiões. Há participações esporádicas de ginastas avulsas, como:

- ⇒ Campeonato Brasileiro Pré-infantil de 2004: uma ginasta de Rio Grande do Norte;
- ⇒ Campeonato Brasileiro Infantil de 2004: três ginastas do Distrito Federal;
- ⇒ Campeonato Brasileiro Infantil em 2006: uma ginasta do Pará.

Todas as outras ginastas (quadro 6) são dos seguintes estados: Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Paraná, São Paulo, Rio de Janeiro, Minas Gerais e Espírito Santo.

Públio (1998) traz a informação de que entre os anos de 1980 a 1995 as participações em Campeonatos Brasileiros da categoria adulta não tiveram mais do que cinco equipes completas, e apenas duas das edições tiveram equipes de federações de outros Estados que não fossem da Região Sudeste: Federação Pernambucana (4º lugar de 4 equipes) em 1985 e Federação Brasileira de Ginástica (4º lugar de 5 equipes) em 1993. Contrasta com esses dados o fato da Rússia ter representantes de 32 diferentes cidades na seleção nacional (ARKAEV; SUCHILIN, 2004), o que revela que o conhecimento técnico e a estrutura material estão disseminados naquele país.

O quadro 6, sobre o número de participantes de Campeonatos Brasileiros dos últimos cinco anos (2004 a 2008) revela a estabilidade no número de ginastas participantes:

QUADRO 6 – Número de participantes de Campeonatos Brasileiros de GAF

Ano	Adulto	Juvenil	Infantil A	Pré-infantil A	Pré-infantil B
2004	31 ginastas (20 adultas)	3 equipes 17 ginastas	4 equipes 31 ginastas	3 equipes 22 ginastas	5 equipes 26 ginastas
2005	4 equipes ³⁴ 21 ginastas (10 adultas)	-----	-----	2 equipes 14 ginastas	4 equipes 20 ginastas
2006	23 ginastas (12 adultas)	7 equipes 41 ginastas	5 equipes 25 ginastas	6 equipes 31 ginastas	6 equipes 23 ginastas
2007	6 equipes 28 ginastas (15 adultas)	5 equipes 31 ginastas	6 equipes 38 ginastas	6 equipes 28 ginastas	9 equipes 42 ginastas
2008	5 equipes 33 ginastas (13 adultas)	6 equipes 28 ginastas	8 equipes 42 ginastas	4 equipes 21 ginastas	4 equipes 22 ginastas

Fonte: CBG, 2008; Ginásticas (2008)

³⁴ A equipe é composta por um número mínimo de 3 e máximo de 6 ginastas (REGULAMENTO GERAL, 2008).

Em relação à quantidade de ginastas de alto rendimento desportivo, o Brasil apresenta-se distante de países de destaque internacional na modalidade, como Romênia³⁵, Rússia e Estados Unidos, que desenvolvem uma política desportiva para a modalidade desde as categorias de base. Nesses países, grande enfoque é dado ao processo de capacitação de técnicos e os efeitos disso se fazem sentir no grande número de ginastas que competem em todos os níveis das categorias de base. Isto determina uma maior competitividade de cada um desses países, o que acaba por permitir que se componha uma seleção nacional com elevado nível técnico para representá-los em Jogos Olímpicos e Campeonatos Mundiais.

No ano de 2008 a Federação Norte Americana de Ginástica informou que no país competem 20 a 24 ginastas adultas, consideradas de alto rendimento desportivo, que são chamadas de nível de elite. Além disso, mais 20 a 24 ginastas competem na categoria júnior, também no nível de elite, e representam o país internacionalmente. Adicionalmente outras 400 ginastas competem no Campeonato Nacional Júnior. Na Rússia, no ano 2000, aproximadamente 61.600 crianças praticavam GA, sendo 30.500 em grupos de iniciação desportiva, 16.000 em grupos de treinamento, 854 em grupos avançados e 174 na elite da modalidade (ARKAEV; SUCHILIN, 2004). Contrasta com esses dados o número de participação de ginastas adultas no Campeonato Brasileiro, entre os anos de 2004 a 2008, cuja média por campeonato foi de 14 atletas (quadro 6).

O número reduzido de ginastas competitivas no Brasil ao longo de vários anos pode ser reflexo, entre outros fatores, da insuficiência de técnicos com capacitação adequada, o que pode estar freando a evolução do trabalho das ginastas nas categorias de base.

Como não há registros sobre o trabalho desenvolvido com ginastas de alto rendimento desportivo no Brasil, será apresentado no próximo capítulo o referencial teórico internacional de alguns autores de destaque no desporto em geral e na GA.

³⁵ Foi realizado o contato, via e-mail, com as instituições de organização da modalidade da Romênia e Rússia e não foi obtido retorno.

2.1.2. SISTEMA DE TREINOS

O desporto contemporâneo tem como característica não mais o monopólio de poucos países em algumas modalidades desportivas, mas a globalização do conhecimento e, conseqüentemente, de resultados desportivos. Após extinção da União Soviética, inúmeros técnicos daquela nação foram convidados a trabalhar em diferentes países, o que desencadeou uma disseminação do conhecimento até então restrito ao grupo de países socialistas. Devido a esse fato, nações que jamais imaginaram estar no pódio ao lado de países tradicionais, na GA, como Rússia e Romênia passaram a ser competitivos no cenário internacional, e esse também foi o caso do Brasil.

No sistema de preparação desportiva, o sistema de treinos pode ser considerado o eixo central do processo de treinamento de atletas, como conceituam Zakharov e Gomes (2003):

O sistema de treinos constitui o componente central da preparação do desportista. O **treino desportivo** (grifo do autor) representa o processo no sistema, pedagogicamente organizado, cuja base é constituída pelos métodos de exercícios físicos que visam o aperfeiçoamento máximo das potencialidades do organismo do desportista, de acordo com os requisitos da modalidade desportiva escolhida. (p.33).

Apesar da importância de outras áreas, segundo Platonov (2004) o progresso do desporto, antes de tudo, deve-se ao aperfeiçoamento do sistema de treinos conseguido pelas seguintes práticas:

1. O crescimento acentuado do volume de atividade de treinamento e competição;
2. Estreita correspondência do sistema de treinos dos atletas de alto nível com as exigências específicas do desporto selecionado;
3. Máxima atenção para as aptidões e particularidades de cada atleta durante a escolha da modalidade desportiva e a elaboração de todo o sistema de preparação a longo prazo, etc.;
4. Aumento da prática competitiva efetivando a mobilização dos recursos funcionais do organismo dos atletas e estimulando os processos de adaptação e o decorrente aumento da eficácia do processo de preparação;

5. Tentativas de equilibrar: sistema de cargas de treinamento e competição, intervalo de descanso, alimentação, meios de recuperação, estimulação da capacidade de trabalho e de mobilização dos recursos funcionais;
6. Adaptação do sistema de preparação das principais competições às condições geográficas e climáticas dos lugares em que acontecem;
7. Ampliação dos meios não-tradicionais de preparação;
8. Orientação de todo o sistema de treinos desportivo para atingir a estrutura ótima da atividade competitiva;
9. Aperfeiçoamento do sistema de direcionamento do processo de treinamento, tornando mais objetivos os conhecimentos sobre a estrutura da atividade competitiva e de preparação;
10. Dinâmica do sistema de preparação, sua correção baseada no constante estudo e controle, tanto da tendência geral do desenvolvimento do desporto olímpico, como das particularidades do desenvolvimento dos diferentes desportos.

O treinamento da Ginástica Artística se desenvolve baseado nos princípios que são gerais às atividades desportivas:

1. Princípio da especialização aprofundada: que indica que a condição necessária para objetivar as altas marcas é a concentração de tempo e de forças em uma modalidade eleita (MATVÉEV, 1983). Esse princípio pressupõe o treinamento formado na base de utilização de meios bastante específicos, adequados à essência da atividade desta modalidade desportiva. Na ginástica, a manifestação deste princípio pode ser notada desde a etapa de especialização inicial, ao eleger os meios de preparação física especial (PFE), “indicando para técnicos e ginastas a priorizar e dar preferência na preparação para os meios muito especializados: elementos de programa e de classificação, união e combinações, exercícios de PFE” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.285). O princípio da especialização aprofundada está estreitamente relacionado com o princípio da individualidade. A especialização desportiva que se realiza considerando as peculiaridades individuais do desportista permite revelar mais plenamente suas aptidões no desporto e satisfazer os interesses desportivos (MATVÉEV, 1983, p.69).

2. Princípio da unidade de preparação geral e especial do desportista: “este princípio parte da compreensão dialética da intercomunicação entre a especialização desportiva e o desenvolvimento geral do desportista” (MATVÉEV, 1983, p.70). Normalmente, a preparação geral tem menos destaque nas etapas de maestria desportiva e crescem os meios de preparação especial. “A capacidade de encontrar o equilíbrio nos meios de preparação geral e especial distingue o trabalho de técnicos e ginastas experientes” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.286).

3. Princípio da continuidade do processo de treinamento: para Matvéev (1983), a continuidade, como regularidade do processo de treinamento desportivo, caracteriza-se por três normas principais: necessidade de realizar os treinamentos em etapas que durem um ou muitos anos, encadear a sucessão ininterrupta dos efeitos próximos, resultantes e acumulativos do treinamento e estabelecer intervalos entre as sessões dentro do limite que garanta o desenvolvimento do bom treino. “Na ginástica é especialmente importante garantir o cumprimento deste princípio, já que a formação dos hábitos motores necessita uma repetição permanente e sistemática” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.286). Na GA a quantidade de elementos³⁶ a serem aprendidos e repetidos é grande, desde elementos de dificuldade A até as dificuldades G³⁷. Os ginastas que aspiram altos resultados treinam diariamente, duas a três vezes ao dia. Platonov (2004) apresenta dados a respeito do volume do treinamento anual das melhores ginastas soviéticas estudados por Rodionenko e Cheresheva (1989), no ciclo olímpico de 1985 a 1988:

³⁶ O termo elemento é usado no ambiente gímnico para determinar uma habilidade desportiva específica da modalidade, como exemplo: mortal, parada de mãos, estrela, são elementos gímnicos.

³⁷ A avaliação na GA, segundo os parâmetros de arbitragem, observa três aspectos principais para compor a nota de partida de uma ginasta: 1. as exigências específicas de cada aparelho que a ginasta deve cumprir, ou seja, alguns elementos ou ligações que são obrigatórios na composição de sua apresentação; 2. as ligações entre elementos de dificuldade, combinações que recebem bonificações; e as dez maiores dificuldades (contando com a saída do aparelho) realizadas durante a série da ginasta. Estas dificuldades são pontuadas de A a G, sendo A as mais simples, valendo 0,10 cada e G as mais complexas, valendo 0,70 cada.

QUADRO 7 – Dinâmica de treinamento das ginastas soviéticas no ciclo olímpico

Índices	1985	1986	1987	1988
Número de dias de treinamento	215-245	220-240	223-250	185-208
Tempo total (h)	1000-1200	1100-1250	1176-1429	1050-1143
Sessões de treinamento	420-440	450-520	480-520	420-455

Fonte: apud PLATONOV (2004)

4. Princípio do caráter gradativo do aumento de cargas:

- o processo de treino decorre ao longo do ano e durante muitos anos seguidos, mantendo a orientação para o aperfeiçoamento no desporto escolhido;
- a influência posterior de cada treino “materializa-se” à base das “pegadas³⁸” do anterior;
- o intervalo de descanso entre os treinos mantém-se nos limites que garantem, de um modo geral, o restabelecimento e o incremento da capacidade de trabalho, com a particularidade de se permitir periodicamente a realização de treinos, ao detectar-se uma falta parcial da recuperação (MATVEEV, 1997, p. 52-53).

Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] afirmam que o princípio do aumento gradativo de cargas é uma característica da preparação de ginastas ao longo da preparação de muitos anos, apresentando um exemplo de cargas de treinamento:

³⁸ O próprio autor explica o termo como mudanças positivas operadas no organismo (de caráter fisiológico, bioquímico e morfológico) condicionadas pelo treino, que se expressam definitivamente através da elevação da capacidade de trabalho do organismo do atleta.

QUADRO 8 - Volume de carga de treinamento dos ginastas de diferente nível de preparação (um dia de treinamento)

		Idade (anos)							
		5-6	7-8	10			12-16		
Período de preparação	Zonas de carga	Exercício Elemento	Exercício elemento	Elementos	Combinações	Saltos (cavalo)	Elementos	Combinações	Saltos (cavalo)
Período inicial	Pequena	150	200	275-325	0	11-14	350 máx	3-7	6-10
	Média	180	260	350-390	1-2	15-16	350-450	8-12	11-15
	Grande	225	280	460-500	2-3	19-23	460-550	13-12	16-20
Período de competição	Pequena			290-340	5-6	8-10	300 máx.	3-10	4-8
	Média			350-400	6-7	11-14	330-400	11-16	9-13
	Grande			400-500	8-9	15-18	450-500	17-22	14-18
Período transitório		-----	-----	-----	-----	-----	150-200	-----	-----

Fonte: Smoleuskiy e Gaverdouskiy, [199-], p.289.

Rodionenko e Cheresheva (1989) apud Platonov (2004, p.502) também apresentam dados de ginastas soviéticas no ciclo olímpico de 1985-1988 (Quadros 8 e 9):

QUADRO 9 - Dinâmica dos principais índices do processo de treinamento das ginastas soviéticas no ciclo olímpico (adaptação)

Índices	1985	1986	1987	1988
Número de elementos (mil)	32-43	30-47	28-55	30-46
Sessões de controle	12-20	12-22	15-26	20-30
Sessões de modelagem	25-36	20-32	25-35	35-50
Volume de séries por dia	9-16	7-15	9-21	19-23
Volume de saltos por dia	14-24	10-16	20-35	17-44
Volume de séries por semana	52-100	41-94	54-84	74-113
Volume de saltos por semana	82-130	60-96	117-160	83-180

Matvéev (1983; 1995) apresenta alguns parâmetros máximos de cargas na ginástica, podendo chegar à repetição de 1000 elementos e 50 séries executadas em um dia de treino, em um mês 20.500 elementos e 650 séries e em um ano totalizando 160.000 elementos e 6.000 séries.

QUADRO 10 - Volume das cargas de treinamento das ginastas soviéticas³⁹ na etapa final (sete semanas) para os Jogos Olímpicos

Desportista	Número de elementos (mil)	Número de séries			Número de Saltos sobre o cavalo			
		Obrigatórias	Livres	Total	Obrigatórias	Livres	Total	Incluídos os competitivos
E. Shushunova ⁴⁰	20,1	322	364	586	105	347	452	175
O. Omelianchik	20,2	395	202	507	134	135	269	132
S. Baitova	16,2	195	76	271	87	183	270	190
S. Boguinskaya	17,6	225	149	374	140	201	341	200
O. Strazheva	25,2	262	183	445	213	242	455	192
N. Laschenova	19,0	284	179	463	187	311	498	202
E. Shevshenko	17,7	245	148	393	132	166	298	148

Fonte: Rodionenko e Cheresheva (1989 apud Platonov, 2004, p.503)

³⁹ Equipe campeã olímpica em Seul (1988)

⁴⁰ Ginasta campeã olímpica no individual geral (soma dos quatro aparelhos) em Seul (1988).

Dados como estes infelizmente não estão disponíveis sobre o volume de treinamento de ginastas de seleção brasileira, em especial o trabalho desenvolvido pelos técnicos ucranianos. Portanto, não foram construídas referências que possam oferecer um parâmetro para embasar o planejamento de técnicos brasileiros, desde as categorias de base (pré-infantil e infantil) até as categorias de resultados superiores (juvenil e adulto).

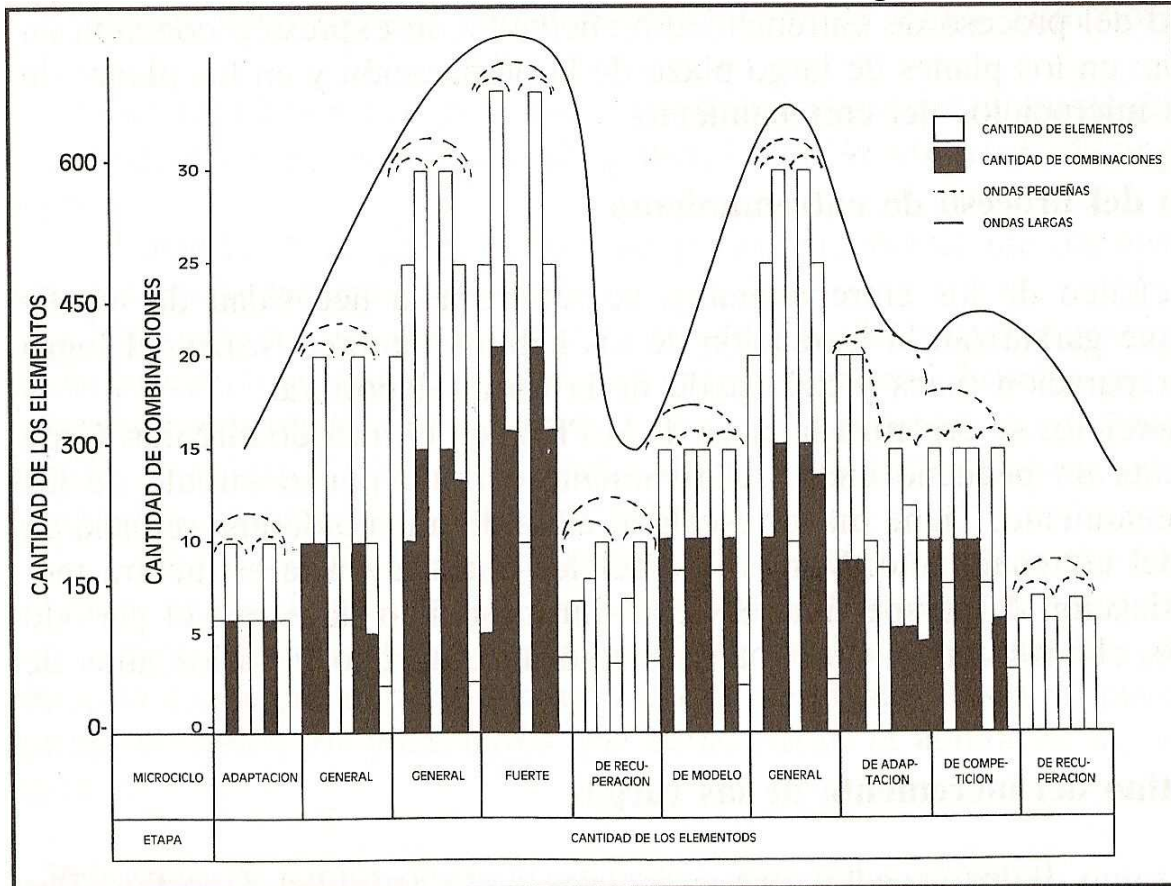
“Muitas pesquisas em ginástica demonstram que o volume das cargas de treinamento, junto com o grau de preparação física, técnica, psíquica é decisivo no processo de estabelecimento do alto rendimento dos ginastas” (UKRAN, ARKAEV, SMOLEVSKY, CHEBURAEV apud SMOLEUSKIY E GAVERDOUSKIY, [199-], p. 307⁴¹).

5. Variações ondulatórias das cargas de treino: esta característica deve-se “ao alto nível de exigência que se coloca às possibilidades funcionais e de adaptação do organismo” (MATVEEV, 1997, p. 59), existindo ondas dos seguintes graus: baixas (microciclos), médias (mesociclos – tendências geral das cargas de ondas pequenas), alta (tendência geral das ondas médias).

Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] ao abordarem este princípio na estrutura do treinamento na GA, apresentam a figura a seguir exemplificando:

⁴¹ Tradução da autora

GRÁFICO 1 - O caráter ondulatório da dinâmica de cargas de treinamento



Fonte: Smoleuskiy e Gaverdouskiy, [199-], p. 288.

Matveev (1983) faz algumas considerações sobre este princípio:

- ⇒ quanto menor é a frequência e a intensidade das sessões de treinamento, mais prolongada pode ser a fase de aumento sem declínio das sobrecargas;
- ⇒ quanto mais sólido é o regime de sobrecargas e descanso no treino e mais alta é a intensidade geral das sobrecargas, mais curtos são os períodos de oscilações ondulatórias e com maior frequência aparecem as ondas;
- ⇒ o aumento de volume e intensidade são mais limitados à medida em que eles crescem e vice-versa;
- ⇒ nas etapas de aumento considerável da intensidade, o volume é mais limitado;

⇒ observa-se a melhora no resultado quando o volume das cargas se estabiliza ou diminui.

6. Princípio do caráter cíclico do processo de treino: está diretamente relacionado com a aplicação dos princípios de sistematização e progressão das cargas de treino. “Os ciclos de treinamento representam uma sucessão, relativamente concluída, que se repete, de encadeamento e fases do processo de treinamento (sessões, etapas e períodos) que se alternam como se fosse um ciclo” (MATVEEV, 1983, p.89).

7. Princípio do aumento gradual e máximo das exigências do treino:

[...] O nível dos resultados desportivos é proporcional (sendo iguais às demais condições) ao nível das exigências de treino. No processo de treino desportivo aumenta-se gradualmente tanto as cargas físicas como as exigências relativas à preparação técnica, tática e volitiva. Isso se reflete no cumprimento sucessivo, por parte dos atletas, das tarefas que os mobilizam para assimilação dos hábitos mais complexos e perfeitos, tais como a destreza, e para a manifestação cada vez mais completa de forças físicas e psicológicas (MATVEEV, 1997, p.55).

O treinamento dos ginastas, a partir deste princípio deve desenvolver-se numa perspectiva a curto e a longo prazo. A GA possui a característica de freqüente aprendizagem de novos elementos de dificuldade progressiva, seu aperfeiçoamento e composição de séries. É necessário no planejamento dos ginastas determinar o programa máximo para cada um em cada etapa de preparação. O próprio código de pontuação da modalidade exige que os ginastas demonstrem seus exercícios mais complexos (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p. 288).

Reunindo os princípios expostos anteriormente, Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] sugerem os conteúdos refletidos nas seguintes tarefas, nos diferentes períodos do treinamento, como:

- ⇒ A assimilação de novos elementos, união de elementos e combinações;
- ⇒ Aumento do nível de preparação física com os meios da PFE, preparação física geral (PFG); nível de resistência especial com os meios da PFE e preparação técnica;

- ⇒ Aumento do nível da estabilidade psicológica, do grau de preparação em relação às dificuldades específicas superadas nas condições de treino e competição;
- ⇒ Aperfeiçoamento da execução, elevação do nível da ginasta;
- ⇒ Organização da preparação pré-competitiva e da participação em campeonatos;
- ⇒ Aplicação das medidas de recuperação e os meios para a passagem para um novo nível de cargas.

A FIG [199-] elaborou um programa de desenvolvimento da Ginástica Artística (feminina e masculina) baseado em programas canadenses⁴², com o intuito de “proporcionar uma abordagem sistemática para o desenvolvimento da Ginástica Artística competitiva desde o nível da iniciação até o medalhista internacional”⁴³.

Destacam-se a seguir as expectativas com as diretrizes expostas pela Federação Internacional de Ginástica [199-]: assegurar uma base científica para o desenvolvimento de programas de ginástica, “já que os programas tradicionais geralmente são embasados mais na tradição, mudanças de regras dos aparelhos e do regulamento do que em informações científicas de crianças em desenvolvimento” (tradução do autor, p.1).

- ⇒ Inibir problemas atuais bastante criticados como “métodos de treinamento desumanos”, prevenção de lesões por uso excessivo e melhorar a qualidade das habilidades dos ginastas
- ⇒ Diminuir a pressão por resultados precoces
- ⇒ Traçar um perfil de ginastas feminino e masculino, próximo ao ideal e que possa adaptar-se a futuras mudanças de regras.

⁴² Elaborado por Adrian Stan (Alemanha) e por Greg Jackson (Canadá)

⁴³ Palavras do presidente da FIG, senhor Bruno Grandi no prólogo do programa de desenvolvimento para grupos de idade.

2.1.2.1. PREPARAÇÃO TÉCNICA DE GINASTAS

A preparação técnica de ginastas é responsável pela aprendizagem e o desenvolvimento de habilidades técnicas. Em uma modalidade na qual a técnica de cada exercício é avaliada, o grau de importância desse tipo de preparação é grande e certamente depende de outros aspectos para seu desenvolvimento, como explica Arkaev e Suchilin (2004): “Um alto nível de preparo físico específico e psicológico é uma condição necessária de possibilidade técnica ótima”, além disso, “a formação e o refinamento de habilidades técnicas está associado à aquisição da performance técnica de vários exercícios (p.125).

Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] adotam o termo “preparação técnica especial (PTE)” que “representam não somente os exercícios de competição (que são o objetivo final da preparação), mas também os exercícios de treinamento selecionados e especialmente sistematizados que compõem a base para assimilar os futuros exercícios do programa” (p.249). Estes autores ressaltam importantes componentes da PTE:

- ⇒ A escola inicial: elementos mais simples da PTE, que podem ser gerais (por exemplo, aulas de coreografia) ou por provas (posturas, técnicas importantes de cada aparelho);
- ⇒ Blocos básicos: partes de exercício completos que exigem hábitos motores difíceis, e podem ser também gerais (repulsões, rotações no eixo longitudinal, posições invertidas, aterrissagens, etc) ou específicos de cada aparelho (lançamentos à parada de mãos barras assimétricas, etc);
- ⇒ Elementos de base íntegros: são a base da PTE, exercícios concretos para cada aparelho, sendo importantes tanto por fazerem parte do programa de exigências do código de pontuação, como para o processo de treinamento, assegurando a assimilação de outros exercícios com a mesma estrutura;
- ⇒ A combinação de exercícios básicos: é a última parte da organização da parte técnica, trabalham-se os hábitos de execução de cada movimento no contexto de uma série, com diferentes combinações (ligações) e em diferentes condições.

2.1.2.2. PREPARAÇÃO FÍSICA

Ginastas de alto rendimento desportivo necessitam de alto nível de desenvolvimento de capacidades físicas: força, velocidade, resistência e flexibilidade, que são geneticamente determinadas e dependem de um desenvolvimento, mas em diferentes graus (ARKAEV; SUCHILIN, 2004; SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]). O nível de desenvolvimento destas capacidades é determinado no quadro 11 pelos testes e resultados de preparação física especial:

QUADRO 11 - Testes e resultados de características de preparação física especial para ginastas de alto rendimento desportivo na URSS

Teste	Parâmetros	Unidade de medida	Característica modelo
1. Corrida	20m	S	3,2-3,3
2. Corrida	Velocidade nos últimos 5m	m/s	7,4-7,6
3. Salto vertical	Com balanços dos braços	Cm	52-56
4. Salto vertical	Sem balanços dos braços	Cm	42-43
5. Salto horizontal		Cm	220-225
6. Salto profundo		Cm	61-62
7. Subida na corda	3m sem apoio das pernas	S	5,6-5,8
8. Rodante-flic-mortal	Tempo de vôo	S	0,85-0,9
9. Esquadro	Manutenção de tempo	s	28-30
10. Back horizontal hang ⁴⁴	Manutenção de tempo	s	28-32
11. Front horizontal hang	Manutenção de tempo	s	20-23
12. Parada de mãos	Manutenção de tempo	s	90
13. Elevação à parada de mãos a partir do esquadro	Número de repetições		8-10
14. Quipe-parada	Número de repetições		10-12
15. Teste de flexibilidade	Dedução ⁴⁵	pontos	0,5-0,6

Fonte: Arkaev e Suchilin, 2004, p.111.

Em relação a testes neuromotores de ginastas brasileiras, existe um único estudo (DIANNO; RIVET, 1990) com 14 ginastas da cidade de Osasco, entre nove e 15 anos de idade, com um mínimo de três anos de treinamento, consideradas no estudo como de alto rendimento, a partir das suas classificações estaduais e nacionais. Mas como não há descrição de classificações destas ginastas e algumas têm apenas nove anos, há uma certa dificuldade em

⁴⁴ Não encontrada a tradução para o português dos exercícios: back horizontal hang e frontal horizontal hang.

⁴⁵ Para a flexibilidade é dada uma pontuação a partir de uma grande mobilidade, considerada ideal para cada articulação da ginasta na GA, havendo descontos desta nota para os resultados inferiores ao padrão estabelecido.

considerá-las desta forma. Além disso, o estudo não apresenta a descrição dos procedimentos metodológicos, equipamentos utilizados, o que dificulta a comparação de resultados.

TABELA 1 - Valores de média e desvio padrão de testes neuromotores

<i>Variável</i>	<i>Junho/88</i>	<i>Junho/89</i>
Impulso vertical (sem MMSS)/ I.V.S	29,07 $\pm$ 3,37	31,14 $\pm$ 4,19
Impulso vertical (com MMSS) /I.V.C	35,57 $\pm$ 5,03	39,36* $\pm$ 6,73
Impulso horizontal – I.H.	190,36 $\pm$ 19,25	201,29* $\pm$ 20,15
Dinamometria	17,93 $\pm$ 3,00	24,61* $\pm$ 5,54
Shuttle Run – S.R.	11,19 $\pm$ 0,56	11,54 $\pm$ 0,56
Abdominal	39,14 $\pm$ 5,14	44,36 $\pm$ 4,63
*p<0,01		

Fonte: Dianno; Rivet (1990)

Apesar da faixa etária ampla para se considerar a média dos dados, esta foi a única informação, encontrada a partir do levantamento feito para o presente estudo, publicada em revistas científicas de grande veiculação nacional sobre dados de testes físicos de ginastas brasileiras. Relacionando com os dados de ginastas internacionais (citados anteriormente) temos uma aproximação nos resultados de salto horizontal, no mínimo das ginastas internacionais (220m) com o máximo das ginastas de Osasco (221,44m). Em relação ao salto vertical os dados não se aproximam.

Segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-], os métodos mais importantes de desenvolvimento das capacidades de força e velocidade são: método de esforços repetitivos (cargas não máximas com grande máximo de repetição), método de esforços máximos (melhores resultados de aumento de força máxima – 90% da carga máxima e 2-3 repetições), método de esforço explosivo (cada movimento com a máxima velocidade e próprio peso corporal ou peso que não modifique a técnica do movimento e alta velocidade) e método de eletroestimulação (corrente elétrica com forte contração muscular). E os meios fundamentais de preparação dessas capacidades são:

- ⇒ variação das cargas e resistência: exercícios com uso do próprio peso (transferência de força, fixação de postura e movimentos de inércia), exercícios com peso e apoio (com barra de peso, pesos de diferentes volumes, exercícios isométricos em apoio) e exercícios com ajuda (resistência);
- ⇒ variação da velocidade e amplitude do movimento: posições estáticas de força e as tensões isométricas, movimentos de força para desenvolver a força lenta, movimentos dinâmicos relativamente rápidos, movimentos de máxima potência (saltos, repulsões), movimentos dinâmicos livres com mudança de segmentos corporais (postura na fase aérea).
- ⇒ variação de postura e posições do corpo: mudança do ângulo de trabalho (altera a carga), mudança da zona de trabalho dos músculos (dependendo da ação da habilidade gímnica para a qual se prepara), mudança das tensões agonista-antagonista.

Em relação à flexibilidade, que é caracterizada pelo índice de mobilidade articular de uma determinada articulação, podendo ser ativa (amplitude conseguida pelos próprios esforços) ou passiva (aumento da amplitude devido à aplicação de força externa). Os meios de treinamento para aumento da mobilidade articular mais característicos da GA são: exercícios dinâmicos (movimentos repetitivos em posições de extensão máxima) e exercícios estáticos (fixação prolongada na posição de extensão máxima). Podem ser realizados ainda, com ou sem: pesos, auxílio e aparelhos.

É importante ressaltar que em relação ao desenvolvimento da força de ginastas, a força relativa (relação entre força absoluta e a massa corporal) tem importância fundamental para o aperfeiçoamento da execução técnica dos exercícios competitivos. Para isso selecionam-se os métodos de treinamento que, por um lado, levem ao aumento da força, porém, por outro lado, restrinjam ao máximo possível o ganho de massa muscular. Adicionalmente realiza-se o controle rigoroso da variação da massa corporal das atletas devido ao impacto negativo que o seu aumento pode ocasionar nos índices de força relativa das ginastas (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

Em relação ao desenvolvimento da capacidade de resistência na GAF deve-se dar destaque ao desenvolvimento da resistência anaeróbica, que será então considerada para essa

modalidade como resistência especial. A demanda de resistência no desporto depende de várias características dos exercícios: intensidade, duração, número de repetições, intervalos e descanso. Os meios de treinamento de resistência podem ser gerais e especiais. A resistência especial é baseada na aplicação de exercício da PFG. O treinamento da resistência especial é mais importante para as ginastas, destacando-se a resistência de força e a resistência especial. A primeira delas caracteriza-se pela capacidade de executar repetidamente os exercícios de força, com cargas não máximas e durante um tempo parecido com a duração do aparelho (20 segundos a 1min30s) ou um pouco superior. A resistência estritamente especializada é a “capacidade de executar determinados exercícios [...] sem demonstrar cansaço e perda da técnica” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.268).

2.1.2.3. ESTRUTURA DA PREPARAÇÃO DA GINASTA

“Por estrutura de preparação do atleta convém compreender o conjunto de ligações estáveis entre os elementos do sistema de preparação que asseguram sua integridade e orientação especial em diferentes alterações das condições de funcionamento” (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p. 231).

Nesta estrutura convém destacar cinco níveis de organização:

- ⇒ sessão de treino
- ⇒ microciclo
- ⇒ mesociclo
- ⇒ macrociclo
- ⇒ preparação de muitos anos

Em cada um destes níveis, o objetivo da preparação do atleta visa a obtenção de objetivos específicos. Quanto mais alto o nível, tanto mais significativo será o objetivo. A tarefa geral para todo o sistema de preparação, resolve-se a nível superior. Os objetivos e tarefas dos níveis mais baixos têm papel particular e auxiliar em relação à tarefa suprema e o objetivo geral (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p.232).

Segundo Smith (2003), os atletas devem se preparar por meio de um processo de treinamento, no qual o objetivo fisiológico é melhorar as funções do corpo e otimizar a performance. O processo de treinamento, segundo o mesmo autor, envolve repetições de exercícios visando a uma automatização na execução de habilidades motoras e a um desenvolvimento das funções estruturais e metabólicas que conduzam à melhora da performance física.

Primeiramente, antes de iniciar um planejamento a longo prazo é importante considerar a qualidade da ginasta e o nível que poderá alcançar (regional, estadual, nacional, internacional) (STILL, [199-]).

O conteúdo dos níveis estruturais (microciclo, mesociclo, macrociclo, etc.) resume-se nas seguintes tarefas nas diferentes etapas, segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-]:

- ⇒ assimilação de novos elementos, combinações e séries;
- ⇒ aumento do nível de preparação física com meios de PFE, PFG, nível de resistência especial com os meios de PFE e a preparação técnica;
- ⇒ aumento do nível da estabilidade psicológica;
- ⇒ aperfeiçoamento da maestria da execução;
- ⇒ organização da preparação pré-competitiva e participação em campeonatos;
- ⇒ aplicação das medidas de recuperação e os meios para um novo tipo de cargas.

Dentro da preparação de muitos anos de ginastas, as etapas de preparação estão representadas numa escala de tempo e relacionada ao programa que deve ser realizado. A este esquema se aproxima de um plano de preparação olímpica de quatro anos.

O ciclo olímpico de quatro anos não é homogêneo. Cada ciclo de um ano dentro deste terá sua própria orientação. Por exemplo, o primeiro ciclo pós-olímpico caracteriza-se [...] pela elaboração de novos “modelos de futuro”. O segundo ciclo é de modernização do programa livre⁴⁶, correção dos planos para a preparação olímpica, o terceiro ciclo é de controle: comprovam-se os tipos técnicos e táticos do ciclo, são eleitos os candidatos à equipe olímpica da seleção do país. O quarto ciclo é o “ano olímpico” dedicado à

⁴⁶ Até 1996 existia o programa de séries obrigatórias, no qual todas as ginastas executavam a mesma série, nivelando-as, e também o programa livre em outro dia de competição. Após esta data o programa obrigatório foi extinto dos CM e JO.

preparação direta para participar dos Jogos Olímpicos (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.290).

O macrociclo, ou ciclo anual, prevê determinados períodos: preparatório, competitivo e de transição. O período preparatório é dedicado ao desenvolvimento das possibilidades funcionais do organismo, podendo se dividir em preparação geral e especial. O período competitivo objetiva a estruturação direta da forma desportiva e de resultados, além da manutenção do nível de preparação atingido. O período de transição contribui para a recuperação completa do potencial de adaptação do organismo (SMITH, 2003; ZAKHAROV; GOMES, 2003).

Still [199-] apresenta um quadro expondo os conteúdos de um ciclo anual para ginastas:

QUADRO 12- Programa de treinamento anual de ginastas

PROGRAMA DE TREINAMENTO ANUAL			
Objetivos do treinamento	Período	Período competitivo	Descanso
	pré-competitivo		
Elementos	Combinações individuais	Séries completas	Descanso ativo ⁴⁷
Algumas combinações	Partes de séries	Condicionamento específico	
Condicionamento	Condicionamento específico e geral		

Fonte: Still [199-], p.20.⁴⁸

O'Brien (1979) observou em seus estudos sobre formação de ginastas da ex-URSS na década de 70 que, no período preparatório, a ênfase do trabalho com ginastas era na

⁴⁷ Exercer outra atividade física, para manter o tônus muscular e sua preparação geral, além da distração (psicológica).

⁴⁸ Tradução da autora

preparação física, preparação teórica, condicionamento físico geral (saúde), desenvolvimento e aperfeiçoamento de capacidades físicas, técnicas de exercícios coreográficos, ritmo, aprendizado de exercícios para todos os aparelhos e formação psicológica. No período competitivo acentuava-se o aumento da estabilidade da execução da técnica; nesse período objetiva-se o alcance do alto nível de condição física, psicológica e preparação moral, a fim de garantir a participação com sucesso nas competições principais. No período de transição havia uma redução dos níveis de treino, manutenção de níveis básicos de condicionamento, modifica-se a rotina anual de treinamento a fim de proporcionar aos atletas uma recuperação completa, sobretudo psíquica.

Direcionando-se mais especificamente ao planejamento de períodos menores que compõem o plano anual, o microciclo representa o elemento da estrutura de preparação do atleta que inclui várias sessões de treino, visando a solução de tarefas de um determinado mesociclo, o qual representa o elemento da estrutura de preparação do atleta, para soluções de tarefas de determinado macrociclo (SMITH, 2003; ZAKHAROV; GOMES, 2003).

Segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-], os tipos de microciclos são:

- ⇒ microciclo competitivo: nos quais o ginasta participa de competições importantes;
- ⇒ microciclo de modelo: carga e conteúdo se aproximam ao máximo das condições da competição. Planeja-se na etapa pré-competitiva, duas ou três semanas antes da competição;
- ⇒ microciclo básico: tipo fundamental de microciclo considerando os períodos preparatório e competitivo. Carga ótima que permite realizar um treino com volume e intensidade maiores durante duas a quatro semanas, sem diminuir o rendimento;
- ⇒ microciclo de choque: aumento de carga até próximo ao máximo das possibilidades dos ginastas, conhecendo suas possibilidades, estimulando a resistência especial, superando de três a quatro vezes o volume do microciclo competitivo;
- ⇒ microciclo de recuperação: diminuição sensível do volume e carga do trabalho, após grandes estímulos, como microciclo de choque ou uma competição;
- ⇒ microciclo pré-competitivo: objetiva conduzir os ginastas ao campeonato em um estado ótimo de preparação, imediatamente antes da competição. Carga se aproxima ao volume e intensidade competitivos (semana do evento).

Os mesmos autores expõem as possibilidades das sessões de treino que compõem um microciclo, considerando-se: o índice das tarefas fundamentais no microciclo preparatório, o grau da carga (ótima, forte e de recuperação) e pelo grau de especialização (de aprendizagem, de treinamento, de modelo, de preparação física geral, de preparação física especial, de controle, de aquecimento e de recuperação).

As sessões de aprendizagem são destinadas à “renovação” dos ginastas, com retomada dos exercícios já dominados na etapa anterior e aprendizagem de novos, levando-se em consideração alguns fatores: não sobrecarregar as sessões de treinamento com novos elementos (máximo 1-2 por prova), planejar sessões em seqüência para possibilitar a consolidação dos hábitos motores (4-6 sessões em uma etapa densa para isso), planejar os novos elementos para a parte inicial da sessão de treino dos exercícios nos aparelhos (após o aquecimento); número de repetições depende do grau de cansaço (parar quando começam a aparecer erros visíveis – 6 a 8 vezes sendo 1-3 tentativas cada vez). Uma forma intermediária de ligação de conteúdos de aprendizagem e de treinamento são as sessões de aprendizagem-treinamento (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

QUADRO 13 - Apresentação dos tipos de sessões em um ciclo de treinamento

Período Preparatório		Período Competitivo		Período Transitório
De aprendizagem	De aprendizagem-	De treinamento	Competições	De recuperação
PFE	treinamento	PFE		PFE
PFE	De controle-modelo	De modelo		PFG
De controle				

Fonte: Smoleuskiy; Gaverdouskiy, [199-], p.301.

As sessões de treinamento são caracterizadas como a forma básica do trabalho dos ginastas, representando de 25-30% das sessões de treino anuais, dirigindo-se à repetição do programa já assimilado e seu aperfeiçoamento (volume e intensidade alcançam magnitudes superiores, em especial no treinamento forte). Neste tipo de sessão, os registros e controle são: a

quantidade de elementos (volume geral da carga) e a qualidade (executados com alta pontuação ou falhas) (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

As sessões de modelo buscam preparar os ginastas para futuras competições, simulando-as no próprio treinamento, já que a modalidade caracteriza-se por um número pequeno de competições no ano (5-7 ou menos). O modelo de carga é baseado no volume competitivo, sendo mais difícil reproduzir a tensão psicológica. Na sessão de modelo de carga forte, é possível repetir mais vezes as séries que seriam feitas apenas uma vez na competição. As observações do técnico neste tipo de sessão devem ser: a estabilidade da qualidade da execução, falhas previstas e imprevistas e estado psicológico do ginasta (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

As sessões de controle monitoram a preparação técnica (elementos, combinações, séries) e a preparação física. Controla-se primeiramente o desenvolvimento físico com testes funcionais (capacidade de força, flexibilidade, resistência especial, etc). Na preparação técnica avalia-se o domínio de determinados elementos dentro do planejamento (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

As sessões de preparação física geral são sessões especiais e independentes, dedicadas à preparação física e à prática de outras modalidades desportivas, principalmente em um período inicial da preparação ou de transição. As sessões de preparação física especial representam 10% do total de dias de treinamento anual, ocupando 20% do período preparatório especial e 10-15% do competitivo, sendo exercícios para o desenvolvimento de capacidades físicas específicas da modalidade, repetições de elementos técnicos e utiliza-se bastante o método de circuito (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

QUADRO 14 - Tipos de sessão no sistema de preparação de ginastas durante um ano

Tipos sessões	Etapas de preparação de muitos anos				Período de preparação anual			Diretrizes
	Preliminar	Especialização inicial	Especialização aprofundada	Resultados superiores	Preparatório	Competitivo	Transição	
Aprendizagem	+++	+++ 30%	++	++	+			- capacidade de aprendizagem - qtde. de novas tarefas/elementos - volume de trabalho (qtde. elementos - duração geral da sessão
Treinamento	+	++ 25%	+++	+++	++	+++		- resistência especial - qualidade de execução - qtde. de elementos, séries/saltos, qtde. de provas
Modelo		+ 5,5%	++	+++		++		- estabilidade da qualidade de execução - qualidade da execução - quantidade de quedas
Controle	+	++ 9,5%	+	+	++	++		- Resultados de testes, de execução de normas de controle
PFG	+++	+ 2,0%	+	+	++		+	- conteúdo dos exercícios - volume e intensidade - duração geral da sessão - testes e normas de controle
PFE	+	++ 9,0%	+++	+++	+++	++	+	- conteúdo dos exercícios - modo de realização - volume e intensidade - duração geral da sessão - testes e normas de controle/provas funcionais
Aquecimento		+	+	+	+	+		- qtde. de exercícios/conteúdo - duração da sessão e índice de EAA ⁴⁹
Recuperação		+ 15%	+++	+++	++	++	++	- Diagnóstico funcional - Estado emocional, EAA
Competições		+ 3,5%	+++	+++		+++		- Avaliação em pontos e Resultado

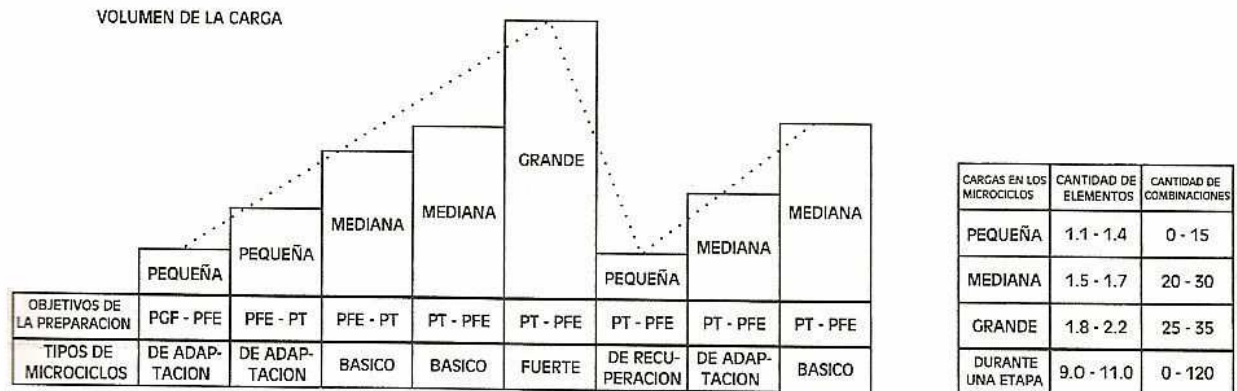
Legenda: “+” importante; “++” importância grande; “+++” importância principal; “%” em comparação com outros tipos de sessão

Fonte: Smoleuskiy e Gaverdouskiy, [199-], p.300.

⁴⁹ EAA – Teste de estado, atividade e ânimo

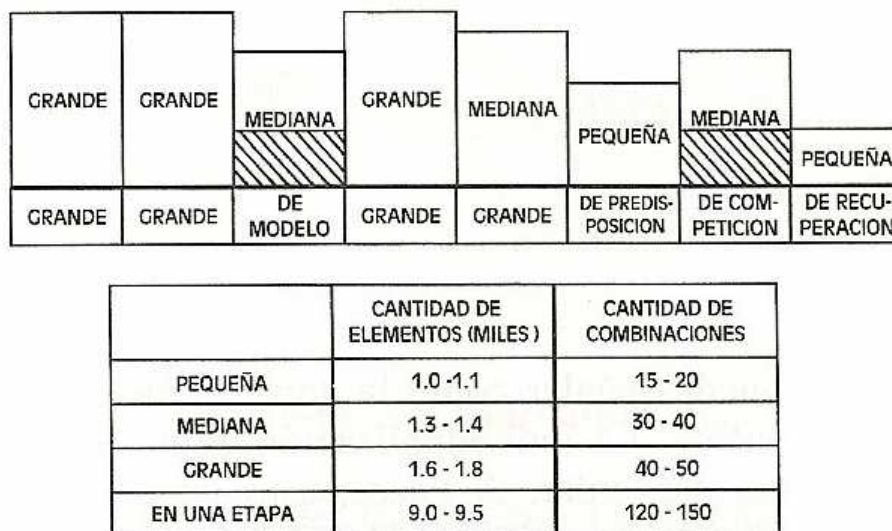
Sobre a intensificação da carga do treinamento de ginastas, as figuras 2 e 3, esquematizam a formação das etapas de preparação de ginastas nos períodos preparatório e competitivo, “onde também se utiliza o princípio da combinação das cargas em relação com a ordem dos microciclos de diferentes orientações e indicam-se também os índices aproximados de volume de cargas nas zonas” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p. 315).

FIGURA 3 - O esquema de formação das etapas “a assimilação do programa” do período preparatório e o planejamento de cargas nos microciclos (PFG – preparação física geral, PFE – preparação física especial, PT – preparação técnica)



Fonte: Smoleuskiy e Gaverdouskiy, [199-], p.315.

FIGURA 4 - Estrutura da etapa de preparação pré-competitiva de ginastas e o planejamento das cargas no microciclo



Fonte: Smoleuskiy e Gaverdouskiy, [199-], p.315.

Em relação à carga nas diferentes provas (aparelhos) durante a semana, temos a seguinte informação, segundo os mesmos autores:

QUADRO 15 - Ordem das cargas conforme a ordem do aparelho nos dias do microciclo

Modalidades	Dias da semana						
	1	2	3	4	5	6	7
1º. aparelho	Média	Média	Grande	Pequena	Grande	Média	-
2º. aparelho	Grande	Grande	Média	Pequena	Média	Grande	-
3º. aparelho	Pequena	Pequena	Grande	Pequena	Grande	Pequena	-

Fonte: Smoleuskiy e Gaverdouskiy, [199-], p.317.

Entre as publicações nacionais, sobre o assunto de sistema de treinos, consta um artigo publicado no ano de 1977, na Revista Desportos, pelo professor Nestor Soares Públio⁵⁰, que relata parte do sistema de treinos japonês na ginástica artística masculina. Segundo Públio (1977), este treinamento é dividido em quatro tipos:

- ⇒ A - Treinamento diário pela manhã: corrida, preparação física⁵¹ e flexibilidade, podendo inclusive ser feito na residência da atleta;
- ⇒ B - Treinamento leve: duração de 1h a 1h30min, com objetivo o descanso ativo entre treinamentos fortes e correção de detalhes;
- ⇒ C - Treinamento “TIPO COMPETIÇÃO”: duração de 1h30min a 2h, que consiste no treino simulando uma competição, inclusive com avaliação de notas. Este tipo de treino é utilizado de 20 a 30 dias antes da competição;
- ⇒ D – Treinamento forte: com duração de 3h30min a 4h, nos 40 a 50 dias que antecedem a competição; com partes de séries e séries completas de 4 a 6 repetições em cada aparelho e diminuindo à medida em que se aproxima a competição.

Públio (1977) destaca ainda o treinamento mais detalhado aproximadamente 50 dias antes da competição, dividindo-o em cinco fases:

⁵⁰ Segundo Nestor Soares Públio (informação verbal), o artigo foi publicado erroneamente com o nome de outro autor, Mário de Carvalho Pini, mas é um relato de experiência escrito por Públio sobre um intercâmbio que ele realizou.

⁵¹ O termo usado pelo autor na época é “ginástica de força”.

QUADRO 16 - Programa de treinamento (japonês) antes de uma competição

Fases	Dias	Conteúdo do treinamento
I	10	Séries completas, mesmo errando, para condicionamento físico e psicológico
II	15	Partes de séries, séries completas, repetições de elementos mais difíceis
III	14	Séries completas (obrigatórias e livres) inclusão de elementos firmes treinados anteriormente. Noção do conjunto da série.
IV	8	Séries completas passando aos exercícios obrigatórios e livres em treino tipo competição (alternando)
V	5	Condicionamento
	3	Competição (obrigatória, livre e final)

Fonte: Públio, 1977, p.22.

Após a exposição do treinamento japonês, o autor faz o seguinte comentário: “Não temos condições atuais de aplicar no Brasil o Treinamento Japonês devido a sua intensidade, vida normal de nossos ginastas, falta de técnicos competentes, organização e sobretudo ‘**raça**’⁵²(grifo do autor) dos que se dizem interessados” (PÚBLIO,1977, p.22).

Após a apresentação do treinamento japonês, Públio (1977) sugere então uma organização de treinos para o Brasil:

⁵² É possível que esse termo tenha sido usado, referindo-se ao aspecto volitivo dos ginastas.

QUADRO 17 - Sugestão de treinamento para uma equipe brasileira para os 40 dias que antecedem uma competição

Fases	Dias	Conteúdo do treinamento
I	8	Séries completas, mesmo errando, para condicionamento físico e psicológico. Repetir 3 a 4 vezes as séries completas em cada aparelho, por treinamento, intercalando a cada dois dias treino tipo B (leve)
II	12	Séries completas ou partes de séries (duas metades), repetindo 2 a 3 vezes as séries completas em cada aparelho por treino e complementar com repetições de elementos mais difíceis
III	10	Séries completas alternando dos dias em obrigatório e livre, com pelo menos duas repetições completas e treinamento complementar dos possíveis elementos ainda fracos. Intercalar a cada dois dias treino tipo B (leve).
IV	7	Treinamento C - tipo competição (alternando obrigatório e livre)
V	3	Condicionamento físico e psicológico Competição (obrigatória, livre e final)

Fonte: Públio, 1977.

O mesmo autor ressalta ainda a falta de capacitação dos técnicos já em 1977, quando diz: “todavia é muito difícil para nosso ginasta se enquadrar neste esquema de treinamento, pois o normal no brasileiro é estar fabricando suas séries ainda uma semana antes do embarque da competição prevista” (PÚBLIO, 1977, p.22). Esta informação vai ao encontro do que tem sido enfatizado no texto, sobre a falta de capacitação de técnicos brasileiros.

No Brasil, o treino desportivo para a Ginástica Artística feminina tem influência direta de treinadores estrangeiros, tanto na capacitação de treinadores brasileiros com cursos de curta duração, assim como no trabalho em clubes de diferentes Estados, junto a treinadores brasileiros, concentrando-se nas Regiões Sul e Sudeste. Além disso, alguns brasileiros também foram para outros países (EUA, Espanha, Rússia, Cuba, etc) em busca de aperfeiçoamento técnico. Esses intercâmbios objetivam contribuições aos técnicos brasileiros e, conseqüentemente, à Ginástica Artística brasileira. As conquistas recentes devem-se muito à colaboração dos treinadores estrangeiros que já passaram pelos clubes brasileiros e,

especialmente, aos ucranianos que estão no Brasil há cerca de oito anos. Desde então esses técnicos têm destinado sua atenção às ginastas da seleção brasileira de GAF, possibilitando feitos até então inéditos para um país sem tradição alguma nesta modalidade, comparada aos séculos de tradição e estudos de nações como ex-União Soviética e Romênia.

Também é importante ressaltar que essa evolução se deu rapidamente, em cerca de uma década, com a vinda dos treinadores ucranianos no Brasil: Iryna Ilyashenko, que chegou ao Brasil em 1999 e Oleg Ostapenko, em 2001, que aplicam na seleção brasileira de GAF a experiência adquirida e desenvolvida nos treinamentos ucranianos de formação de ginastas de destaque internacional e campeãs olímpicas.

Apesar de ainda não possuir medalhas em JO, o país tem tido grande destaque internacional o que, além da evolução das classificações da equipe brasileira e das ginastas individualmente, pode ser notado também com dois exemplares da revista norte-americana “Internacional Gymnastic”, com destaque para a ginástica brasileira. Essa revista existe desde 1956, e tem como público alvo a comunidade da Ginástica dos Estados Unidos, mas também atinge a comunidade internacional da Ginástica. Um dos exemplares⁵³ traz na capa a foto das três principais ginastas do país: Daiane dos Santos, Daniele Hypólito e Laís Souza, com os treinadores ucranianos Iryna Ilyashenko e Oleg Ostapenko (ANEXO A) com os seguintes dizeres: “Things are looking up in Brazil”⁵⁴, e dedica cinco páginas sobre a evolução da ginástica brasileira e a infra-estrutura de treinamento em Curitiba, onde a seleção brasileira treina das 8:00h às 12: 00h e das 15:30 às 19:00h. O próprio técnico ucraniano na reportagem comenta sobre a necessidade de novos centros de treinamento de base no Brasil, com crianças entre cinco e sete anos de idade. Ele também afirma que para se obter sucesso é necessário: bons técnicos, bons centros de treinamento e boa cooperação, além de iniciar as ginastas mais cedo para terem uma melhor base atlética (NORMILE, 2007a).

Outro exemplar da revista⁵⁵ tem como capa a brasileira Jade Barbosa (ANEXO B), como um novo marco para a ginástica do Brasil. Sobre a estrutura de treinamento, ela apenas comenta que após a medalha de bronze começou a acreditar que seu treinamento realmente estava funcionando (NORMILE, 2007b).

⁵³ Março de 2007

⁵⁴ Coisas estão evoluindo (acontecendo/crescendo) no Brasil

⁵⁵ Dezembro de 2007

Uma questão a ser levantada é que esta estrutura de treinamento da seleção brasileira em Curitiba não retrata e nem se aproxima da estrutura da Ginástica Artística de outros clubes e entidades brasileiras que mantêm a modalidade. A Ginástica Artística do Brasil tem melhorado, mais especificamente em Curitiba, e não em todo o Brasil, porque o conhecimento que está sendo transmitido para as ginastas da seleção brasileira pelos treinadores ucranianos não tem sido divulgado. Um fato que comprova essa observação é o resultado do campeonato brasileiro juvenil de 2007, no qual as sete primeiras ginastas da classificação individual geral treinavam em Curitiba, assim como a equipe campeã, tendo uma diferença de aproximadamente 20 pontos com relação à equipe vice-campeã do Clube de Regatas do Flamengo, o que representa uma diferença significativa e que raramente acontece entre as entidades que conquistam medalhas por equipe⁵⁶. Fato semelhante aconteceu no ano de 2008, no Campeonato Brasileiro adulto, no qual as sete primeiras ginastas também realizavam seus treinos no centro de treinamento de Curitiba.

Desde a chegada destes treinadores foi feito apenas um curso, intitulado Curso Básico de Ginástica Olímpica feminina – Projeto 2001-2008, no período de 14 a 16 de junho de 2001, em Curitiba, ano da chegada do técnico Oleg Ostapenko ao país. Neste curso, oferecido pela CBG, foi dito pela então presidente da CBG, que seria o primeiro de uma sequência de cursos por todo o país, a serem oferecidos gratuitamente para os treinadores de diferentes regiões. Desde então, não houve qualquer manifestação por parte da CBG a respeito do oferecimento de cursos de capacitação dedicado aos treinadores do Brasil.

Desta forma, o programa que foi desenvolvido há cerca de oito anos no Brasil pelos treinadores ucranianos não tem sido divulgado para uma melhor formação de técnicos no Brasil. Atualmente, os técnicos ucranianos já terminaram seus contratos e não houve troca de informações com técnicos de diferentes regiões do país, para prepará-los para a continuação desse trabalho iniciado por eles e para formar outras ginastas de destaque internacional.

Oleg Ostapenko, em fala reportada no jornal Folha de São Paulo (2007), aborda algumas consequências da falta de capacitação de técnicos brasileiros: “Sou o técnico da seleção, mas tenho que corrigir erros da base. Corrigir é mais difícil do que criar coisas novas. Perde-se

⁵⁶ Como exemplo, no ano de 2008, as equipes medalha de prata e ouro, na categoria Adulta tiveram uma diferença de 1,70 pontos.

tempo. Não há muitos técnicos que conhecem a fundo a ginástica e que a praticaram a ponto de não deixar a atleta com erros básicos”.

No ano de 2000 na Rússia, 2280 técnicos de GA trabalharam com aproximadamente 62.000 crianças, sendo que 420 desses técnicos dedicavam-se às categorias de alto rendimento desportivo e 521 no nível principal (ARKAEV; SUCHILIN, 2004).

De acordo com os estudos de O'Brien (1979), a ex-URSS possuía um número de técnicos bem capacitados devido a uma estrutura de formação de técnicos na Faculdade de Desporto, com 140 horas destinadas à ginástica. Posteriormente à graduação, eles realizavam um curso de especialização em ginástica com 890 horas, sendo 536 horas destinadas às aulas práticas de Ginástica Artística, Tumbling⁵⁷ e Ginástica Rítmica e mais 128 horas de práticas de ensino. Para concluírem a especialização, com duração de quatro anos, é necessário:

- ⇒ cumprimento dos créditos durante os quatro anos de curso;
- ⇒ apresentar habilidades do Ranking III de Tumbling (feminino e masculino);
- ⇒ apresentar habilidades do Ranking I de GA;
- ⇒ formar-se árbitro da modalidade
- ⇒ fazer uma prova das disciplinas teóricas após os quatro anos de curso;
- ⇒ defender um artigo científico perante um banca examinadora da universidade.

É normal que países que têm uma evolução significativa em determinadas áreas desportivas tenham, concomitantemente a essa evolução, um aumento nas publicações científicas. Na região da ex-URSS é possível encontrar mais de 300 teses (em russo) defendidas sobre ginástica (ARKAEV; SUCHILIN, 2004). No Brasil talvez isto não tenha acontecido, também em parte, pela dificuldade de aproximação dos pesquisadores com os técnicos e ginastas da seleção brasileira. Nunomura (2001) sugere a criação de uma Associação de Ginástica para que ela seja o elo entre as diversas instituições relacionadas à GA que, segundo a autora, “estão atuando de forma fragmentada e um tanto isoladas”(p.157).

Arkaev e Suchilin (2004) destacam em sua fala sobre a hegemonia russa na GA, que: “O sucesso dos ginastas russos é um resultado da combinação de esforços de alta qualidade de técnicos, dirigentes, cientistas e doutores” (p.18), e ainda ressalta que formaram a única escola

⁵⁷ Modalidade gímnica que se caracteriza pela competição de acrobacias em pista com impulsão superior à do tablado da GA.

nacional de ginastas e o sistema russo de preparação de ginastas, que não existem iguais na comunidade mundial.

Em nível nacional as publicações a respeito do treinamento de ginastas femininas são restritas. Internacionalmente, muitos autores, experientes também como técnicos, têm escrito a respeito, mas com poucas traduções para o inglês ou espanhol (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]; ARKAEV; SUCHILIN, 2004). Além de todos os fatores envolvidos no sistema de treinos de uma atleta, existem alguns aspectos que complementam o trabalho do técnico, seja pelo conhecimento que trazem ou mesmo pela presença de outros profissionais que colaboram para um processo adequado e de sucesso. Estes fatores são reunidos em um outro sistema dentro da proposta de Zakharov e Gomes (2003), chamado de sistema de fatores complementares, o qual será discutido em seguida com temas específicos voltados para a formação de ginastas.

2.1.3. SISTEMA DE FATORES COMPLEMENTARES

Além dos aspectos já expostos anteriormente no sistema de competições e no sistema de treinos, o sistema de fatores complementares também colabora para a preparação de um atleta de alto rendimento desportivo, que vai além das questões físicas, técnicas e táticas do treino, muitas vezes diferenciando atletas que possuem um bom nível nestes aspectos citados anteriormente, mas que possuem também fatores complementares ao treino atuando junto às sessões de treinamento.

De acordo com Zakharov e Gomes (2003), os fatores complementares são diversos meios que “contribuem para a recuperação e adaptação favorável do organismo do atleta às cargas de treinamento e de competição” (p.215). Entre os diversos aspectos possíveis de serem abordados neste estudo, a nutrição e as questões relacionadas à lesão são assuntos bastante abordados pelas ginastas colaboradoras desta pesquisa. Diante deste contexto faz-se necessário melhor entender como esses aspectos podem influenciar a vida desportiva de um atleta de alto rendimento.

2.1.3.1 ASPECTOS NUTRICIONAIS

Entre outros aspectos, a questão nutricional é bastante considerada no treinamento de ginastas, principalmente por estar relacionada à manutenção de baixo peso corporal, uma pressão constante na vida desportiva de uma ginasta.

Um importante aspecto para o desempenho na GA é a força relativa, ou seja, a força relativa ao peso corporal⁵⁸. Quanto mais a ginasta aumenta seu peso, relativamente ela fica mais fraca, pois está realizando o mesmo movimento com o mesmo condicionamento de antes, porém mais pesada. As ginastas precisam ser fortes e leves, características de ginastas do mundo todo, como já foi abordado anteriormente..

⁵⁸ Anteriormente já abordado na parte de preparação física no sistema de treinos

Existe uma bibliografia internacional vasta sobre o aspecto nutricional de ginastas, desde pesquisas com valores calóricos diários ingeridos pelas ginastas, relações com gasto energético, quantidade necessária de determinados nutrientes, até distúrbios alimentares, bastante comuns em mulheres atletas. Em termos nacionais, pesquisas com ginastas brasileiras, principalmente da seleção nacional, são bastante restritas. Uma das poucas pesquisas realizadas com ginastas brasileiras, foi desenvolvida nas cidades do Rio de Janeiro e de São Paulo com 46 ginastas do sexo feminino, de 11 a 14 anos, de clubes representativos no cenário nacional (RIBEIRO; SOARES, 2002). As autoras verificaram que:

- ⇒ o consumo energético está abaixo dos preconizados para adolescentes atletas (1423Kcal para as paulistas e 1521kcal para as fluminenses);
- ⇒ o consumo de cálcio está 45% abaixo das recomendações nutricionais;
- ⇒ o consumo de carboidratos está menor do que o esperado.

Esta baixa ingestão de carboidratos associada ao reduzido consumo energético, poderá contribuir para uma redução nos estoques de glicogênio muscular, resultando em estresse adicional ao organismo e prejuízos tanto nos treinamentos como em competições (RIBEIRO; SOARES, 2000, p. 188).

Em relação à falta de determinados nutrientes na dieta das ginastas, Constantini et al (2000) também relata em estudo realizado com ginastas e atletas de outras modalidades, separados por gênero, no qual atletas (homens e mulheres) demonstraram em seus exames uma deficiência de ferro, que pode ser ou por uma perda excessiva de ferro ou por uma dieta inadequada.

Outra pesquisa (DEUTZ et al, 2000), realizada com ginastas de alto rendimento dos EUA e algumas participantes de Jogos Olímpicos de Atlanta (1996), aborda a questão do desequilíbrio energético ocasionado, principalmente, por restrições ou dietas inadequadas, o que pode gerar: diminuição do gasto calórico em descanso, aumento do tecido adiposo, disfunções no ciclo menstrual, aumento de lesões e diminuição da densidade óssea. Em comparação com corredores de média e longa distância, as ginastas apresentaram o maior desequilíbrio energético, entre gasto e ingestão calórica.

É interessante ressaltar que, independente da modalidade, aqueles que tiveram maior média de déficit calórico durante o dia apresentaram maior percentual de gordura, o que justamente as ginastas não desejam pela característica da modalidade.

Berry e Howe (2000) estudaram sobre distúrbios alimentares em ginastas. Eles ressaltam que atletas de modalidades que valorizam o aspecto estético, como ginástica, patinação artística e bailarinas demonstram maior insatisfação em relação a seus corpos, tendo médias altas em testes de EDI (Eating Disorder Inventory), o que indica um diagnóstico de distúrbios alimentares, o que não acontece com frequência em outro tipo de modalidade.

Outro estudo com ginastas femininas colegiais (Petrie, 1993), destacado por Kerr et al (2006), apresenta dados de que 50% das ginastas estudadas gostariam de ser mais leves e 61% delas apresentam indicações de desordem alimentar segundo médias de testes (Bulimia Test-Revised).

Em outro estudo (KERR; DACYSHYN, 2000), apontado por Kerr et al (2006), abordando também ginastas de elite já aposentadas, muitas relataram uma constante preocupação com o peso e imagem corporal em suas carreiras.

Algumas relataram que durante suas carreiras, eram sujeitas a pesagens diárias, teste mensal de tecido adiposo, exposição de seus pesos e punições dos técnicos caso estivessem acima do peso. Estas ginastas disseram que a ênfase no peso era um constante estresse enquanto estavam envolvidas no esporte e que muitas continuam na “luta” para o controle de peso⁵⁹. (p.29).

Na pesquisa desenvolvida por KERR et al (2006), com 92 ginastas canadenses atuantes e aposentadas de nível estadual e nacional, 62 pais de ginastas de nível competitivo, 28 técnicos (homens e mulheres) e 20 árbitros mulheres, mostrou que:

- ⇒ 92% dos pais entrevistados não imaginavam a possibilidade de distúrbio alimentar em suas filhas;
- ⇒ 81% acreditam que os técnicos orientam de forma apropriada
- ⇒ 15% disseram que os técnicos já haviam comentado sobre a necessidade de perda de peso das ginastas

⁵⁹ Tradução da autora

- ⇒ 16% disseram que os técnicos já haviam comentado negativamente sobre corpos das ginastas.
- ⇒ 20% dos árbitros estudados disseram já ter visto técnicos encorajando suas ginastas a técnicas não saudáveis para controle de peso.
- ⇒ 54% dos técnicos disseram que são eles próprios que determinam se a ginasta precisa ou não perder peso, por meio da aparência delas.

Especificamente na pesquisa com os técnicos, existiu uma diferença grande entre as práticas usadas para controle de peso pelo grupo estudado e as práticas que eles disseram ser usadas por outros técnicos. Nenhum dos técnicos disse pesar suas ginastas regularmente, mas 82% disseram que outros técnicos fazem isso. Somente um deles disse avaliar quantidade de tecido adiposo, mas 75% disseram que outros técnico o fazem.

Sundgot-Borgen (1994), citado na revisão de literatura de Kerr et al (2006), enfatiza a questão da adequada orientação nutricional mostrando dados de sua pesquisa, na qual 67% das ginastas estudadas apresentavam desordem alimentar (baseado em entrevistas e avaliações clínicas). Destas ginastas, somente 10% tiveram algum tipo de orientação sobre perda de peso. De outro lado, 75% das atletas que faziam dietas adequadas e não desenvolveram distúrbios alimentares tinham recebido orientações sobre o assunto.

Além disso, Ribeiro e Soares (2000) sugerem:

[...] o planejamento de ações conjuntas para reforçar os conhecimentos em nutrição de técnicos, de pais, de responsáveis e principalmente das atletas, visando uma melhora na conduta alimentar, a fim de garantir que a nutrição não seja um fator limitante, no rendimento e na saúde destas adolescentes (p.189).

E muitas vezes as desordens alimentares estão relacionadas a problemas psicológicos, necessitando de um tratamento adequado, de profissionais da psicologia, que também fazem parte dos profissionais que podem complementar o treinamento das ginastas, como será descrito a seguir.

2.1.3.2. ASPECTOS PSICOLÓGICOS

Uma das questões que sempre intrigaram técnicos e preparadores em geral referia-se ao modelo pelo qual alguns atletas conseguiam ter uma performance ótima em competições enquanto outros, com a mesma aptidão física e qualidade técnica, não rendiam na mesma intensidade. A tentativa de resposta a essa questão fez com que muitos estudiosos investigassem o papel e o reflexo dos fatores psicológicos na performance esportiva (BRANDÃO, 2005, p.108).

Os fatores psicológicos no desporto são bastante considerados atualmente, justamente por diferenciar muitas vezes atletas de mesmo nível físico e técnico. Além disso, a tolerância às horas de treinamento durante anos e às pressões de técnicos, pais, mídia, amigos e de si mesmo para resultados, fazem com que o tédio e o estresse, muitas vezes, sejam componentes presentes nos treinamentos. Brandão (2005) comenta sobre esse assunto: “o treinamento esportivo significa um trabalho diário, durante várias horas e por longo tempo. É um processo que submete o organismo a cargas físicas e psíquicas elevadas com o objetivo de aumentar a capacidade de trabalho do atleta” (p.111).

O fato da GA ser uma modalidade constituída de habilidades complexas e de precisão, que envolvem a segurança do ginasta, gera também uma ansiedade em relação aos exercícios a serem executados: o medo ou a insegurança. Existem estudos sobre essa questão e, segundo Brandão (2005), os medos mais comuns na GA são: de fracassar, de ter êxito, de cometer erros simples, executar movimentos de risco, de ser rejeitado pelo técnico, de se lesionar, da competição, do desconhecido, de ficar nervoso durante a competição, de não poder conseguir dormir na noite anterior à competição, de falar com o técnico, de não poder cumprir o que se espera dele, de sua pontuação não contribuir para a equipe, de cair e competir mal, de errar um movimento, de ser rejeitado pelo ambiente (familiares, companheiros, etc), de ficar doente, da arbitragem, do futuro (BRANDÃO, 2005).

Arkaev e Suchilin (2004) expõem o trabalho desenvolvido com a seleção russa de GA e relatam que não conduzem uma preparação psicológica desconectada de outras. Alertam que os ginastas precisam aprender a lidar com a preparação psicológica juntamente com a preparação técnica, tática, física, etc. Eles não são adeptos da participação de psicólogos do desporto para trabalhar com as especificidades da modalidade que são desenvolvidas durante os

próprios treinamentos. As situações de competição da GA são bastante previsíveis (ambiente estável) e eles trabalham com essas situações simulando as competições e as situações de estresse durante a própria preparação do atleta. Eles consideram que os técnicos que formaram os ginastas desde crianças, e os levaram até o topo do desporto, conhecem as nuances psicológicas de cada um melhor do que qualquer outro profissional e já sabem como lidar com cada um.

Em alguns momentos do processo os técnicos da seleção russa consideram a importância do psicólogo, como para compor e identificar os perfis psicológicos para a seleção russa. Nestes casos são realizados testes individuais psicológicos sobre a personalidade da ginasta, nível de motivação para prática, velocidade para processar uma informação visual, avaliação da memória motora e da precisão em movimentos já dominados. Consideram também importante o psicólogo para identificar os perfis psicológicos dos grandes campeões do mundo, para que estes sejam utilizados como parâmetros também (ARKAEV; SUCHILIN, 2004).

Segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] existem estudos que apontam para particularidades psicológicas na GA. Segundo os autores, as características mais marcantes da modalidade são:

- ⇒ ser “introvertido”, sendo o próprio corpo objeto da consciência e de sua percepção sensorial;
- ⇒ assimilação e a execução dos exercícios se formam segundo as sensações psicológicas
- ⇒ capacidades altamente desenvolvidas de concentração e atenção durante os movimentos
- ⇒ reações bem desenvolvidas de antecipação (capacidade de avaliar a situação e decidir os próximos movimentos a serem feitos⁶⁰)
- ⇒ precisão e estabilidade emocional
- ⇒ alto domínio e capacidades volitivas (característica de alta tensão na modalidade)
- ⇒ concentrar-se a ponto de “desconectar-se” das situações exteriores indesejáveis
- ⇒ vontade para os treinamentos

⁶⁰ Não é comum a ginasta poder escolher seus movimentos no momento da competição, mas podem ser modificados caso haja necessidade, como um erro em uma sequência de movimentos importante. A ginasta pode inserir outro movimento com a mesma característica se houver a necessidade e isso muitas vezes já é previsto e treinado durante os treinamentos.

⇒ saber distribuir a energia psíquica do ginasta, que é bastante utilizada na modalidade, principalmente nos exercícios de maior risco, gerando um estresse frequente.

Segundo Máximo (1996) muitas ginastas sentem que ainda não estão prontas para determinados exercícios, sentem-se desconfortáveis com seus medos e têm medo de falar com seus técnicos sobre isso. Ginastas que não se sentem capazes de falar sobre seus medos são sérias candidatas a lesões e riscos de segurança. O fato de muitos ginastas terem medo de “falar com seus técnicos” é uma cultura na GA, obviamente estimulada pelo comportamento e postura dos técnicos em relação aos atletas jovens. A comunicação aberta entre técnico e ginasta está diretamente relacionada com aspectos psicológicos e com a segurança. As ginastas que têm mais dificuldade em conversar com seus técnicos sobre suas capacidades precisam ser encorajadas a fazerem isso.

Além disso, o mesmo autor ressalta que ginastas que treinam em uma atmosfera negativa, e que constantemente são objeto de observações que os deixam “para baixo”, são mais distraídos e têm mais estresse emocional. Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] também abordam este assunto, ressaltando a necessidade do técnico ter atitudes educativas, criando motivações positivas para os treinos e um ambiente psicológico favorável para o grupo, sem desconsiderar a personalidade de cada ginasta. Benk (2006) destaca ainda que um trabalho numa direção educativa apropriada pode, indiscutivelmente, contribuir para que o atleta valorize seu próprio esforço, sua perseverança e o desenvolvimento de suas próprias habilidades, garantindo que alcance o melhor rendimento possível.

Gervis e Dunn (2004) realizaram um estudo no Reino Unido sobre o abuso emocional de crianças atletas de elite por seus técnicos e confirmaram a falta de conhecimento e/ou de atitudes adequadas dos técnicos no trato com crianças no desporto. Os resultados deste estudo objetivaram evidenciar o comportamento de alguns técnicos como uma ameaça ao bem estar psicológicos de atletas jovens de elite. Os autores estudaram ex-atletas de várias modalidades que foram atletas de elite entre oito e 16 anos de idade e com seis a 10 anos de carreira, sendo a GA uma delas. Foram considerados no estudo oito tipos de comportamentos abusivos: desdenhar, humilhar, gritar, servir de “bode expiatório”, rejeitar, isolar, ameaçar e ignorar. Todos os atletas do estudo falaram sobre alguma forma de deixá-los “para baixo” ou gritos de seus técnicos, 75% dos sujeitos reportaram comportamentos de ameaça e humilhação e

metade de “bode expiatório”, sentindo-se rejeitados e sendo ignorados quando atletas jovens de elite. Todos reportaram também que o comportamento dos técnicos piorou quando os atletas foram identificados como sendo de elite. Como resultado deste comportamento dos técnicos, os sujeitos sentiam-se estúpidos, imprestáveis, menos confiantes, perdidos, depressivos, humilhados, temerosos e zangados.

Segundo Gervis e Dunn (2004), há uma grande divulgação dos resultados no desporto, mas não dos métodos para se alcançar o sucesso. “O treinamento é sempre chato, repetitivo e longo. É uma demanda física e psicológica, que requer que os atletas forcem-se a limites extremos. O esporte domina a vida deles e estes com frequência são isolados socialmente.” (GERVIS; DUNN, 2004, p.216).

A relação entre técnico e atleta, pode ser o mais significativo relacionamento que a criança tem com um adulto. De fato, o atleta pode perceber o técnico como sendo mais importante que os próprios pais. As crianças que treinam seis vezes por semana, ficam mais tempo com os técnicos do que com seus pais, gerando considerável influência sobre as crianças e deixando-as vulneráveis aos seus abusos. E muitas vezes a carreira dos próprios técnicos depende do resultado com alguns atletas (GERVIS; DUNN, 2004).

Esta pesquisa demonstra que o mais freqüente abuso dos técnicos é o grito, assim como relata um dos sujeitos: “Ele era sempre muito agressivo, isso me apavorava demais, eu tinha medo de fazer qualquer coisa porque tudo que eu fazia era errado, ou tudo que eu fazia ele gritava” (p.220).

Colocar alguém para baixo e humilhá-lo é um tipo de abuso que pode ser sentido muito tempo depois do final da vida desportiva, como é relatado por uma atleta: “Eu penso que ser humilhada é tão horrível e a dor disso eu sempre lembrarei” (GERVIS; DUNN, 2004, p.221).

Cathy McCoy, a ginasta citada anteriormente por Williams e Warkov (1995, p.134) expõe sobre sua experiência:

A lição que eu mais aprendi no esporte – ao lado do prazer e da motivação – é que se você trabalhar duro, você se tornará cada vez melhor. E esta constatação, grande estimulador da auto-confiança, especialmente para as meninas, é o lado positivo da ginástica. Mas eu sei que tem o lado negativo também. Eu vi meninas perderem a auto-confiança por causa das pressões e expectativas. Isto acontece quando elas fazem o esporte por alguém mais do que por si mesmas. Elas têm medo de desapontar seu técnico

e seus pais, e sentem culpa e fracasso se o fazem. E, quase sempre, como as garotas estão nestas situações de pressão quando muito jovens, não sabem como lidar com elas.

Gervis e Dunn (2004) ressaltam que ninguém parece questionar o comportamento dos técnicos, isso é aceito como sendo parte do desporto e muitas vezes realizado com as “portas fechadas”. Outros estudos são necessários para enfatizar e revelar este tipo de situação, alertando e esclarecendo os pais dos atletas sobre esses acontecimentos, bem como os próprios técnicos sobre os prejuízos deste tipo de comportamento com os atletas, principalmente na infância.

Cientes de tantas pressões e abusos emocionais na carreira de atletas jovens, mais especificamente de ginastas, Lopes e Nunomura (2007) estudaram a motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível com 20 ginastas de equipes competitivas de São Paulo, com idades entre 11 e 14 anos, com duração de treinamento de no mínimo 15 horas semanais, por pelo menos dois anos no nível competitivo e que tivessem participado de duas ou mais competições oficiais.

Roberts e Mckelvain (1987, apud LOPES; NUNOMURA, 2007) identificaram em seu estudo que ginastas masculinos entre 16 e 18 anos de idade têm como principal fator motivacional a intenção de melhorar o desempenho e aperfeiçoar os movimentos. Entre ginastas de 10 a 12 anos e de 13 a 15 anos, a motivação em demonstrar capacidade para competir, a comparação com outros e a aprovação social são prioritários sobre o desejo de melhorar o desempenho.

Os fatores motivacionais extrínsecos considerados no estudo de Lopes e Nunomura (2007) foram quatro: família, técnico, mídia e o círculo de amizades. O técnico talvez seja o principal fator de permanência do ginasta no desporto. Ele é responsável em manter aceso o prazer pelo desporto. “Associado ao pai, o técnico é um dos adultos mais próximos e se configura em modelo para os futuros atletas e, se for carismático ou foi um atleta expressivo, pode gerar admiração por parte da criança-atleta” (p.180).

Em estudo citado pelas mesmas autoras, Relvas (2005) concluiu que a forma como o treinador pensa e percebe a motivação de suas atletas não está de acordo com aquilo que os jovens consideram para permanecerem no desporto. Os principais motivos identificados que levam os jovens à prática desportiva foram: a vontade de realizar atividades desportivas e de

evoluir, técnica e fisicamente, e de trabalhar em equipe. Para os treinadores, o único motivo que coincidiu com os mais citados pelos jovens, foi o de trabalhar em equipe, não expondo no artigo os outros motivos apontados por eles.

Em relação aos fatores motivacionais intrínsecos (prazer interno), três foram os expostos pelos ginastas: o desafio da prática e da competição, a sensação de domínio do próprio corpo e a auto-realização, como explicam as autoras: “A auto-realização que direciona e motiva o atleta a novas metas através da conquista diária, seja no treinamento ou na competição. O alto grau de complexidade dos exercícios também traz satisfação quando estes são desafiadores e executados com o máximo de perfeição” (p.180).

Sobre o desafio da prática e da competição Lopes e Nunomura comentam: “Na GA não há confronto direto com oponentes. Por outro lado, os ginastas enfrentam o medo de errar e quando o superam conseguem ser bem sucedidos. Ainda que não obtenham medalhas, esta sensação de superação é suficiente para elevar seus níveis motivacionais (p.180).

O estudo revelou, também, que o início da prática esportiva é motivado pelas características da modalidade, o que nos leva a entender que a GA, por si só, seria capaz de manter o interesse dos praticantes. Ou seja, conforme a literatura, é justamente esta natureza desafiadora e a excitação provocada pela altura, voo, inversão, e demais características da modalidade que atrai os praticantes. (LOPES; NUNOMORA, 2007, p.185)

Essas características da modalidade, além de proporcionarem prazer aos praticantes, requerem um alto grau de concentração dos ginastas para conseguirem desempenhar com precisão suas complexas habilidades no momento certo, ou seja, a competição. Segundo Brandão (2005):

Uma combinação de fatores contribui para o sucesso esportivo: a predisposição genética, o treinamento intensivo e as qualidades psicológicas. Dentre essas se destaca, primeiramente uma ‘figura mental’ clara que o ginasta tem sobre o que está buscando. Paga-se um preço muito alto para alcançar o rendimento máximo e vencer as competições. As expectativas são, em geral, muito altas. Há muita pressão, não se tolera a falta de esforço e de intensidade e, diariamente, há uma dose alta de cansaço. [...] Podemos dizer que o ginasta que efetivamente utiliza a sua força mental desenvolve grande controle sobre suas emoções e tem maiores possibilidades de competir em estado de *flow* (fluência). Esse estado está relacionado a um sentimento especial de confiança em suas próprias possibilidades e o faz acreditar que tudo dará certo. O ginasta está focado, absorvido e envolvido com a tarefa que não percebe mais nada ao seu redor, nada pode afetá-lo (p.111).

A mesma autora ainda ressalta que “o uso do treinamento mental parece essencial para minimizar ou, até mesmo, eliminar a interferência dos fatores psicológicos negativos em busca de uma excelência de performance” (2005, p.113).

O atleta, durante sua carreira esportiva, passará por diferentes fases, com exigências específicas, que necessitarão de modificações em diversos aspectos de sua vida. Essas fases podem ser positivas, quando existem condições para essas adaptações, ou negativas, “quando há muito esforço para se adaptar com sucesso às novas exigências ou até mesmo uma falta de habilidade de ajustamento, gerando sintomas e configurando uma situação de declínio ou estagnação no esporte” (BRANDÃO, 2000, p.49).

Muitas vezes, nestes momentos de declínio das condições física e psíquica, é que o atleta resolve encerrar sua carreira desportiva. Esse momento é uma fase de transição que também necessitará de muitas adaptações em sua vida, talvez as mais extremas, após anos e anos de treinamento. Alguns dos fatores que podem contribuir para esse encerramento são: “a idade, novos interesses emergentes, fadiga psicológica, dificuldades com a equipe técnica, resultados esportivos em declínio, problemas de contusão e saúde, o não ser selecionado para os jogos, dentre outros” (BRANDÃO, 2000, p.50).

Uma boa qualidade de transição nesta fase conduzirá o atleta a uma saudável transição de carreira esportiva, mas uma baixa qualidade o levará a um “distress”, onde dificuldades de ajustamento, problemas ocupacionais, financeiros e sociais ou problemas ligados ao abuso de drogas e outros de ordem psicopatológica poderão exigir uma intervenção do psicólogo do esporte nos vários aspectos cognitivo, emocional, comportamental, social e organizacional. (p.50)

Mas há também a possibilidade do atleta optar por livre escolha, pelo fim de sua vida desportiva.

Brandão (2000) relata estudo realizado por Stambulova (1991) sobre a carreira desportiva por meio de textos redigidos por 402 atletas-estudantes sobre o tema “Minha Carreira Desportiva”, que resultaram em 101 declarações descrevendo toda a transição da carreira desportiva. Stambulova (1995 apud Brandão, 2000) observou que seis aspectos estavam relacionados com o término da carreira desportiva: 1) fadiga psicológica; 2) problemas emocionais, sentimentos de vazio e de tristeza; 3) problemas com o início de uma nova carreira profissional; 4) formação de novas gamas de comunicação; 5) preocupações familiares;

6) reconhecimento nos desportos.

Muitos estudos confirmam que ex-atletas passam por uma série de problemas e dificuldades no que diz respeito à adaptação para a vida depois do desporto. Brandão relata ainda sobre o estudo de Stambulova (1991) que:

A autora observou que a maioria dos sujeitos já havia encerrado suas carreiras esportivas há pelo menos 10 anos. Para 42% deles o término de carreira foi oportuno; para 36% aconteceu antes do tempo apropriado; para 18 foi muito cedo e apenas 4% considerou a saída tardia. Para 60% dos sujeitos o fim de carreira aconteceu como um processo gradual e para um número semelhante foi uma decisão absolutamente voluntária. Em ordem decrescente de importância, foram as seguintes as razões típicas para o término de carreira: a) ausência de perspectivas dentro da categoria, b) aparecimento de novos interesses, c) fadiga psicológica, d) relacionamento com os técnicos, e) decréscimo dos resultados, f) condições de saúde, g) doenças, contusões e suas consequências, h) exaustão física, i) idade, j) inter-relação com os dirigentes, k) inter-relações com familiares e l) inter-relações dentro da equipe. (p.55)

Separando por gênero, a principal razão das mulheres para o encerramento da carreira desportiva foi o aparecimento de novos interesses. A maioria das atletas disseram sentir diferentes emoções nesta fase de transição: tristeza (46%), alívio (35%), tensão interna (24%), ressentimento (20%), alegria e felicidade (18%), ansiedade e medo (16%) e agressão (4%). “O término de carreira para 20% dos sujeitos influenciou positivamente suas condições de saúde, 30% relatou deterioração da saúde e 52% sentiu as consequências de lesões e contusões” (BRANDÃO, 2000, p.55).

Alguns países como Austrália, Inglaterra, Estados Unidos, Holanda, Canadá e Bélgica, entre outros, desenvolvem programas para essa transição de carreira para atletas, os quais relatam necessidade de ajuda, tanto financeira como psicológica, durante o período de transição (BRANDÃO, 2000).

Segundo a mesma autora, os atletas tendem a lidar melhor com esse período quando: aposentam-se por escolha pessoal, cumpriram as metas traçadas, continuaram, de alguma forma, envolvidos com o meio esportivo, completaram os estudos e foram capazes de se retirar do desporto logo após terem alcançado o topo.

As lesões durante a carreira desportiva também podem contribuir para o encerramento da vida desportiva, ou podem ainda representar um fator limitante na evolução dos treinamentos de ginastas e atletas em geral. Um dos fatores psicológicos destacados por Smith

(2003) é a capacidade de suportar a dor e esforços durante os treinamentos, aspecto relacionado tanto à parte psicológica do treinamento, assim como às lesões que acontecem na vida de um atleta. Estudos que abordam sobre a incidência de lesões em ginastas, prevenção de lesões e a reabilitação das mesmas serão abordados a seguir.

2.1.3.3. LESÕES NA GINÁSTICA ARTÍSTICA

A Ginástica Artística é uma modalidade que envolve posturas e movimentos que diferem do comportamento cotidiano, desafiando leis da física, invertendo os corpos e fazendo evoluções em aparelhos que permitem diferentes vãos e posições. O espetáculo dos movimentos desafiadores, e a precisão com que esses movimentos necessitam ser executados, requer uma alta repetição de elementos, muitos deles com impacto considerável, tanto nos membros inferiores como nos superiores. Esses aspectos contribuem para o desenvolvimento de diferentes tipos de lesões⁶¹, que acontecem nas mais diversas modalidades desportivas.

Está suficientemente definido que o desporto de alto rendimento é uma esfera da atividade humana que é caracterizada pelo desenvolvimento de muitas lesões, diferentes enfermidades profissionais e estados patológicos e pré-patológicos que implicam um perigo para a saúde dos desportistas e para a eficácia de seu treinamento e competição (PLATONOV, 2004, p.602).

Segundo Sands (2000), nos Estados Unidos, aproximadamente 29.000 ginastas por ano são atendidas em hospitais de emergência por lesões, que ocorrem principalmente devido ao impacto, que é uma característica da modalidade, com ginastas de alto rendimento que treinam cerca de 30-40 horas por semana, 5-6 horas por dias, durante 12 meses do ano. Em estudos realizados com ginastas americanas de nível nacional, verificou-se que executam cerca de 700-1300 elementos por dia, ou seja, 200.000 a 400.000 por ano. Além disso as forças experimentadas pelos ginastas nas saídas do solo e nas aterrissagens são de 5 a 17,5 vezes o peso corporal deles.

Kirialanis et al (2003) em sua pesquisa para registrar a incidência de lesões nos membros inferiores na GA, observou semanalmente durante o período de 1999-2000, 168 ginastas gregos (83 homens e 79 mulheres). Como resultado da pesquisa foram registrados: 61,6% de lesões agudas e 38,4% de lesões por uso excessivo (esforços repetitivos). Em relação à

⁶¹ Segundo Sands et al. (1993), a lesão pode ser conceituada como qualquer prejuízo da parte do corpo que possa interferir no treinamento do atleta.

localização anatômica das lesões, 45,7% foram nos tornozelos e 26,5% nos joelhos, sendo significativamente maior no aparelho solo e principalmente nas aterrissagens. Apesar disso 75% das lesões durante este período apresentaram-se como leves e moderadas, sendo 29% de lesões mais graves.

Dixon e Fricker (1993) expõem sobre a distribuição das lesões de ginastas masculinos e femininos, sendo no masculino a maior incidência de “lesões agudas” nos ombros, seguido de mãos e tornozelos. Já a maior incidência de “lesões crônicas” ocorre nos cotovelos e punhos. No feminino, segundo os autores citados, o tornozelo é a articulação que mais sofre em relação a “lesões agudas”, com mais do que o dobro de incidência do que em outras partes anatômicas. Nas “lesões crônicas” das ginastas, a de coluna lombar/sacral é a mais incidente, seguida dos joelhos.

Isso enfatiza a diferença das modalidades, pois na Ginástica Artística Masculina (GAM) a utilização dos membros superiores é maior em relação aos membros inferiores, pela característica dos aparelhos de suspensão que utilizam essas articulações com maior frequência e impacto, como é o caso das Argolas, cavalo com alças, barra - fixa e barras paralelas simétricas, além do forte e rápido impacto nos membros superiores na provas de salto e solo. No feminino, acontece justamente o inverso, pois a prevalência do uso dos membros inferiores é uma característica da GAF, pelos aparelhos: solo, salto e trave de equilíbrio e um menor uso dos membros superiores, pois há apenas as barras paralelas assimétricas, nas quais o trabalho ocorre “predominantemente” com essa parte do corpo.

A insegurança das ginastas em determinados exercícios mais complexos está diretamente relacionada à possibilidade de lesão. Chase, Magyar e Drake (2005) pesquisaram o medo relacionado à lesão em ginastas e como elas fazem para superá-lo. A pesquisa foi realizada com 10 ginastas, de 12 a 17 anos, de nível competitivo do centro-oeste norte-americano e que já experimentaram lesões em suas carreiras. Os resultados revelaram que elas têm medo das lesões, principalmente pela dificuldade em retornar aos treinamentos e pela ausência de participações em eventos competitivos durante o período de reabilitação. Em relação à alternativa utilizada para superar o medo, 23% das ginastas estudadas fazem alguma forma de preparação mental, 17% delas usam a técnica do “não pensar e fazer”, 15% superam o medo pela influência do técnico, 15% conversam positivamente consigo mesmas, 10% têm algum objeto de sorte que as influencia, 10% das ginastas são influenciadas pelo apoio das colegas, 8% buscam uma boa

preparação física para se proteger, 7% superam o medo pela rotina de repetir o exercício várias vezes, 2% remetem à lembrança de sucessos anteriores relacionados ao exercício e 1% fazem os exercícios que têm medo influenciadas pelo suborno, da família ou do técnico, com prêmios.

Devido à preocupação recorrente de técnicos, pais, ginastas e pesquisadores sobre a incidência de lesões na modalidade e, conseqüentemente, da sua prevenção, Nemeth, Von Bayer, Rocha (2005), estudaram a compreensão que as crianças atletas têm sobre a dor, com 68 ginastas competitivas de 6-13 anos. Em diferentes idades foi encontrado que elas identificam diferentes tipos de dores (se é dor de uma lesão iminente ou atual, ou dor de um treino de preparação física bem feito), compreendem a relação de causa e efeito da dor, compreendem a importância da dor, distinguem a aplicação de dor, e os conceitos de dor. Elas respondem de forma diferente para diferentes tipos de dores e estão cientes da necessidade de parar de treinar em alguns casos, ou continuar em outros. A maioria não descreve pressões sociais para continuar a treinar com a dor.

Os autores que desenvolveram esta pesquisa acreditam que: “crianças que compreendem a diferença entre uma dor por esforço ou uma dor aguda de uma lesão podem ser capazes de tomar melhores decisões sobre como administrar a dor e continuar a prática” (p.615). Desta forma, podem colaborar no trabalho de prevenção de lesões, sendo nos treinamentos e competições sensíveis aos sinais de possíveis lesões ou ao agravamento de uma lesão mais leve já existente.

Mais do que estudar as lesões, a ciência da sua incidência tem contribuído para o aumento de estudos também sobre a sua prevenção. Para o técnico é importante ter conhecimento sobre a prevenção das lesões, para que o treinamento possa ser mais eficiente e alcance seu principal objetivo, que é a evolução das ginastas.

Sands (2000) aborda o assunto, dizendo que a forma mais simples de prevenir lesões é melhorar os aparelhos, pensar na tecnologia, na superfície, nos colchões de aterrissagens, no amortecimento, entre outras coisas que colaboram para diminuir o nível de impacto da modalidade nos treinamentos. Alguns exemplos de materiais que existem na GA, com esse objetivo entre outros, é o trampolim acrobático⁶² e o tumble track⁶³ (Anexo F), muito utilizados

⁶² Conhecido popularmente como “Cama elástica”

nos treinos atualmente, nos quais as ginastas podem repetir exercícios muitas vezes, com um impacto inferior para as articulações.

No Brasil um problema comum é a falta de materiais adequados para o desenvolvimento de GA em nível competitivo, estadual ou mesmo nacional, o que potencializa a questão das lesões. Nunomura (2002) explica que:

Mais do que a proibição de um gesto esportivo, o técnico deveria atentar para a prontidão de seus atletas, tanto nas questões físicas e motoras, como psicológicas. Além disso, deveria considerar também a qualidade dos recursos materiais, se estes condizem com o grau de exigência da habilidade a ser executada. (p.28).

Sands (2000) discute que a prevenção de lesões deveria considerar alguns aspectos:

- ⇒ criar um sistema mundial de vigilância às lesões para determinar a dinâmica das lesões e a mudança da sua incidência;
- ⇒ investigar a relação atleta-aparelho
- ⇒ estudar e pesquisar “métodos ideais” para treinamentos em crianças, mais especificamente ginastas
- ⇒ refletir sobre a mudança de regras da ginástica, considerando a carga de treinamento necessária para cumprir as exigências impostas pela FIG

As regras do código de pontuação direcionam o trabalho de técnicos de todo o mundo, e Sands (2000) aborda esta questão, levantando que este deveria ser escrito baseado em investigações científicas sobre a carga dos treinamentos das habilidades requeridas para o corpo das ginastas e da tendência mundial de lesões de determinados exercícios, sendo certos exercícios proibidos, ou mesmo avaliados com valores baixos, para desencorajar os técnicos e ginastas a executarem-nos.

Segundo Nunomura (2002), “embora haja um volume considerável de estudos, ainda não se têm evidências conclusivas relacionando a incidência de lesões ao nível de habilidade dos ginastas, à proporção número de ginastas/técnico, à idade dos ginastas e à falta e/ou falha da ajuda” (p.27).

⁶³ Como um trampolim acrobático, com uma superfície menos flexível com cerca de 15-20 metros

Portanto a questão das lesões e, principalmente da sua prevenção, requerem um trabalho conjunto de diferentes setores que a ginástica envolve, desde pesquisas, administração, código de pontuação, capacitação de técnicos, educação de ginastas para o treino, aparelhagem adequada etc.

Assim, ciente da existência de outros fatores complementares também importantes na formação de uma ginasta e não podendo discutir sobre todos, foram destacados nesta tese os fatores relacionados aos aspectos nutricionais, psicológicos e às lesões. Pretende-se desta forma trazer um embasamento para discussões que serão trabalhadas posteriormente, juntamente com os dados coletados na pesquisa de campo.

A seguir será discutida a estrutura da preparação desportiva, apresentando as diferentes etapas da preparação de muitos anos de uma atleta, com particularidades da GAF.

2.2. PREPARAÇÃO DESPORTIVA DE MUITOS ANOS

Cada componente do sistema de preparação será posteriormente aprofundado e relacionado com a preparação na Ginástica Artística.

O nível dos resultados no desporto de hoje é tão alto que só pessoas que se dedicaram à atividade desportiva durante muitos anos são capazes de superar este nível e mesmo se aproximar deste. Por isso, à medida que crescem os resultados desportivos e se acumulam os conhecimentos multiformes referentes à preparação do atleta, tornou-se evidente a necessidade de definir vias metodológicas rigorosas de preparação de muitos anos do atleta (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p.285-286).

Nesta modalidade há a necessidade de um cuidado ainda maior na preparação do desportista devido às características da faixa etária das atletas, que iniciam uma especialização desportiva anterior à maioria das atletas de outras modalidades desportivas. Portanto, os componentes da preparação, supracitados, devem ter a preocupação com o desenvolvimento de uma preparação de muitos anos, “que determinam a estratégia para a conquista de níveis elevados no desporto” (Ibid., p.286).

A preparação de muitos anos divide-se, segundo Zakharov; Gomes (2003), em cinco etapas:

1. Preparação preliminar
2. Especialização Inicial
3. Especialização aprofundada
4. Resultados superiores
5. Manutenção dos resultados

A faixa etária de cada uma destas etapas difere entre as diversas modalidades desportivas. O caso da Ginástica Artística será discutido posteriormente.

Segundo Balyi (1998), abordado por Smith (2003), as fases de um treinamento a longo prazo poderiam ter a seguinte nomenclatura: fase fundamental (em inglês destacando-se

FUNdamental, como um período de divertimento), fase de treinar para treinar, treinar para competir e treinar para vencer, como uma forma mais didática para o entendimento dos técnicos.

A preparação de muitos anos depende de diferentes fatores, como:

- ⇒ conhecimento das idades de resultados mais expressivos, chamada de “zona de possibilidades ótimas”: na Ginástica Artística feminina essa faixa etária é compreendida entre os 15 e 19 anos (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]; ZAKHAROV; GOMES, 2003), o que foi confirmado nos JO de Pequim, no qual as campeãs olímpicas estavam na faixa etária de 16 a 20 anos, com exceção da ginasta Oksana Chusovitina, que foi medalhista de prata na prova de Salto aos 33 anos.
- ⇒ “os ritmos ótimos de crescimento em tempo dos resultados desportivos, assim como o período total de obtenção do nível de altos resultados desportivos”: na Ginástica Artística demora-se em média cinco anos para obtenção dos primeiros resultados e sete anos para resultados internacionais (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p.287).

Isto não significa que ginastas talentosos não possam obter resultados anteriormente a isso, mas o conhecimento científico que se tem do desporto mostra que, “os prematuros resultados desportivos relativamente altos são, em sua maioria, consequência de uma preparação forçada” (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p. 288).

A preparação em longo prazo, racionalmente estruturada, pressupõe uma seqüência rigorosa na solução dessa tarefa, condicionada pelas particularidades biológicas de desenvolvimento do organismo humano, pelas leis naturais de formação do alto nível desportivo numa modalidade desportiva, pela eficiência dos meios de treinamento e dos métodos de preparação, etc. (GOMES, 2002, p. 94-95).

O imediatismo de resultados, a falta de planejamento de novos processos de detecção, seleção e promoção de talentos aliados ao desconhecimento científico são aspectos que levam os técnicos de categorias de base, na maioria das vezes os mais inexperientes⁶⁴ no Brasil, a ultrapassarem etapas importantes de uma preparação de muitos anos.

⁶⁴ O meio desportivo tem como cultura colocar os técnicos mais jovens em categorias de base das modalidades. À medida em que ele evolui e se torna mais experiente, a tendência é que passe às equipes juvenis, adultas e profissionais. Dificilmente temos técnicos especializados em categorias de base e que sempre estarão neste posto. É uma cultura da área desportiva e que cria essa expectativa aos recém formados.

A vontade de alguns técnicos de conseguir, o mais rápido possível e por vias mais simples, uma boa atuação de seus atletas nas competições leva a crer que, na prática da preparação dos desportistas jovens, devemos sugerir meios e métodos mais potentes de treinamento moderno, aplicados na preparação de atletas de alto nível. Isso provoca o crescimento acelerado de resultados de determinados êxitos nas competições infantis e de juniores, mas, ao mesmo tempo, provoca a perda da perspectiva da obtenção de altos resultados na idade ótima. Tais tipos de treinos estão freqüentemente ligados a sérias perturbações da saúde dos jovens desportistas, à preparação técnica e funcional unilateral e a fracassos psíquicos. Em consequência, a sua longevidade desportiva não é tão grande (GOMES, 2002, p.94).

O fenômeno de abandono da vida desportiva devido a estresse e treinamento excessivo é chamado de “dropout”. “Porém, muitas vezes, antes de abandonar o esporte, o atleta passa pela síndrome de *burnout*. A síndrome de *burnout* (grifo do autor), [...] tratada como esgotamento, é de cunho tanto físico, quanto psicológico e emocional” (CHIMINAZZO, 2005, p.35). O mesmo autor ressalta que:

Em adolescentes, essa síndrome apresenta-se num contexto mais delicado que deve ser bem estudado, pois se constata que, cada vez mais, jovens atletas passam por um processo de especialização precoce em alguma modalidade esportiva e, conseqüentemente, abandonam-na muito cedo, fazendo sua carreira ser mais curta do que poderia ser (2005, p.46).

“A especialização precoce no desporto de rendimento pode pois, entender-se como uma das manifestações da tendência geral para a especialização em todos os ramos da actividade do Homem” (MARQUES, 1991, p.9), mas especializar-se precocemente não significa apenas especializar-se cedo. Quão cedo? Qual a idade que pontua esse termo? Sete anos, nove anos, cinco anos? Quando o termo especialização precoce está corretamente colocado? O termo “especialização precoce” é carregado de significados, portanto um termo complexo de se definir. Não podemos entendê-lo como qualquer iniciação desportiva em idades baixas. Mesmo porque, de acordo com Marques (1991):

[...] não é possível entender o desporto de rendimento e os mecanismos de enquadramento da preparação dos jovens talentos desportivos sem compreender a necessidade de todas as crianças iniciarem um processo de preparação desportiva, no seu sentido unitário de formação e educação. (MARQUES, 1991, p.10).

Paes (2007)⁶⁵, referendando Marques (1991), entende que a criança não pode ser adaptada às regras desportivas oficiais e sim as regras é que devem se adaptar à criança, exatamente neste contexto. Caso contrário, pode vir a ser prejudicial ao desenvolvimento harmônico entre aprendizagem das técnicas do desporto e seus valores morais, cuja importância deve ser trabalhada com os atletas (PAES, 1992).

“Se o treino estiver adaptado ao desenvolvimento físico e psíquico da criança não há razão para receios. E hoje os fundamentos teóricos e metodológico do treino com jovens atingiram um nível de desenvolvimento apreciável” (MARQUES, 1991, p.13).

Segundo Filin e Volkov (1998):

O conhecido ginasta M. VARONIN, certa ocasião disse: ...o desporto de alto nível não exige somente grandes esforços para assimilar as cargas impostas... Uma coisa é quando estas cargas – físicas e psicológicas – recaem sobre uma pessoa madura, preparada e capaz de receber tais cargas, e outra muito distinta, quando estas cargas, no afã de atingir o “topo” no desporto de alto nível, são impostas às crianças que naturalmente “queimam-se”, sem sequer atingir esse “topo”, ou deixar sua lembrança desportiva (p.118).

Devido à importante fase de desenvolvimento da criança e do adolescente, deveriam trabalhar com esse público treinadores experientes e que consideram a variedade de movimento e a sua exploração, como um aspecto importante do processo de formação desportiva, enxergando a relevância disso nas etapas seguintes da preparação de muitos anos, adequando as exigências da modalidade às características de cada faixa etária.

A prática de diferentes desportos pode ser um caminho para essa diversificação de movimentos, mas também há a possibilidade de desenvolver uma variedade de movimentos em uma modalidade específica, ou seja, a diversificação na especialização, valorizando esse aspecto no planejamento do treinamento.

Mesmo na questão da participação a competições, se adequado e crescente pode trazer muitos benefícios à criança, principalmente relacionados à auto-estima e ao desenvolvimento do gosto pelo vencer. Segundo Candeias et al (199-):

Não se trata de querer a vitória a qualquer preço, não se trata de trabalhar para ser o primeiro, mas interessa que ele esteja a treinar diariamente para tentar ser um vencedor.

⁶⁵ Informação verbal

Cabe, porém ao treinador determinar os objetivos daquilo que é vencer. Nestas idades é bastante conhecida a idéia da importância de ganhar a si próprio, de melhorar os seus resultados, melhorar as suas prestações para só depois começar a valorizar o fato de ganhar aos outros. É o treinador que tem de dar oportunidade para que as crianças atinjam objetivos que se traduzam em vitórias, para que a sua auto-estima se valorize e construa. Caso contrário seremos eternos perdedores (p.27).

Paes (1992) desenvolveu um estudo com histórias de vida dos principais jogadores e técnicos do basquetebol nacional, e constatou que apenas 25% dos jogadores participaram da “categoria mini” (inicial) da modalidade e que 75% dos jogadores que obtiveram destaque nacional na “categoria de elite” do basquetebol não participaram da “categoria mini” e iniciaram a modalidade após os 12 anos de idade. Outra questão apresentada neste estudo foi a da cultura desportiva na família dos atletas que iniciaram cedo e conseguiram destaque na modalidade ser bastante presente, o que pode ter influenciado a permanência no desporto mesmo com o início prematuro na modalidade.

Wiersma (2000) também aborda que muitos atletas soviéticos foram especializados precocemente e que, ao longo do tempo, se percebeu que os atletas que eram especializados desta forma, obtinham seus melhores resultados próximo aos 16 anos e depois tinham dificuldade de melhorar ainda mais, e que aqueles especializados mais tarde, e com uma diversidade de experiências, tinham uma melhora na sua performance até idades mais altas. Segundo Platonov [199-], a idade de início na modalidade, de nadadores campeões, varia muito, mas aqueles que iniciam tarde e conseguem alcançar grandes marcas, têm como característica a prática de outras modalidades desportivas anteriores à natação. Ao mesmo tempo, os que iniciam muito tarde, não conseguem alcançar os objetivos importantes para grandes marcas, assim como os que iniciam muito cedo, e com resultados em idades muito baixas, têm sido acompanhados de lesões e problemas de saúde.

Vorobiov (apud FILIN; VOLKOV, 1998) sobre esse assunto destaca que:

os atletas que começaram com grandes cargas, são capazes de aumentar em um ano seus rendimentos desportivos em até 50%; porém no ano seguinte, a melhora dos resultados já é menor, e nos anos consecutivos observa-se uma redução gradativa. Já para os atletas que começam com cargas menores, depois de 7-8 anos de treinamento, em cada ano, ocorre uma melhora gradativa em relação ao anterior (p.114).

Na Ginástica Artística a idade mínima, determinada pela FIG, para participação em Campeonatos Mundiais é de 15 anos e, em Jogos Olímpicos, de 16 anos. Essa determinação da FIG surgiu na década de oitenta, com o objetivo de limitar a participação de ginastas muito novos na categoria adulta, voltada a uma preocupação na questão da especialização precoce. Um exemplo marcante que retrata bem esse fato foi o da ginasta romena Nádía Comaneci, que teve destaque nos Jogos Olímpicos de Montreal em 1976 no Canadá, quando foi campeã olímpica e a primeira ginasta a tirar a nota 10 na história da modalidade em JO, aos 14 anos de idade (SMOLEUSKY; GAVERDOUSKY, 1996).

A predominância de ginastas muito jovens é parte do contexto atual da modalidade. Ao longo da história da GA, foi possível observar que há 40 anos, predominavam as mulheres mais velhas, como a ginasta Larisa Latynina, que foi campeã olímpica aos 34 anos de idade. Na década de 70, começaram a surgir as “pequenas notáveis” como Olga Korbut e Nadia Comaneci que, no auge de suas carreiras, ainda encontravam-se entre o período da infância e da adolescência”. (FERREIRA FILHO, NUNOMURA, TSUKAMOTO, 2006, p.23)

A GA contemporânea, com exigências de realização de muitas dificuldades técnicas (elementos de alta dificuldade e valor) e, ao mesmo tempo, a perfeição da execução dos elementos, requer uma especialização desportiva em baixa faixa etária. Além disso, a questão “das ajudas” (segurança das ginastas pelo técnico) em exercícios de maior “risco” é facilitada com uma criança (menor e mais leve) e muitos exercícios começam a ser ensinados, mesmo que com facilitações (auxílio, trampolim acrobático, fosso, tumble track, etc) quando a ginasta ainda não possui capacidade de executá-los sozinha nos aparelhos oficiais, mas já estão sendo treinados na parte técnica com essas facilitações.

O início do direcionamento do treinamento para fins de rendimento desportivo, ou seja, etapa de especialização inicial em diferentes desportos tem, entre outros parâmetros, a faixa etária de resultados superiores na modalidade e o tempo de treinamento para se atingir esse nível. Além disso, também considera as características e, principalmente, o desenvolvimento das capacidades físicas predominantes na modalidade desportiva. Na GA, segundo alguns autores, o tempo aproximado de treinamento é de oito anos para alcançar a fase de resultados superiores, que se dá entre 15 e 19 anos (SMOLEUSKIY, GAVERDOUSKIY, [199-]; ZAKHAROV,

GOMES, 2003), como citado anteriormente. Filin e Volkov (1998) mencionam que este período é de cerca de seis anos, mas o consideram a partir da categoria juvenil para o nível internacional.

A partir disso, a categoria competitiva inicial em nível nacional na GA é na faixa etária de 9 e 10 anos (pré-infantil).

Considera-se a necessidade da especialização com baixas faixas etárias quando a criança está sendo direcionada à competição, quando o treino tem um objetivo das regras competitivas, mesmo que de categorias de base, ou seja, de acordo com a referência adotada, quando se encerra a etapa de preparação preliminar e se inicia a etapa de especialização inicial.

Ainda sobre essa necessidade de especialização desportiva em baixa faixa etária, Lanaro Filho e Bohme (2001, p.159) comentam que:

Algumas modalidades esportivas, em função de características muito específicas, tais como a ginástica artística, a ginástica rítmica desportiva e a natação, entre outras, necessitam que esta seleção seja realizada um tanto precocemente, em razão do aproveitamento das fases sensíveis para obtenção de determinados domínios motores e ou melhoria de determinadas capacidades motoras, como por exemplo alto grau de flexibilidade nas articulações (...).

A partir disso, o estudo segue detalhando os componentes do sistema de preparação desportiva relacionando-o diretamente com a modalidade de Ginástica Artística feminina, levando em consideração a interligação destes componentes e as etapas da preparação de muitos anos.

2.2.1. DETERMINAÇÃO, DETECÇÃO, SELEÇÃO E PROMOÇÃO DE TALENTOS DESPORTIVOS

Na Ginástica Artística, além da baixa faixa etária inicial na modalidade, existem outras características importantes para a determinação do talento desportivo (TD). Mas antes que seja discutida essa questão, faz-se necessária a conceituação da terminologia utilizada na área: determinação, detecção, seleção e promoção de talentos desportivos.

Para Glaber e Ruoff (1979) citados por Bohme (1995), a determinação de talento desportivo “baseia-se nas evidências abstratas e discussões teóricas que resultam na descrição e identificação de possíveis condições e características que possam identificar e caracterizar as pessoas como talentos esportivos dentro da população” (p.138).

Detecção de talento desportivo é a “denominação dada a todas as medidas e meios utilizados para encontrar, detectar um número suficientemente grande de pessoas – em regra crianças e adolescentes – as quais estão dispostas e prontas para admissão em um programa de formação esportiva geral básica” (CARL, 1988; GLABER; RUOFF, 1979; WEINECK, 1990, 1992 apud BOHME, 1995, p.138-139).

Para Peltola (1992), a identificação do talento pode ser definida como um processo pelo qual crianças são encorajadas a participar nos desportos em que elas têm mais sucesso, mais facilidade, baseado em resultados de testes de parâmetros de seleção. E este é o primeiro passo do iniciante para o atleta de sucesso internacional.

Já o conceito de seleção de talentos desportivos, para Bohme (1995) é definido como:

A denominação dada aos meios utilizados para a determinação dos indivíduos que têm condições de serem admitidos no nível superior de treinamento sistematizado em uma especialidade esportiva, objetivando um alto nível de desempenho esportivo na modalidade para a qual possui predisposições motora e psíquica (p. 158).

E finalmente como continuidade desse processo, a conceituação de promoção de talentos desportivos “refere-se às medidas objetivas para o desenvolvimento das capacidades e habilidades esportivas para os jovens talentos do esporte” (BEYER, 1987, GLABER; RUOFF, 1979 apud BOHME, 1995, p.139).

Bohme (1995) relacionando os quatro conceitos explica:

A detecção, a seleção, e, conseqüentemente a promoção do talento esportivo, estão fundamentadas em como é realizada a determinação do talento esportivo, tanto no início (detecção/seleção), como no decorrer do treinamento a longo prazo (promoção), estando assim as quatro ações inter-relacionadas, sendo conseqüentemente dependentes uma das outras (p.139).

Para que se faça um diagnóstico das crianças que possuem talento desportivo para a GA competitiva é necessário ter parâmetros de referência. Filin e Volkov (1998) corroboram com essa afirmação, enfatizando que “para realizar uma seleção eficiente no desporto juvenil, é importante conhecer não somente o modelo ideal desportivo, mas também os modelos intermediários que caracterizam o atleta nas várias etapas da evolução desportiva” (p.78).

Internacionalmente, existem pesquisas sobre o perfil de ginastas campeãs que servem de referência nesse processo, contribuindo para que a determinação do talento desportivo seja a mais adequada e objetiva possível, mas são insuficientes “os estudos que definam características-modelo dos jovens atletas nas várias etapas da preparação a longo prazo” (NABATNIKOVA; JORDIN apud FILIN; VOLKOV, 1998, p.78).

Segundo Bohme (1994), o sucesso desportivo depende de algumas condições necessárias para a determinação e promoção de uma pessoa para um talento de alto rendimento desportivo. Essas condições são divididas pela autora, baseada em estudos de Martin (1990), em: pessoais e não pessoais. As condições pessoais são divididas em duas partes: as observáveis diretamente e as observáveis indiretamente. A primeira divide-se em: aptidão física (potencial de determinadas capacidades físicas), técnica do movimento (coordenação e habilidades) e tática (análise da situação, decisão e adaptabilidade). Já as observáveis indiretamente são divididas em: sistemas corporais (neural, músculo-esquelético e de transporte) e condições psicológicas (cognição, emoção e motivação/vontade). Para a autora:

Se essas forem detectadas e desenvolvidas convenientemente no período adequado através de treinamento, o talento esportivo terá condições, na idade adequada para o esporte considerado, de apresentar um melhor desempenho esportivo, alcançando consequentemente, o sucesso esportivo, ou seja, os seus melhores resultados (1994, p.98).

Já as condições não pessoais, e que podem ser limitantes do desempenho desportivo, são: condições sociais (família, escola, amigos, técnicos, apoio financeiro e valorização da sociedade) e condições materiais (aparelhos, equipamentos, local, etc.).

Filin e Volkov (1998) ao discorrerem sobre o processo de seleção de atletas de desportos tecnicamente complexos, característica que a ginástica artística apresenta, comentam que:

A seleção desportiva destes desportos deve realizar-se com base no conjunto de indicadores condicionados ao êxito da modalidade. Por exemplo, na ginástica olímpica, as perspectivas de um atleta podem ser determinadas de forma bastante objetiva, considerando-se os seguintes fatores: características morfológicas, nível de preparação física geral e especial e particularidades psicológicas do atleta. (p.183).

Segundo Minaeva (s.d) apud Filin e Volkov (1998), as etapas fundamentais do processo de determinação do talento desportivo, desde a detecção até a sua promoção, na GA são: seleção primária (7-8 anos), seleção intermediária (9-10 anos), seleção pré-olímpica (11-12 anos) e seleção olímpica (13-14 anos); e devem-se considerar as seguintes capacidades físicas em diferentes idades: força muscular, velocidade/força, resistência de força e flexibilidade das articulações.

O mesmo autor sugere, portanto, parâmetros para a seleção primária de ginastas (detecção), verificando as capacidades físicas requeridas (condições pessoais observáveis diretamente):

QUADRO 18 - Normas de controle da preparação física para seleção primária de ginastas

Parâmetros de controle	Idade	Garotos			Garotas		
	(anos)	Bom	Regular	Fraco	Bom	Regular	Fraco
-Corrida 20 m-lançada (s)	7	4,2 e -	4,3-4,5	4,6 e +	4,3 e,-	4,4-4,7	4,7 e +
	8	4,1 e -	4,2-4,4	4,5 e +	4,2 e-	4,3-4,5	4,6 e +
-Salto dist.-parado (cm)	7	150 e +	140-149	139 e-	140 e +	130-139	129 e-
	8	160 e +	150-159	149 e-	150 e +	140-149	139 e -
-Flexões na barra	7	6 e +	3-5	2 e-	5 e +	2-4	1 e-
	8	8 e +	4-7	3 e-	7 e +	3-6	2 e-
-Ângulo-suspensão	7	16 e +	10-15	9 e-	18 e +	12-18	11 e -
	8	21 e +	15-20	14 e-	26 e +	18-25	17 e-
-Inclinação frontal (pontos)	7	8,6 e +	7,0-7,5	6,9 e-	8,1 e +	7,5-8,0	7,4 e -
	8	8,1 e +	7,6-8,0	7,5 e-	8,6 e +	8,1-8,5	8,0 e-
-"Ponte"-de solo (pontos)	7	7,6 e +	7,0-7,5	6,9 e-	8,1 e +	7,5-8,0	7,4 e-
	8	8,1 e +	7,6-8,0	7,5 e-	8,6 e +	8,2-8,5	8,0 e-

Fonte: Filin; Volkov, 1998, p.184.

Albuquerque e Farinatti (2007) abordam este assunto afirmando sobre a GA:

É um esporte cujos gestos dependem de técnicas que, em função de padrões normativos elevados, exigem características físicas particulares, e de certo modo, incomuns. Por essa razão, é importante realizar uma seleção antecipada de talentos, para que se possa direcionar o trabalho de forma diferenciada para crianças que pretendam atingir o alto rendimento e as que irão praticá-la como forma de lazer. Fica aqui, então, o registro de um aspecto frequentemente negligenciado quando se fala em seleção de talentos – na verdade esse processo não ajuda apenas a identificar o potencial atlético de futuros atletas, mas também a adequar o trabalho aqueles que não o possuem, evitando sobrecargas demasiadas em crianças que poderiam estar no esporte sem fins competitivos. Em outras palavras, a seleção de talentos torna mais fácil realizar o trabalho correto com a pessoa certa (p. 02).

A Federação Internacional de Ginástica, em seu texto do programa de desenvolvimento para grupos etários, já citado anteriormente, discorre sobre a determinação de talentos para a GA e aponta também alguns testes neuromotores para essa detecção:

QUADRO 19 - Valorização do perfil físico

Descrição		Influência	Ano de preparação		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			Objetivo	Condições	6-7	7-8	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18
Quantidades no tempo estipulado para uma menina com altura e pesos ótimos/ a flutuação das quantidades se deve a modificação na altura e peso																
Flexão de pernas sobre o tronco	30	Abdominal	Força	Velocidade	IDENTIFICAÇÃO DE TALENTOS	24	23	22	23			29	24	23		
	60			44		43	39	42			51	45	42			
Flexão de tronco sobre pernas	30	Abdominal	Força	Velocidade		24	23	22	23			29	24	23		
	60			44		43	39	42			51	45	42			
Extensão de pernas sobre tronco	30	Glúteos e costas	Força	Velocidade		24	23	22	23			29	24	23		
	60			44		43	39	42			51	45	42			
Extensão de tronco sobre pernas	30	Glúteos e costas	Força	Velocidade		24	23	22	23			29	24	23		
	60			44		43	39	42			51	45	42			
Agachamento profundo com 1 perna (esq.)	30	Pernas e costas	Força	Velocidade		24	23	22	23			29	24	23		
	60			44		43	39	42			51	45	42			
Agachamento profundo com 1 perna (dir.)	30	Pernas e costas	Força	Velocidade		24	23	22	23			29	24	23		
	60			44		43	39	42			51	45	42			
Elevação de braços com peso (5kg)	15	Braços e costas	Força	Velocidade				15	14				15	16		
	30			Resistência				31	29		28		30			
	60		Resistência	Força					54							
Elevação de braços com peso (10kg)	15	Braços e costas	Força	Velocidade						14			15	16		
	30			Resistência						29	28		27	30	332	
	60		Resistência	Força									36		41	42
Salto horizontal			Potên/veloc.	Coordenação	125	143	146	167	180	203	214	221	225			
Elevação Par. Mãos	No.		Força/coord	Resistência		5	14	23								
Manter a Par. mão	Seg.		Força/coord	Coord/Isomt			18	54								

Fonte: FIG, [199-], p.71.

No Brasil, entre os restritos artigos sobre o assunto, há a pesquisa de desenvolvimento e validação de um sistema de seleção de talentos para a GAF, desenvolvida por Albuquerque e Farinatti (2007), no final da década de 90. Os autores salientam a questão da carência de testes para detectar o potencial para a modalidade em idades precoces, dizendo: “não há notícias de outro levantamento realizado junto a treinadores de GO no Brasil, relativo às suas estratégias para seleção de talentos” (p.9). Eles levantaram os testes utilizados pelos técnicos inscritos na CBG por meio de questionários e também pela literatura internacional. De 30 atividades mencionadas pelos técnicos, chegou-se a 22 levando-se em consideração a facilidade da reprodução dos testes e a sua objetividade.

Esses testes foram aplicados em 55 crianças de cinco a nove anos de idade. Com uso de técnicas de análise fatorial, os escores fatoriais individuais foram calculados para o primeiro fator, sendo adotados como variável independente representativa do potencial das crianças para o desempenho em GO⁶⁶ (PDGO). Um regressão múltipla passo a passo gerou uma equação por meio da qual o PDGO era estimado a partir de oito atividades. A validade cruzada da bateria e do índice PDGO foi verificada em 16 ginastas experientes⁶⁷ e 19 crianças de escolinha. As primeiras tiveram média significativamente maiores que as últimas (ALBUQUERQUE; FARINATTI, 2007, p.1).

Os 22 testes realizados pelos pesquisadores anteriormente citados são:

⁶⁶ Os autores ainda adotam em seu artigo o termo “Ginástica Olímpica” (GO).

⁶⁷ As melhores classificadas no Brasil em 1998, de nove a 15 anos. A mesma faixa etária foi adotada para as crianças da escolinha.

QUADRO 20 - Versão final de testes utilizados no estudo de PDGO

Qualidades físicas	Partes do corpo	Atividade
Flexibilidade	MMII	1. Espacate com afastamento ântero-posterior – MI direito
	MMSS	2. Espacate com afastamento ântero-posterior – MI esquerdo
	Quadril e tronco	3. Flexibilidade ativa de ombros
	Tronco e MMII	4. a) Abdução de quadril – sentada b) Abdução de quadril com flexão de tronco – posição sentada
		5. a) Flexão de tronco com membros inferiores unidos – em pé b) Flexão de tronco com membros inferiores unidos – sentada
Potência	MMII ⁶⁸	6. Corrida de 20 metros
		7. Saltos estendidos seguidos no solo (8)
		8. Salto em distância
Força dinâmica	MMSS ⁶⁹	9. Flexão de cotovelos em suspensão
		10. Subida na corda – três metros
		11. Flexão de braços no solo
		12. Flexão de quadril em suspensão
	Tronco	
Força estática	Tronco	13. Esquadro “L” em suspensão a 90° (espaldar)
	Geral	14. Esquadro por fora no toquinho
Equilíbrio dinâmico		15. Andar com desenvoltura na trave alta
		16. Executar três voltas no eixo longitudinal de olhos abertos e, em seguida, andar em linha reta de olhos fechados
Coordenação		17. Coordenação de saltitos com movimentação de braços
		18. Rolo para frente

Fonte: Albuquerque; Farinatti, 2007.

⁶⁸ MMII – membros inferiores

⁶⁹ MMSS – membros superiores

Segundo os autores do estudo, as capacidades físicas necessárias para a GA, que foram ressaltadas pelos técnicos (sujeitos do estudo) e na literatura são: força, potência e flexibilidade e os testes da bateria PDGO têm uma boa relação para avaliar essas capacidades. As capacidades ressaltadas pelos técnicos vão ao encontro das capacidades abordadas em Filin e Volkov (1998).

A divulgação dos valores de referência de testes físicos da seleção brasileira, ou mesmo de crianças selecionadas como talentos para a Ginástica Artística, que possam revelar parâmetros para potenciais de determinadas capacidades físicas, não são divulgados em nosso país, seja pelas entidades que organizam a modalidade, como confederação e suas federações estaduais, seja de forma acadêmica, até mesmo porque os pesquisadores não têm acesso a esses dados ou testes destas ginastas. No site da CBG apenas os testes físicos utilizados pela seleção brasileira são divulgados, mas não seus valores de referência. Sobre testes de seleção de talentos, a Confederação Brasileira de Ginástica não divulga informações.

As condições antropométricas, como: peso, estatura, proporções corporais, composição corporal, posição do centro de gravidade do corpo, são aspectos também importantes (condições pessoais) na determinação do talento desportivo (BOHME, 1995), mas é preciso considerar que na adolescência estes dados podem não demonstrar o rigor necessário para a determinação de um talento desportivo, devido a alterações hormonais que influenciam as condições antropométricas (PEARSON; NAUGHTON; TORODE, 2006).

Em relação ao somatotipo⁷⁰ de ginastas, Smoleuskiy e Gaverdouskiy (1996) apresentam dados de ginastas de destaque internacional, e caracterizam a ginasta feminina como “ecto-mesomórficas⁷¹”, tendo ainda as seguintes características morfológicas: ombros largos, quadris estreitos, altura de 145 a 166 cm, peso de 36 a 52 kg, idade entre 18-20 anos aproximadamente. Os mesmos autores expõem estatura e peso de ginastas campeãs de JO de 1972 a 1992, mostrando um predomínio de ginastas de baixo peso e altura, sendo as medidas máximas de 1,66 metros e 52,5 kg (ambas da campeã de 1976) e mínima de 1,35 metros (campeã em 1992) e 30 kg (campeã em 1976).

⁷⁰ A técnica do somatótipo se constitui em recurso para análise das repercussões na variação da forma corporal que ocorrem em função de alguns aspectos como: crescimento físico, maturação biológica, e adaptações morfológicas provenientes do estilo de vida (Carter, 1980).

⁷¹ Ectomorfo é o tipo de constituição física em que predomina a linearidade, a delgadeza e a fragilidade do corpo, magreza, com ossos pequenos e músculos finos, com membros proporcionalmente longos em relação ao tronco e Mesomorfo tem como característica o corpo anguloso com musculatura dura e proeminente e com ossos de diâmetros grandes.

O estudo realizado com ginastas brasileiras pela professora Andréa João, divulga⁷² os dados de perfil psicológico e somatotípico das principais ginastas do país em todas as categorias em 2001 e expõe o resultado do somatotipo como sendo ecto-mesomórficas, com 100% de homogeneidade entre os sujeitos da pesquisa (JOÃO; FERNANDES FILHO, 2002). Os sujeitos desta pesquisa foram 25 ginastas brasileiras, de várias categorias (pré-infantil, infantil, juvenil e adulta), que se classificaram até o 5º lugar nos campeonatos brasileiros de 2001, ou que foram convocadas para a seleção brasileira em 2002. Os dados psicológicos deste estudo, condições pessoais observáveis indiretamente, apresentam ginastas com respostas baixas no inventário de medo, e nos graus gerais de sensibilidade emocional (questionário de Willoughby). Já na escala de Bernreuter, que procura avaliar o nível de afirmatividade e que, segundo Barreto (2002 apud JOÃO; FERNANDES FILHO, 2002), é o teste de maior importância para o atleta de alto nível, as ginastas demonstram um escore alto, acima da referência exposta. Estes dados podem ser um referencial de características a serem identificadas na seleção de talentos de ginastas.

Filin e Volkov (1998) relatam que:

Alguns especialistas consideram uma das manifestações de pré-disposição, a capacidade de captar e memorizar rapidamente a técnica de execução dos elementos complexos, assim como sua consolidação. O treinador da famosa ginasta O. KORBUT, relatou: ‘se ela aprender algo no treinamento, obrigatoriamente o executará na próxima vez como um elemento já habitual. Fazendo tudo de uma só vez’ (p. 61-62).

Segundo Hebbelink (1989, p.49):

A utilidade da elaboração de padrões referenciais a partir de dados da população normal e de atletas de talento e da elaboração de perfis abrangentes para os melhores atletas do mundo (conforme Carter, 1992; Carter, 1984) é indubitavelmente válido se se pretende conduzir a seleção de forma organizada e efetiva. A capacidade de se comparar qualquer indivíduo com tais padrões e perfis é a chave da busca por procedimentos bem sucedidos para identificar e desenvolver o talento no esporte.

Para que a detecção e seleção de talentos desportivos possam ocorrer levando-se em consideração os aspectos abordados anteriormente, além dos parâmetros de referência é necessário que um número grande de crianças seja visto, para que se tenha uma possibilidade

⁷² Artigo publicado com seu orientador, por isso “João e Fernandes Filho” na citação.

maior de encontrar um talento desportivo. Gaisl (1977) [apud Oliveira; Campos; Ramos (1989)], observa que para que uma característica apenas seja analisada numa distribuição demográfica normal, pode-se esperar que 6% desta população apresente valores excepcionalmente elevados. Se pensarmos na combinação de várias características, esse número passa a ser ainda menor. Filin e Volkov (1998) também abordam o mesmo assunto, salientando a dificuldade de se encontrar uma pessoa que acumule tantas características, ou combinação de capacidades requeridas para atletas de alto nível nas determinadas modalidades, sugerindo que seja necessário verificar 1000 crianças para encontrar uma que tenha as características esperadas e necessárias, ressaltando:

Cabe salientar que as exigências feitas aos atletas de alto nível, não esgotam-se nas qualidades motoras. Um atleta de qualidade superior deve atender a um número maior de requisitos, que para ela são obrigatórios. Tal combinação de capacidades é difícil de ser encontrada em uma só pessoa (p.57).

Para Digel (2002) e Peltola (1992), a chave para o sistema desportivo de alta performance no mundo é o sistema educacional. Com a real dificuldade em encontrar pessoas com características específicas para determinadas modalidades, é necessário ter acesso a um número cada vez maior de crianças e adolescentes e, nas grandes potências mundiais desportivas, existe uma relação muito próxima entre o sistema educacional e o desporto. Segundo o mesmo autor, o sistema desportivo é largamente dependente de uma cooperação e especial relação com os diversos tipos de instituições educacionais (DIGEL, 2002).

Para isso é necessário um sistema desportivo que abranja desde a detecção, a seleção até a promoção de talentos desportivos, pois caso contrário o processo para formar grandes atletas será interrompido. O sistema desportivo, segundo Digel (2002), depende de alguns recursos necessários para se desenvolver:

1. Tradição olímpica ou condições históricas específicas
2. Base ideológica
3. Interesse e participação nos desportos
4. Estrutura organizacional
5. Estrutura de pessoal (funcionários e voluntários)
6. Finanças

7. Atletas
8. Técnicos
9. Identificação de talento
10. Promoção de talento
11. Treinamento
12. Competições
13. Reuniões desportivas
14. Sistema de prêmio para atletas
15. Sistema de prêmio para técnicos
16. Seguro social para atletas
17. Seguro social para técnicos
18. Luta contra o doping
19. Prioridades e esquemas
20. Tendências
21. Aspectos específicos de cada nação

Digel (2002) estuda os sistemas desportivos de oito nações que se destacam em diferentes desportos: Estados Unidos, Rússia, Alemanha, Itália, Austrália, China e Reino Unido e verifica que entre essas potências mundiais desportivas, apenas os Estados Unidos não possuem significativo envolvimento do Estado ou de um sistema político desportivo, mas ao mesmo tempo possuem uma cultura de estreita relação entre desportos e escolas, que colabora para terem muitas crianças praticando diferentes desportos no país. Todas as outras sete nações têm o sistema desportivo significativamente envolvido com o Estado e políticas desportivas.

Como exemplo do apoio e envolvimento significativos do Estado, temos o Reino Unido, que após a classificação de 36º lugar nos JO de Barcelona, resolveu investir fortemente na parte desportiva, contratando profissionais australianos que já desenvolviam um modelo de sucesso em seu país (ENGLISH INSTITUTE OF SPORT, 2008). A nação possui um programa de talentos que realiza testes nas crianças e adolescentes de escolas (detecção) do Reino Unido, tradicionalmente todos os anos nos meses de abril e maio, com os professores especialmente treinados para isso. Além disso, o Banco da Escócia patrocina outros programas para jovens atletas, possuindo também seus próprios programas de escola de desportos. O número

de faculdades relacionadas a desporto também tem crescido a cada ano, assim como as escolas de desporto que, em setembro de 1997 eram onze, aumentaram para 67 no ano 2000, com previsão de 150 em 2004. Os especialistas dividiram o Reino Unido em sete regiões para ter uma melhor administração dessa parte desportiva que tem sido apoiada financeiramente por verbas vindas de jogos de loteria (DIGEL, 2002).

De acordo com o mesmo autor, a Rússia está entre os países que lideram o processo de detecção, seleção e promoção de talentos desportivos, apesar da diminuição do apoio financeiro e a consequente diminuição da qualidade de suas escolas de desporto. O país possui um forte sistema desportivo, ainda funcionando com o sucesso de grandes atletas. Sua estrutura em 1999 era de 2113 escolas de desporto, com uma etapa posterior de atletas chamada de Escola de desporto “Reserva Olímpica”. Após esse nível ainda há as escolas de desporto de alto rendimento e, finalmente, os centros de atletas em condições de disputar vagas na seleção russa para JO.

Segundo O’Brien (1979), no processo de detecção e seleção de ginastas da ex-URSS, as crianças começam a fazer aulas de ginástica em suas escolas formais. O início desse processo acontece com a visita de um técnico de ginástica nas aulas da escola, observando alguns aspectos como: interesse pela ginástica, postura, estrutura corporal (proporção de partes do corpo, formato dos membros inferiores (MMII) e a relação de comprimento dos MMII e do tronco), habilidade para aprender e fixar exercícios normais de suas aulas, capacidades físicas (coordenação e condição física). Seguindo no processo, são realizados testes físicos e então a criança é questionada sobre o seu desejo de fazer ginástica. Nos testes físicos realizados avalia-se a força, a flexibilidade e a agilidade, além de verificar o potencial cinestésico na criança (perceber o seu corpo nos movimentos já conhecidos por ela). Os testes físicos utilizados são: corrida de 20 e 30 metros, saltos horizontais, elevação de pernas em suspensão (abdominais no espaldar), ponte, flexibilidade de quadril e ombros e controle da postura em determinadas posições.

Neste processo de detecção de talentos realizado na ex-URSS na década de 70, as crianças poderiam ser recusadas devido a alguns fatores, como:

- ⇒ ombros assimétricos ou estreitos;
- ⇒ braços muito compridos ou muito pequenos e/ou hiperextensão de cotovelos (deve ser reto);

- ⇒ postura com abdômen proeminente (na região do estômago);
- ⇒ quadril largo ou musculatura muito volumosa;
- ⇒ joelhos com problemas de “geno varo” ou “geno valgo”;
- ⇒ pés “chatos”.

Além disso observavam peso, altura, comprimento de pernas, largura de ombros e quadris e circunferência do peito. E ressaltam que crianças com desvios do padrão não podem ser escolhidas para as aulas de níveis mais altos do programa de formação desportiva de alto rendimento (O'BRIEN, 1979). Esse programa da ex-URSS, segundo O'Brien (1979) não aceitava crianças com menos de 8 anos de idade para o direcionamento competitivo na modalidade, apenas nas escolas de desportos nas próprias escolas formais das crianças. A partir dessa detecção e seleção de talentos para a ginástica, os futuros atletas tinham vários níveis para conquistar no desporto escolhido:

1. três níveis chamados de Ranking Júnior (8, 9 e 10 anos de idade respectivamente);
2. três níveis chamados: Ranking I (11 anos), Ranking II (12 anos) e Ranking III (13 anos)
3. Nível de perfeição desportiva: a partir dos 14-15 anos quando então passam a galgar as seguintes etapas nesta fase: candidatos a Mestres do Desporto, Mestres do Desporto e Mestres do Desporto (aulas internacionais).

Talvez esse sistema possa ser comparado somente ao da China atualmente, que tem toda a sua estrutura desportiva apoiada no Estado (DIGEL, 2002).

Digel (2002) aponta que a China possuía, em 1998, 35 Institutos de técnica desportiva, que são os principais no país, com 31000 atletas para 4071 técnicos nestes centros. Além disso, havia mais 3800 escolas de desporto com quatro níveis diferentes, totalizando na época 276000 atletas em formação para serem então selecionados para os principais centros anteriormente mencionados.

No Brasil, alguns esforços têm acontecido na direção de um possível banco de dados de crianças e jovens, mas sem a organização e financiamento necessário. Isso porque não existe um sistema desportivo que organize e coordene a atuação dos técnicos. Especificamente na GA, não existe divulgação alguma de testes de detecção de talentos ou parâmetros para tal. No

ano de 2008, a CBG (2008) implantou 18 centros de iniciação em GA em 14 Estados brasileiros, e explicando seu objetivo:

O programa "Centro de Excelência Caixa – Jovem Promessa de Ginástica" é o maior projeto para o desenvolvimento de talentos na ginástica já idealizado no Brasil. Assim, além dos grandes avanços da ginástica no alto rendimento, este esporte também está se desenvolvendo em sua base, com as escolinhas de ginástica artística e rítmica. Já são 1817 crianças beneficiadas, em ginástica artística feminina e masculina e rítmica, em 14 estados brasileiros. Um dos maiores objetivos da iniciativa é a inclusão social e a descoberta de talentos visando as Olimpíadas 2016.

É importante ressaltar que este deve ser o primeiro passo de uma necessária estruturação das categorias de base da modalidade, iniciando pela massificação e detecção de talentos, mas necessitando de outros esforços para dar continuidade ao que foi iniciado.

Mas além da detecção e seleção de talentos desportivos, é importante ressaltar a promoção dessas crianças e jovens selecionados, em um treinamento adequado a cada faixa etária e nível de desempenho, buscando uma preparação de muitos anos, que passa pelas etapas anteriormente mencionadas: especialização inicial, especialização aprofundada e resultados superiores, que a partir de agora serão abordadas com maior profundidade, relacionando-as diretamente à GAF.

2.2.2. ETAPA DE PREPARAÇÃO PRELIMINAR

Essa fase caracteriza-se pela variedade de movimentos, de forma lúdica e sem o objetivo competitivo, com um número grande de participantes, visando "proporcionar ao desportista iniciante a possibilidade de experimentar suas forças em diferentes exercícios desportivos e somente depois disso definir o tipo da futura especialização" (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p.298), possibilitando um desenvolvimento harmonioso de seu aparelho locomotor. Nesta fase pode acontecer uma variedade de práticas desportivas, não se concentrando ainda em uma única modalidade.

Na GA, o programa desta etapa, também chamada popularmente de escolinha, está baseado na PFG, preparação motora especial (PME), PFE e PTE, utilizando-se amplamente de métodos de jogo e de competição no trabalho com as crianças para motivá-las, com jogos de corridas, saltos, exercícios nos aparelhos de ginástica, com o objetivo de assimilar posturas e movimentos básicos da modalidade (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]), e que ao mesmo tempo ofereçam um amplo repertório motor para a criança. Segundo estes mesmos autores, na GA esta etapa caracteriza-se mais frequentemente pela faixa etária de cinco a oito anos para meninas.

Os objetivos da PME se assemelham à PTE e são os seguintes: desenvolvimento da coordenação dos movimentos, assimilação de habilidades para executar ações de caráter dinâmico e estático, na busca da exatidão de amplitude, direção e esforço muscular.

Projetos bastante interessantes são desenvolvidos no Brasil com essa perspectiva de variedade de movimentos, principalmente nas universidades, mas ainda por iniciativas isoladas de determinados professores universitários. Um exemplo deste tipo de projeto é o “Crescendo com a Ginástica”, desenvolvido durante 10 anos na Faculdade de Educação Física da UNICAMP, com o objetivo de estimular o desenvolvimento motor das crianças de 4 a 12 anos de idade por meio de atividades lúdicas baseadas na Ginástica Artística e na Ginástica Rítmica (SCHIAVON, 2003; NISTA-PICCOLO, 1999)⁷³.

Este estudo focaliza brevemente essa etapa, e concentra-se na formação desportiva já direcionada para o treinamento de ginastas, que acontece a partir da etapa de especialização inicial.

2.2.3. ETAPA DE ESPECIALIZAÇÃO INICIAL

De acordo com Zakharov e Gomes (2003) o início desta etapa está relacionado com a definição da modalidade desportiva e deve se assegurar a preparação geral e multilateral

⁷³ Maiores detalhes sobre este estudo podem ser encontrados na dissertação de mestrado: SCHIAVON, L.M. O projeto Crescendo com a Ginástica: uma possibilidade na escola. Mestrado, Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2003. Site: www.unicamp.br/bc (biblioteca digital).

dos jovens atletas, o domínio das bases técnicas da modalidade e aperfeiçoar suas capacidades físicas:

[...] dando atenção à velocidade, às capacidades de coordenação, não se deve esquecer também do aperfeiçoamento e elevação da resistência. [...], pois as crianças e adolescentes chegam a conhecer frequentemente muito tarde as cargas que visam à elevação do nível da resistência, o que provoca um prejuízo essencial ao desenvolvimento físico multilateral da criança e não permite fazer com que o organismo seja preparado gradualmente para grandes cargas de treino, nas etapas posteriores de preparação de muitos anos (p. 301).

Na etapa de especialização inicial o objetivo é formar em três ou quatro anos “ginastas qualificados” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]) com as seguintes características de treinamento:

Nesta etapa se caracteriza pela assimilação aprofundada dos elementos da escola ginástica. Estes elementos formam as combinações básicas, que determinam o domínio da técnica dos exercícios em todas as modalidades de provas múltiplas. Assim se criam as estruturas das futuras composições individuais, se estudam os movimentos mais complexos que são, por regra, os que desenvolvem hábitos formativos. (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.41)

A etapa de especialização inicial caracteriza-se na Ginástica Artística pelo período etário entre oito a doze anos de idade e:

[...] tem suma importância no estabelecimento dos ginastas. Precisamente durante esses anos se formam todas as capacidades motoras básicas que se manifestam na prática da ginástica, se assimila o volume importante dos hábitos motores (elementos e combinações) específicos para esta modalidade esportiva e se adquire a experiência de participação nos Campeonatos. (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p. 41)

A FIG [199-] apresenta diretrizes divididas em três partes, para orientar os técnicos no desenvolvimento e treinamento de suas ginastas:

- ⇒ princípios de crescimento e maturação para diferentes grupos de idade
- ⇒ programa técnico para diferentes grupos de idade
- ⇒ programa de treinamento e instrução para grupos etários

Para esta fase de especialização inicial, que representa os quatro primeiros anos de treinamento, os princípios de crescimento e maturação expostos no Programa de desenvolvimento para grupos etários da FIG [199-] são:

- ⇒ oferecer oportunidades de variedade de padrões de movimento que desenvolvam: coordenação, equilíbrio e habilidades básicas da ginástica
- ⇒ treinamento de velocidade é possível com períodos de recuperação suficientes
- ⇒ desenvolvimento de força com próprio peso corporal
- ⇒ planejar trabalhos para diminuir impactos (colchões protetores, aterrissagens em fosso e planos altos)
- ⇒ treinar posturas básicas de dança e ballet
- ⇒ treinamento diário de flexibilidade
- ⇒ treinamento de resistência anaeróbica alática que não excedam 8 a 10 segundos
- ⇒ treinamento de resistência anaeróbica láctica com duração máxima de 20 segundos com poucas repetições e períodos de recuperação não muito curtos
- ⇒ estimular o trabalho com ambos os lados do corpo (bilateralidade)
- ⇒ fazer movimentos básicos lentamente para permitir a consciência do corpo em movimento
- ⇒ Na parte cognitiva: estimular as ginastas a pensar antes de agir, explicar o objetivo das tarefas, evitar comentários humilhantes, encorajá-las a executar e criar modelos de séries de movimentos
- ⇒ Na parte psicossocial: fazer com que se sintam aceitos e valorizados, propiciar atividades com jogos cooperativos, dar oportunidade para mostrarem as habilidades aprendidas estimulando emoções positivas, oferecer feedbacks freqüentes (extrínseco e estimular o intrínseco) para manter a motivação e servir de base para correções, introduzir periodicamente atividades livres de curta duração, estimular e assegurar o respeito e ensiná-las a darem o melhor de si e a finalizar o que começam.

No programa técnico da FIG [199-] sugere-se que nesta fase, principalmente até os 11 anos de idade a referência não seja o código de pontuação da FIG, mas uma adaptação que considere, além das questões do crescimento e desenvolvimento infantil, as condições e a cultura

de cada país. Esse programa técnico sugere também a organização dos exercícios de cada faixa etária que foram adaptados pela pesquisadora e divididos de acordo com as etapas aqui abordadas (APÊNDICE C, D,E e F).

Nesta fase deve-se buscar visualizar as ginastas que possuem condições de passar para a etapa de especialização aprofundada, com treinos mais intensos, e alcançar resultados superiores. “Precisamente, a capacidade de aprender (‘velocidade’ de aprendizagem) determina os desportistas com a máxima perspicácia” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.41).

2.2.4. ETAPA DE ESPECIALIZAÇÃO APROFUNDADA

Segundo Zakharov e Gomes (2003) a etapa de especialização aprofundada constitui:

A continuação lógica natural da etapa anterior de preparação inicial e visa a criação da base especializada de preparação do atleta. A preparação, nesta etapa, exige um aumento substancial do tempo de trabalho e a submissão do regime de vida do atleta aos objetivos da obtenção de resultados desportivos. É por isso que somente os desportistas que dispõem de potencial funcional suficiente para conseguir altos resultados desportivos, numa referida modalidade, podem começar a etapa de especialização aprofundada. A formação de uma motivação estável para obtenção de altos níveis desportivos constitui tarefa importante desta etapa (p.304).

Na GA, após os três ou quatro anos de treinamentos na etapa de especialização inicial (13 e 14 anos aproximadamente), passa-se para a etapa de especialização aprofundada, que se caracteriza pela intensificação da preparação especial. “Esta etapa é mais difícil, já que o aumento intensivo das cargas de treinamento coincide com a fase ativa de maturação sexual. Por parte do treinador se exige muita atenção e consideração das particularidades individuais dos alunos” (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], p.41).

Os mesmos autores sugerem ainda uma diminuição na quantidade de alunos (de quatro a cinco atletas por técnico) para um trabalho mais individualizado, quando são assimilados elementos e combinação de alta dificuldade.

Assim como exposto na etapa anterior, o programa de desenvolvimento da FIG [199-] para grupo de idade apresenta as seguintes sugestões, considerando a fase de crescimento e maturação da atleta entre 12 a 15 anos:

- ⇒ enfatizar a preparação física e técnica e de propriocepção
- ⇒ individualizar o treinamento de força
- ⇒ treinamento específico de força e potência com simulação de exercícios
- ⇒ trabalhos pliométricos podem ter uma parte maior no treino da ginasta, assim como exercícios com o próprio peso
- ⇒ controlar rigidamente os treinos com carga
- ⇒ cuidados com a questão do crescimento pois nesta fase as ginastas ganham massa antes de ganhar força e não sustentam bem seu peso
- ⇒ atenção às articulações nas aterrissagens
- ⇒ registrar mensalmente a estatura, estatura sentada e de pernas
- ⇒ controlar a simetria do corpo (comparações de força e flexibilidade)
- ⇒ oferecer informações de nutrição, obesidade e controle de peso
- ⇒ insistir nas sessões de flexibilidade
- ⇒ integrar alguma atividade aeróbica para contribuição no emagrecimento
- ⇒ reforçar giros e mortais com trabalhos no trampolim acrobático
- ⇒ no aspectos psicológico, estimular pensamentos positivos, ênfase mais em aprender novos exercícios do que em ganhar, programar objetivos a curto prazo, valorizar os pequenos progressos, ensinar a concentrar-se e canalizar as energias, manter abertos os canais de comunicação, enfatizar que o esforço será premiado com o domínio dos elementos.

Na preparação técnica, o mesmo programa (FIG, [199-]), sugere que a referência seja o código de pontuação, mas com regras ainda modificadas até os 13-14 anos, e que próximo aos 14-15 anos, se tenha como parâmetro as exigências mínimas do código de pontuação da FIG. As progressões de conteúdos nos determinados aparelhos da modalidade sugeridas pelo programa estão anexas (APÊNDICES G, H, I e J).

A partir desta fase, as ginastas mais preparadas, que compõem as equipes de seleção infantil e juvenil, iniciam suas participações em campeonatos internacionais.

2.2.5. ETAPA DE RESULTADOS SUPERIORES

A etapa de resultados superiores objetiva os principais resultados desportivos de um atleta, como a própria nomenclatura sugere, e coincide com os limites etários de resultados ótimos na modalidade. “O objetivo da realização do potencial funcional acumulado em resultados desportivos determina a estrutura e o conteúdo da preparação do ciclo anual” (ZAKAHROV; GOMES, 2003, p. 305).

Essa fase caracteriza-se pela individualização do treinamento e direciona-se para as possibilidades de cada ginasta. Segundo SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-], “a preparação técnica e física alcançam os níveis máximos individuais e de grupo, e se controla por meio de normativas elaboradas para as equipes de seleção de cada país” (p.42).

É um período de total dedicação das ginastas e as concentrações de treinamentos em alojamentos para atletas duram bastante tempo. Normalmente nesta fase os técnicos trabalham com duas ou três ginastas apenas deste nível. Essa fase de resultados superiores tem uma duração muito curta de 4 a 6 anos apenas (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

Os mesmos autores comentam ainda que nesta fase a PFE e PTE alcançam seus volumes máximos e a modernização e atualização das séries é freqüente. Ao final deste período isso já não mais acontece e os exercícios não mais se renovam, mantendo-se bem feito o que já se conquistou (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

De acordo com o programa da FIG [199-] nessa fase, chamada de pós-adolescência, direciona-se para o alto rendimento e aperfeiçoamento de elementos. Este programa oferece algumas orientações para o trabalho com ginastas nessa fase:

- ⇒ treinamento específico
- ⇒ incluir atividades de resistência e flexibilidade em todos os programas

- ⇒ treinamentos durante todo o ano, estabilizando-se a simetria corporal
- ⇒ realizar testes de capacidades físicas para medir o desempenho
- ⇒ usar bastante simulações de competições para treinar o processo de tomada de decisões
- ⇒ dedicação completa à ginástica nesta fase
- ⇒ incentivar a independência e responsabilidade das atletas.

Nesta fase, os elementos de dificuldade já foram aprendidos nas etapas anteriores (especialização inicial e aprofundada) e agora começam a ser combinados de diferentes formas para obtenção de bonificações, além de cumprirem todas as exigências do código de pontuação. As ginastas devem executar em média os seguintes elementos em cada aparelho:

- ⇒ nas barras paralelas assimétricas: dois, três ou mais elementos de vôo, elementos com giro de 360° no eixo longitudinal (EL) ligados com vôo, dois ou três elementos com giro de 360° no EL e o mesmo em tomada cubital, largadas de valor “E”, segunda largada e saída “E”⁷⁴
- ⇒ na Trave de equilíbrio, elementos de alto valor de dificuldade, tanto de dança como acrobáticos, ligações especiais que são bonificadas e saída “E”
- ⇒ no Solo, elementos de alto valor de dificuldade, seqüências acrobáticas com rotações para frente, para trás e com ambas as rotações, além de ligações especiais.

Apenas na prova de salto, os exercícios de alta dificuldade, como Tsukahara ou Yurchenko com 1 ou ½ pirueta (ANEXO C) devem estar em fase de detalhamento (próximo aos 16 anos de idade) e, posteriormente, alcançar sua completa aprendizagem (próximo aos 18 anos).

De acordo com Zakharov e Gomes (2003), na etapa de resultados superiores, reduz-se a duração do período preparatório e aumenta-se o período competitivo, que em muitas modalidades é de seis a dez meses.

⁷⁴ Logicamente esses valores são médias de ginastas de nível internacional e não podemos tomar essa dificuldade como uma valor que não pode ser modificado, mas sim como uma referência, podendo uma ginasta de alto nível executar uma saída D ou mesmo de valor superior ao E proposto.

2.2.6. ETAPA DE MANUTENÇÃO DOS RESULTADOS E FINALIZAÇÃO DA CARREIRA DESPORTIVA

Nesta etapa, a maioria das ginastas adota um programa apenas de manutenção do que já executam e iniciam gradativamente uma diminuição nos seus treinamentos para três a cinco vezes por semana. É um período em que muitas continuam para ajudar suas equipes se ainda não há uma nova geração formada para continuar a defender sua entidade. Além disso, pode ser um rico momento de trocas de experiências entre a ginasta mais experiente e a nova geração que está iniciando em campeonatos de alto nível.

A principal tarefa de preparação, nesta etapa, é a manutenção do alto nível de resultados desportivos. Está longe de ser grande o número de atletas que, no processo de preparação de muitos anos, atingem esta etapa. A maioria acaba sua carreira desportiva nas etapas precedentes, devido a diferentes circunstâncias. Trata-se tanto de baixa do nível de resultados desportivos, condicionada pelos erros metodológicos cometidos, como da necessidade de abandonar a prática desportiva por motivos profissionais, familiares, etc. O principal contingente de atletas que tiveram preparação orientada na etapa de manutenção de resultados são os desportistas de alto nível e que atuaram muito tempo e até continuavam a atuar em suas seleções nacionais, equipes de clubes desportivos (ZAKHAROV; GOMES, 2003, p.307).

Segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy (1996), esta etapa não é muito estudada, embora seja importante na carreira das ginastas, e consideram que a diminuição das altas cargas gradativamente tem um caráter essencial para a saúde das ginastas. “A finalização brusca dos treinamentos influencia negativamente no estado de saúde, assim como um aumento brusco de cargas” (p.42).

Muitos atletas continuam vencendo grandes campeonatos, ainda nesta etapa, principalmente devido ao alto nível técnico, à estabilidade psicológica, e não por terem vantagem na preparação funcional, apesar desta se manter ainda em alto nível muitas vezes, ou seja, pela experiência acumulada durante anos de treinamento (ZAKHAROV; GOMES, 2003).

A partir dos conhecimentos abordados sobre a teoria geral do treinamento e a preparação de muitos anos é possível ter um embasamento teórico que traga subsídios para uma posterior discussão, relacionando dados da pesquisa de campo deste estudo, que foi realizada por meio do método de História Oral, o qual será discutido a seguir.

3. O CAMINHAR METODOLÓGICO

Encontrar um caminho metodológico para uma pesquisa é sempre um trabalho minucioso pois, dependendo do trajeto escolhido, os encontros podem ser diferentes. E foi a partir do encontro com a História Oral, mais particularmente com a disciplina de pós-graduação ED832 – *A História oral e a educação: a convergência de diferentes campos do saber na construção da pesquisa*, ministrada pela professora doutora Olga Rodrigues von Simson na Faculdade de Educação da UNICAMP, que o caminhar desta pesquisa foi definido.

A partir dos objetivos específicos deste estudo que eram o de registrar a história de vida desportiva de ginastas que representaram o Brasil em Jogos Olímpicos e oferecer indicativos para uma formação desportiva em Ginástica Artística feminina, no contexto da preparação de muitos anos, buscou-se um método que fosse capaz de conhecer os caminhos percorridos, e o porquê destes caminhos que fizeram destas meninas, representantes do Brasil em Jogos Olímpicos.

Segundo Queiroz (1988, p.19):

História oral é um termo amplo que recobre uma quantidade de relatos a respeito de fatos não registrados por outro tipo de documentação ou cuja documentação se quer completar. Colhida por meio de entrevistas de variada forma, ela registra a experiência de um só indivíduo ou de diversos indivíduos de uma mesma coletividade. Neste último caso busca-se a convergência de relatos sobre um mesmo acontecimento ou sobre um período do tempo. A história oral pode captar a experiência efetiva dos narradores, mas também recolhe destes tradições e mitos, narrativas de ficção, crenças existentes no grupo [...].

Portanto, justifica-se a utilização desse método, principalmente por não haver registros sobre a formação desportiva destas ginastas por meio de documentos ou de outras pesquisas publicadas, além do detalhamento dos porquês dos acontecimentos vividos na carreira desportiva de cada ginasta, que por meio do método de história oral pode ser conseguido.

Para Meihy (2005), “a história oral é um recurso moderno usado para elaboração de documentos, arquivamento e estudos referentes à experiência social de pessoas e

de grupos. Ela é sempre uma história do ‘tempo presente’ e também reconhecida como ‘história viva’” (p.17).

A oralidade vem carregada de detalhes, de jeitos, de expressão, de pausas, de sorrisos, de risadas, de silêncios, que só vivenciando um relato seria possível notar a riqueza de informações. A história de vida pode ser definida como um relato de um narrador sobre sua existência, buscando reconstruir os acontecimentos e transmitir experiências adquiridas (VON SIMSON, 1988).

No texto “O que faz a História oral diferente”, Alessandro Portelli (1997) ressalta que o diferencial da utilização deste método é a “subjetividade do expositor” e comenta posteriormente: “fontes orais contam-nos não apenas o que o povo fez, mas o que queria fazer, o que acreditava estar fazendo e o que agora pensa que fez” (p.31).

Entre as várias técnicas de desenvolvimento do método de História Oral, o “depoimento oral” será a utilizado nesta pesquisa. No depoimento oral, o pesquisador propõe um tema para organizar o relato de vida das pessoas que serão estudadas. A pesquisa está focalizada em um determinado tema, sendo neste estudo a “história de vida esportiva” destas ginastas. “Da ‘vida’ de seu informante só lhe interessam os acontecimentos que venham se inserir diretamente no trabalho, e a escolha é unicamente efetuada com este critério” (QUEIROZ, 1988, p.21).

Segundo von Simson (2006), “quanto maior for o conhecimento prévio do pesquisador/entrevistador sobre a realidade a ser pesquisada, melhor será sua atuação e, conseqüentemente, a qualidade do testemunho oral” (p.144).

Apesar da História Oral ser um método essencialmente qualitativo, permite levantar alguns dados quantitativos, como volume de treino em horas, volume de séries em uma sessão diária, entre outros, que podem ser incorporados na discussão qualitativa de uma tema focalizado, como sobre a estrutura do treinamento de uma forma mais ampla, por exemplo. São informações sobre a formação desportiva das ginastas e que podem ser somadas aos dados qualitativos, acrescentando assim dados ao registro histórico. Sobre este assunto, Queiroz (1992) ressalta que: “as associações das duas abordagens (qualitativa e quantitativa) possibilita um aprofundamento cada vez maior das facetas do objeto de estudo” (p.21).

Esta pesquisa foi previamente aprovada pelo Comitê de Ética em pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas em 27 de março de 2007, tendo o número de parecer: 136/2007⁷⁵.

Para a realização desta pesquisa foi necessária a aquisição de um gravador digital (MP3 – Philips – 512MB) para gravação dos depoimentos das colaboradoras.

3.1. PROCEDIMENTOS DA PESQUISA DE CAMPO

3.1.1. SUJEITOS DA PESQUISA

Neste estudo de História Oral vamos adotar o termo *colaborador* (MEIHY, 2005) para os sujeitos da pesquisa, numa concepção de que estes narram partes de suas vidas para colaborar com um estudo que pretende sugerir mudanças, divulgar fatos relevantes e possibilitar transformações. Segundo Meihy (2005, p.11), “há nesta mudança de consideração, mais do que um detalhamento técnico conceitual, uma tomada de posição filosófica que mexe com a noção de neutralidade e de distanciamento”, que normalmente existe em relação aos sujeitos.

Os colaboradores desta pesquisa de campo foram escolhidos pelos seguintes critérios de inclusão:

- ⇒ ginastas femininas
- ⇒ brasileiras
- ⇒ participantes (classificadas)⁷⁶ de Jogos Olímpicos na modalidade de Ginástica Artística.

⁷⁵ APÊNDICE A – Modelo do Termo de consentimento livre e esclarecido entregues às ginastas

⁷⁶ A diferenciação para os termos “participantes” e “classificadas” deve-se ao fato de uma das ginastas (Soraya Carvalho) estar classificada para os Jogos Olímpicos e ao chegar à competição teve uma lesão nos treinamentos, o que a impossibilitou de representar o Brasil nos Jogos Olímpicos de Atlanta (1996), ficando o Brasil neste ano sem representante.

Desde a primeira ginasta brasileira a participar dos Jogos Olímpicos em Moscou (1980) até os Jogos Olímpicos em Atenas (2004) são dez ginastas que se encaixam neste critério estabelecido. Em ordem cronológica de Jogos Olímpicos são:

1. Cláudia Magalhães (1980)
2. Tatiana Figueiredo (1984)
3. Luisa Parente (1988 e 1992)
4. Soraya Carvalho (1996)
5. Daniele Hypólito (2000, 2004 e 2008)
6. Camila Comin (2000 e 2004)
7. Ana Paula Rodrigues (2004)
8. Caroline Molinari (2004)
9. Daiane dos Santos (2004 e 2008)
10. Laís Souza (2004 e 2008)

Segundo von Simson (2006):

O pesquisador precisa constituir uma rede composta por mais de um informante, para confrontar certas discrepâncias e/ou ambigüidades que a realidade pode mostrar, não podendo restringir seu trabalho somente a uma versão sobre o passado (p.144).

Neste estudo formou-se, portanto, uma importante rede, envolvendo a totalidade de ginastas que participaram de competições em Jogos Olímpicos, no período de 24 anos.

3.1.2. ESTABELECIMENTO DOS CONTATOS

Os primeiros passos desta pesquisa pautaram-se no acesso pessoal e profissional da pesquisadora com o ambiente da Ginástica Artística como profissional da área.

Inicialmente foi elaborado um pedido oficial de autorização (ANEXO E) para a pesquisa das ginastas ainda atuantes, a ser entregue à Confederação Brasileira de Ginástica, assinado pelo diretor da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, devido ao fato de três das ginastas colaboradoras do estudo ainda pertencerem à seleção brasileira. Este pedido de autorização foi entregue em 16 de setembro de 2006 para a coordenadora da seleção brasileira de ginástica, durante o Campeonato Brasileiro Juvenil de Ginástica Artística, em São Bernardo do Campo – SP pela própria pesquisadora. A partir desta data, e após vários contatos (telefone, endereço eletrônico e pessoalmente), não consegui obter qualquer posição sobre o assunto.

Concomitantemente ao primeiro contato com a CBG, foram estabelecidos os contatos com as ex-ginastas brasileiras, colaboradoras da pesquisa. Primeiramente pela proximidade pessoal e profissional, Luisa Parente colocou-se inteiramente à disposição. A segunda a aceitar colaborar com a pesquisa, Caroline Molinari, contatada em um campeonato brasileiro no qual participava como técnica. Posteriormente, estabeleci contato com Cláudia Magalhães, por meio de endereço eletrônico, conseguido com outros ex-ginastas da mesma época, e que atualmente são árbitros da modalidade. Ela se colocou à disposição, porém reside nos Estados Unidos e não veio ao Brasil nos anos da pesquisa, sendo o depoimento feito em sua própria casa em New Jersey/EUA.

O contato com Tatiana Figueiredo, que prontamente se dispôs a colaborar, foi estabelecido por endereço eletrônico e posteriormente por telefone, e conseguido por meio de Luisa Parente. Ao mesmo tempo foi divulgada pela mídia a aposentadoria da ginasta Camila Comin, que estaria em fevereiro de 2007 viajando para fazer parte do elenco do “Cirque du Soleil”⁷⁷. O contato foi estabelecido por meio de sua colega, Caroline Molinari, e Camila Comin colaborou prontamente com a pesquisa, sendo realizada a entrevista em Curitiba antes de sua viagem.

Em maio de 2007, por meio ainda da Caroline Molinari, foi estabelecido o contato com a ex-ginasta Ana Paula Rodrigues, que também se colocou à disposição do estudo.

Em um campeonato brasileiro adulto foi, então, tomada a iniciativa de fazer o contato direto com as ginastas ainda atuantes, pois sendo todas maiores de 18 anos tinham direito

⁷⁷ Circo canadense que tem em seu elenco muitos ex-ginastas.

a optar por participar do estudo,. Dessa forma, Laís Souza, Daniele Hypólito e Daiane dos Santos se colocaram inteiramente à disposição da pesquisa.

Finalmente, durante os Jogos Pan-americanos de 2007, foi estabelecido o contato, por meio de Luisa Parente, com a ex-ginasta Soraya Carvalho, que também aceitou participar do estudo.

Segundo von Simson (2006):

Durante o lento processo de preparação para a coleta de testemunhos, geralmente mais de um contato acontece com o provável depoente, com o objetivo de se construir um clima de confiança mútua, essencial para o início do trabalho de pesquisa oral. Esta situação favorável geralmente acontece quando há intermediários, ligados ao informante por relações de família ou por amizade, e que concordam em apresentar o pesquisador. Uma vez que a primeira ponte é estabelecida, depende do pesquisador transmitir, na linguagem do informante, os objetivos principais da pesquisa e a importância do papel que o informante terá na informação a ser disponibilizada, inexistente em outras fontes, para a construção desejada do conhecimento sobre o grupo ou o fenômeno que está sendo estudado (p.144).

O contato com as colaboradoras desta pesquisa deu-se, portanto, nesta situação favorável, pela proximidade da própria pesquisadora com as ginastas por pertencer ao contexto gímico e pelos laços de amizade entre as ginastas, o que facilitou o processo de estabelecimento de relações amistosas.

3.1.3. ESTUDO PILOTO

Anteriormente à primeira coleta de depoimento das ginastas colaboradoras da pesquisa foi realizado um estudo piloto com a ex-ginasta Kizzy Antualpa, uma atleta de destaque da Ginástica Rítmica de Campinas que participou de Campeonatos Mundiais, fez parte da seleção brasileira da modalidade e que, por um problema congênito na parte cervical da coluna, precisou antecipar sua aposentadoria da modalidade, justamente no momento de maior destaque na preparação para os Jogos Pan-americanos de Winnipeg – Canadá.

O depoimento oral da ex-ginasta Kizzy Antualpa foi colhido no dia 18 de janeiro de 2007.

O roteiro preparado para o estudo piloto foi mantido nas entrevistas iniciais pois se verificou que por meio dele eram fornecidas informações importantes, pretendidas até aquele momento. Mas com o decorrer de outras entrevistas, o roteiro foi sendo aprimorado, pois algumas ginastas mencionavam assuntos não abordados anteriormente, o que é bastante comum nos estudos de História Oral.

O piloto foi importante para saber lidar com o tempo e as emoções das colaboradoras, perceber como seria o desenvolvimento dos depoimentos, além de funcionar como um treinamento da pesquisadora para exercer o papel de entrevistadora.

3.1.4. A COLETA DOS DEPOIMENTOS ORAIS

Os dez depoimentos foram feitos pela própria pesquisadora e, na maioria dos casos (sete), nas residências das colaboradoras da pesquisa, com exceção de Daiane dos Santos que a recebeu em seu escritório, Daniele Hypólito, que concedeu a entrevista em área reservada próxima ao ginásio de treinamentos em seu horário de folga e Soraya Carvalho, em seu escritório de trabalho. A busca foi de um local em que as colaboradoras estivessem à vontade e, ao mesmo tempo, pudessem ter acesso a outros registros, como fotos, medalhas, reportagens, lembranças que pudessem ajudá-las a rememorar situações de sua vida desportiva e também nos ajudar na pesquisa documental, com materiais textuais e imagéticos que pudessem complementar o estudo histórico oral. No caso de Daniele Hypólito e Soraya Carvalho não foi possível esse contato com fotos no depoimento e Daiane dos Santos possuía algumas fotos em seu escritório.

Segundo Meihy (2005) a casa das pessoas é o local mais escolhido pelos próprios colaboradores, mas o importante é observar a possibilidade de "haver condições adequadas para a pureza do som, evitando-se interrupções e outros impedimentos que atrapalhem a concentração" (p.111).

Existem diferentes perspectivas sobre a entrevista em História Oral, entre aquelas com propósitos mais amigáveis ou as outras com propósitos mais desafiadores. No Brasil prevalece a proposta de encontros amigáveis, mas a corrente desafiadora trabalha com um diálogo de oposição, em busca de contradições (MEIHY, 2005). Nesta pesquisa será adotada a primeira proposta por meio de encontros amigáveis e entrevistas livres e abertas.

Segundo Queiroz (1988), as entrevistas no caso de depoimentos orais, são diretamente dirigidas pelo pesquisador. Os colaboradores têm consciência de que a pesquisa não é sobre a sua vida, mas sobre uma parte dela, neste caso focalizada na vida desportiva do colaborador.

Conhecendo o problema, busca obter do narrador o essencial, fugindo do que lhe parece supérfluo e desnecessário. [...] A entrevista pode se esgotar num só encontro; os depoimentos podem ser mais curtos, residindo aqui uma de suas grandes diferenças para com as histórias de vida (QUEIROZ, 1988, p.21).

Para o decorrer da entrevista há um roteiro (APÊNDICE B), elaborado com foco em momentos de destaque no desporto, como Campeonatos Mundiais e Jogos Olímpicos e com um propósito abrangente sobre a formação das colaboradoras, assuntos que a própria literatura destaca e considera relevantes neste processo, como: a participação da família, relação técnico/atleta, aspectos nutricionais e psicológicos, estrutura da preparação desportiva, etc. Além desses assuntos abordados, outros temas foram levantados na busca de informações para o registro de diferentes períodos da GA no Brasil, como infra-estrutura e organização do treinamento, apoio financeiro, condições oferecidas para competições internacionais, entre outros aspectos.

No caso do depoimento oral, o primeiro momento da entrevista é feito de forma bastante livre, a partir de um tema amplo, que nesta pesquisa foi a história desportiva de cada ginasta.

Segundo von Simson (2006):

Como nas pesquisas que conduzimos procuramos reconstruir historicamente processos sócio-culturais, não trabalhamos com histórias de vida, mas com testemunhos orais.

Com esta abordagem, propomos um tema de referência e solicitamos aos depoentes que narrem suas vidas, tendo como guia o tema proposto. Fazemos perguntas sempre que surge uma dúvida, mas, na primeira fase de coleta de informações, é preciso deixar que o informante fale livremente, apenas reconduzindo o relato para o tema-guia quando os caminhos da memória o arrebatam por longos períodos de tempo, levando-o a subtemas que se distanciam do principal ponto de interesse da pesquisa (p.145).

Num segundo momento, o pesquisador levanta temas geradores⁷⁸, direcionando para assuntos relevantes da história desportiva do colaborador, com o propósito de aprofundar mais sobre determinados assuntos e lembrá-lo de fatos que, muitas vezes, o próprio atleta não valoriza como parte de sua história pessoal, ou não se aprofundou o suficiente ao falar livremente, ou seja, assuntos que interessam à pesquisa.

Nesta fase, frequentemente somos surpreendidos porque, paralelamente aos temas sugeridos, o informante acrescenta outros sub-temas que sua memória espontaneamente reconstitui. O pesquisador deve ser suficientemente flexível para perceber que, quando importantes para os objetivos da pesquisa, certos subtemas devem ser incorporados ao tema de referência principal, a fim de serem utilizados na elaboração das entrevistas com os próximos informantes. Esta incorporação e futura discussão com os informantes seguintes permite a anexação destes dados, assim como o surgimento de novas versões que irão enriquecer a análise do passado (VON SIMSON, 2006, p.145).

Após essas fases é apresentada uma ficha cadastral de identificação⁷⁹, com o objetivo de colher os dados pessoais e específicos da ginasta, e que é apresentada somente neste momento para não inibir o colaborador na fase inicial do depoimento.

Com o encerramento das três fases de coleta de depoimento, solicitou-se às colaboradoras as fotos relacionadas às suas carreiras desportivas, deixando-as à vontade para, se quisessem, as mostrassem à pesquisadora. Em relação à disponibilização das fotos pelas depoentes, segundo von Simson (2006), há três diferentes situações que podem surgir:

1. Reação negativa: levantando seus motivos de perda, falta de registros, ou por acanhamento em compartilhar imagens do passado. “Neste caso, tem-se que trabalhar apenas com o relato oral, embora possa acontecer que, com a intensificação de relacionamento interpessoal, algumas fotos ainda apareçam em futuros contatos” (p.146);

⁷⁸ APÊNDICE B – Roteiro de entrevistas

⁷⁹ APÊNDICE C- Ficha de identificação

2. Reação positiva: mas o depoente seleciona os registros que gostaria de mostrar;
3. Apresentar toda a sua coleção de imagens ao pesquisador: reação mais favorável ao pesquisador, permitindo a ele a escolha das imagens a serem copiadas.

Em relação à coleta de fotos, houve os três tipos de reação por parte das dez ginastas colaboradoras do estudo. Como reação negativa, principalmente pela dificuldade de ter acesso às fotos, Daiane dos Santos e Laís Souza não tinham em seu poder seus registros fotográficos pois foram entrevistadas em seus escritórios em Curitiba, onde moravam em função de seus treinamentos e suas fotos estavam nas casas de seus pais. Com Laís Souza após algumas tentativas, não foi conseguido outro contato e com Daiane dos Santos, foram obtidas algumas fotos selecionadas por sua empresária. Cláudia Magalhães perdeu suas fotos e reportagens, mas se obteve poucas imagens com ela e outras com seu técnico, Mário César de Carvalho. Ana Paula Rodrigues também disse não ter consigo suas fotos e disponibilizou todas as suas reportagens de jornal.

Com reação positiva, mas fazendo uma seleção, a família de Daniele Hypólito ofereceu as fotos. O mesmo aconteceu com Soraya Carvalho, que foi entrevistada no Rio de Janeiro, onde mora, e seus registros estavam na casa de seus pais em Brasília. Quando viajou para visitá-los, selecionou algumas fotos e enviou-as.

As seguintes ginastas: Camila Comin, Luisa Parente, Tatiana Figueiredo e Caroline Molinari foram totalmente favoráveis e apresentaram todas as suas fotos.

Algumas fotos foram digitalizadas e, outras, xerocadas, dependendo das facilidades do local da coleta.

Além do gravador, um outro instrumento utilizado na coleta dos depoimentos é o caderno de campo. O caderno de campo é um apoio material que acompanha o pesquisador durante todos os momentos da pesquisa de campo. Funciona como se fosse um diário do pesquisador, onde são anotadas impressões sobre determinadas entrevistas, reflexões feitas a partir de determinado depoimento, dificuldades no estabelecimento das relações com entrevistados, contatos estabelecidos ou, mesmo, fatos que são ditos após o gravador ser desligado e que são importantes para suas conclusões, apesar de não serem claramente expostos se o colaborador não autorizou o uso explícito da informação (MEIHY, 2005; VON SIMSON, 2006).

A coleta dos depoimentos e seu armazenamento seguro é seguida de imediata transcrição das entrevistas, ou seja, tradução da língua falada para a língua escrita. Com a transcrição uma parte do registro se perde, pois ‘há um empobrecimento’ quando comparado à gravação (QUEIROZ, 1988). A leitura da transcrição de um depoimento, seguida de sua audição mostrará a diferença de conteúdo da informação, num e noutro suporte. Um autor que propõe o direito da pesquisador à transcrição do relato oral diz:

O mais importante na transposição de um discurso para o outro é o sentido [...]. Por outro ângulo, a incorporação do indizível, do gestual, das emoções e do silêncio convida a uma interferência que tenha como fundamentos a clareza do texto e sua força expressiva. (MEIHY, 2005, p.195).

A pesquisadora, entretanto, optou pela transcrição “ipsys literis” dos relatos, anotando à frente do texto (entre parênteses) as reações das depoentes.

Após a coleta dos depoimentos orais, ainda foram estabelecidos alguns contatos via correio eletrônico, devido a algumas dúvidas que surgiram nas transcrições e interpretações dos dados, permitindo assim obter maior adequação aos objetivos das depoentes ao relatar suas histórias de vida desportiva.

3.1.5. A TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS

A fase de transcrição de entrevista requer cuidado e revisão do pesquisador, pois como mencionado anteriormente, a passagem da “língua falada” para a “língua escrita” inevitavelmente apresenta diferenças e perdas.

Uma das fundamentações mais importantes se apresenta na alternativa apresentada no Brasil pelos irmãos Campos (Augusto e Haroldo), que adotam o pressuposto da *transcrição* como o mais viável processo de tradução de textos de uma língua para outra. Daphne Patai, por outro lado, parte do princípio de que o importante em uma entrevista não são as palavras como foram ditas ou pronunciadas, e sim o seu significado no conjunto das mensagens. Há contudo mais um argumento que se leva em

consideração: a inevitável mudança a ser operada na passagem do estado de língua oral para a escrita. (MEIHY, 2005, p.195, grifo do autor).

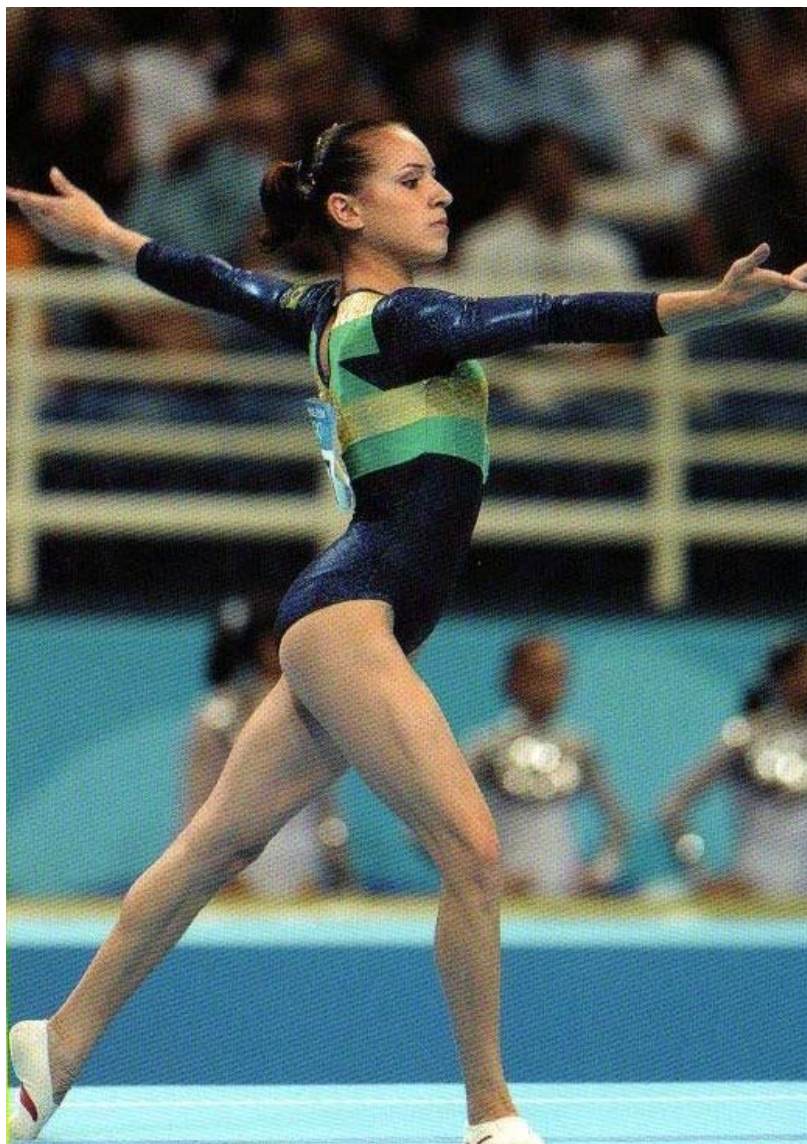
Neste estágio da pesquisa, o depoimento oral pode ser apresentado de três formas: a transcrição, a transcrição e a textualização. A transcrição é o produto da entrevista bruto: com vícios de linguagem, perguntas e observações do pesquisador, repetições, com erros gramaticais e palavras sem peso semântico. A transcrição já mostra um produto mais trabalhado, sem as perguntas e observações do pesquisador e sem erros gramaticais. Na textualização, segundo o autor anteriormente citado, após a transcrição ainda são retiradas as palavras sem peso semântico.

As transcrições de cada entrevista serão disponibilizadas no Laboratório de História Oral (LAHO) do Centro de Memória da UNICAMP e as textualizações serão apresentadas, inseridas no texto.

3.1.6. PORTRAITS DAS COLABORADORAS

Os portraits são breves explicações sobre a pessoa colaboradora do estudo, a partir das informações colhidas no depoimento oral. Eles serão apresentados em ordem cronológica da realização da coleta de dados para a pesquisa.

CAMILA COMIN⁸⁰



⁸⁰ Foto 1: cedida pela própria ginasta – JO de Atenas - 2004



Camila Comin⁸¹, ex-ginasta, participante de dois Jogos Olímpicos (2000 e 2004), atualmente trabalhando como artista no Cirque du Soleil no Canadá, solteira e formada em Educação Física, com duas pós-graduações: especialização em nutrição e em fisioterapia. Ainda não possuía qualquer atuação profissional relacionada à sua formação, mas gostaria de continuar nesta área como técnica no futuro.

Camila foi entrevistada no dia 22 de janeiro de 2007, com 23 anos⁸², na casa de seus pais, onde morava, em Curitiba. Ela é nascida em São Paulo⁸³ porém, antes de iniciar a GA, seu pai foi trabalhar em Curitiba e mudaram-se para lá.

Camila é bastante detalhista e disse ter começado a Ginástica Artística no dia 28 de novembro de 1989, aos seis anos de idade, na Praça Oswaldo Cruz em Curitiba. Ela permaneceu cerca de um ano nas aulas de iniciação desportiva e, posteriormente, foi direcionada para os treinamentos mais voltados ao ambiente competitivo, tendo passado por diferentes técnicos. Encerrou sua carreira desportiva como ginasta ainda em Curitiba, no final de 2006, tornando a notícia pública em janeiro de 2007, quando foi convidada para fazer parte do Cirque du Soleil.

Principais títulos e classificações eleitos pela ginasta:

⇒ Bi-campeã pan-americana juvenil “por equipes”

⁸¹ Fonte da Foto 2: www.ginasticas.com – Copa do Mundo/São Paulo-Brasil - 2005

⁸² Data de nascimento: 31/03/83

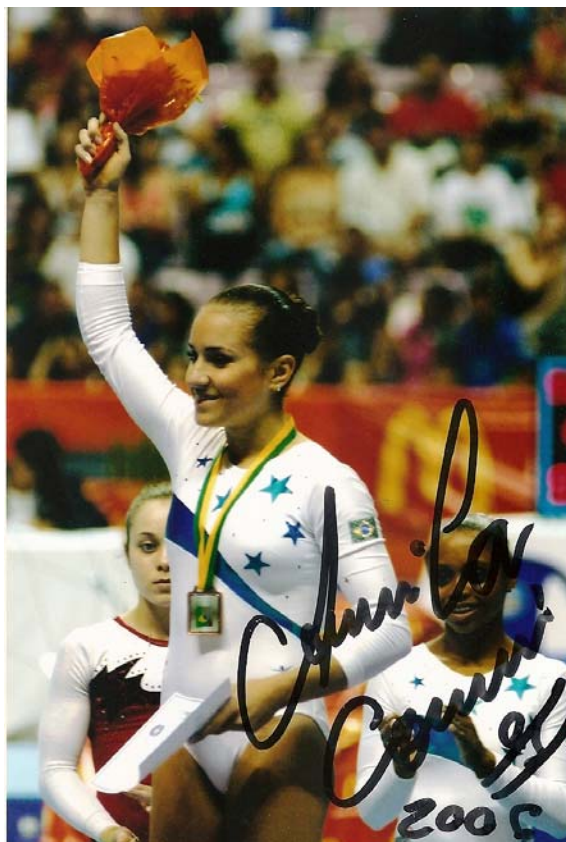
⁸³ Fonte da Foto 3: www.ginasticas.com - Copa do Mundo/São Paulo-Brasil - 2005

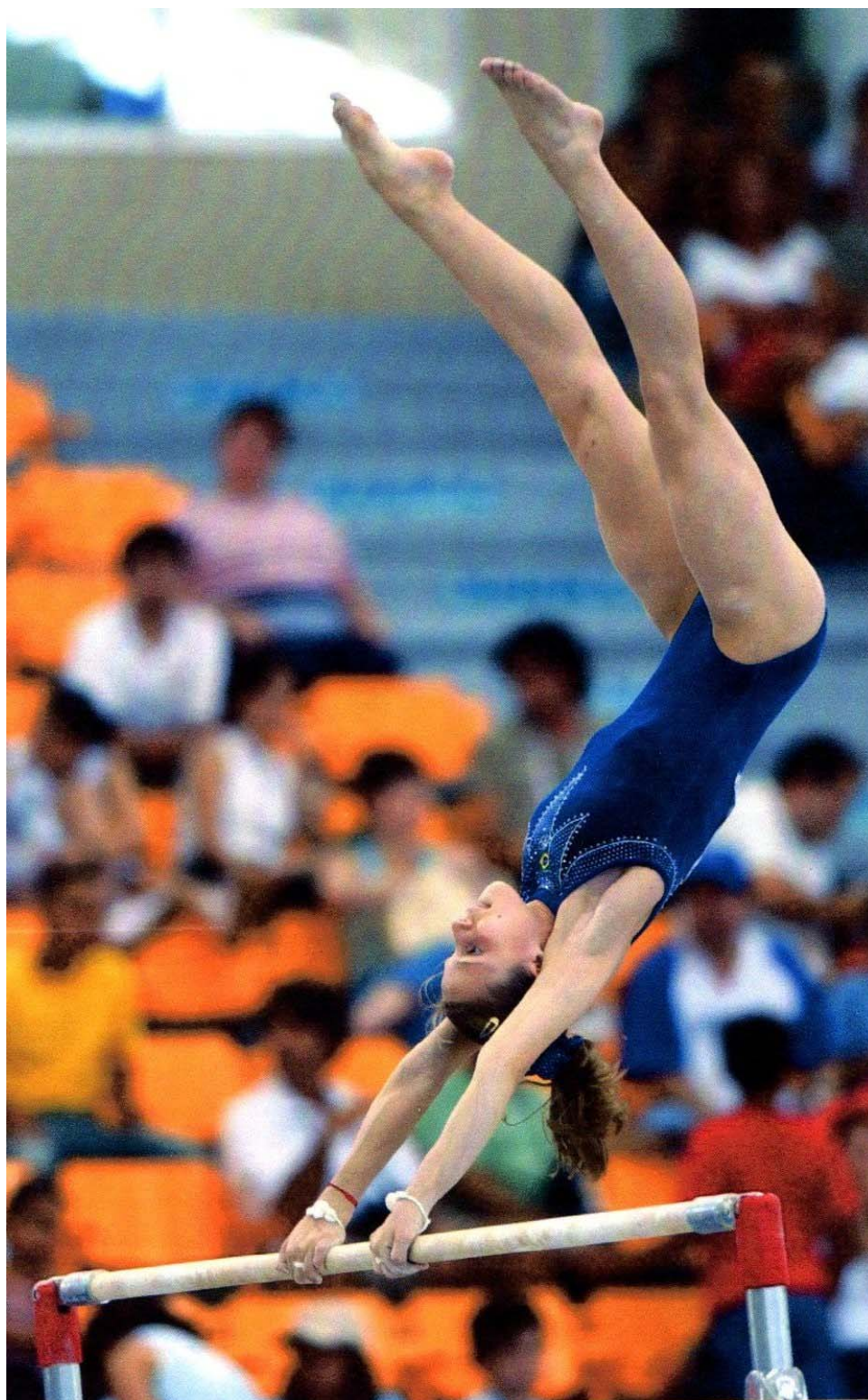
- ⇒ Bi-campeã pan-americana adulta “por equipes”
- ⇒ medalhas individuais em Pan-americano: na prova de salto, nas barras paralelas assimétricas e na trave de equilíbrio
- ⇒ três vezes campeã brasileira
- ⇒ classificação para final individual geral em três campeonatos mundiais
- ⇒ 39ª colocada na classificação “individual geral” dos JO de Sidney (2000)
- ⇒ 16ª colocada na classificação “individual geral” dos JO de Atenas (2004), a qual considera sua melhor classificação de toda a carreira desportiva
- ⇒ Equipe 9ª classificada nos JO de Atenas

Sobre as influências na sua vida esportiva, Camila destaca a atual coordenadora das seleções brasileiras ginástica da CBG, dizendo:

Eu acho que a Eliane Martins, pessoa que me conheceu desde onde eu era nada até onde eu sou hoje, é a única pessoa que me acompanhou 100% até em competições, desde a primeira competição que ela foi, desde quando fui campeã “infantil A”⁸⁴ até campeonato brasileiro, pan-americano, mundial, tudo, até Olimpíada. Ela foi como uma segunda mãe. Dentro do esporte, ela é a pessoa que me conhece mais na vida esportiva. (2007, p.22)

⁸⁴ Categoria da GA dos 10 aos 12 anos de idade



CAROLINE MOLINARI⁸⁵

⁸⁵ Foto 4: cedida pela ginasta [200-].



Caroline Inácio Molinari⁸⁶, ex-ginasta, participante dos Jogos Olímpicos de Atenas (2004), solteira, professora de Educação Física, atualmente trabalhando como técnica das equipes de base da Associação do Pessoal da Caixa Econômica Federal (APCEF). Caroline foi entrevistada no dia 23 de janeiro de 2007, com 20 anos, na casa de seus pais, em Curitiba, onde mora e trabalha

Nasceu em 13 de outubro de 1986, e iniciou a ginástica artística em 1991, aos cinco anos de idade na Praça Oswaldo Cruz em Curitiba, por causa de problemas ortopédicos, como ela mesma explica:

[...] porque eu [...] tinha os dois pés para dentro, [...] então o médico disse que eu tinha que fazer alguma atividade, e minha mãe me colocou no ballet, mas eu [...] não queria. Via na TV as meninas fazendo ginástica e ficava falando: ginástica, ginástica, e minha mãe me colocou (2007, p.1).

Praticou natação e GA simultaneamente durante os primeiros anos de treino na ginástica, mas acabou então optando pela GA. Sempre treinou em instituições de Curitiba ligadas à sede da Confederação Brasileira de Ginástica, com diferentes técnicos e encerrou sua carreira desportiva em 14 de fevereiro de 2005, aos 18 anos de idade.

Tem como principais títulos ou classificações:

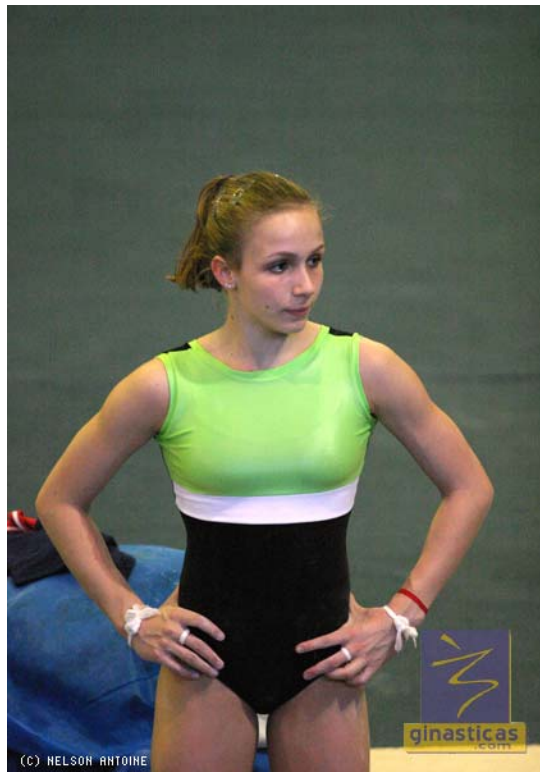
⇒ integrante da equipe 9ª colocada nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004)

⁸⁶ Fonte de ambas as fotos 5 e 6: www.ginasticas.com – Campeonato Brasileiro/2004 – Porto Alegre-SP

- ⇒ campeã brasileira na categoria juvenil e adulta (idade de 13 a 15 anos)
- ⇒ seis vezes campeã brasileira na prova de barras paralelas assimétricas
- ⇒ vice-campeã sul-americana individual geral
- ⇒ integrante da equipe 3ª colocada nos Jogos Pan-americanos de 2003

Destaca como grande influência, na sua conquista da vaga para os JO de Atenas, a técnica Iryna Ilyashenko:

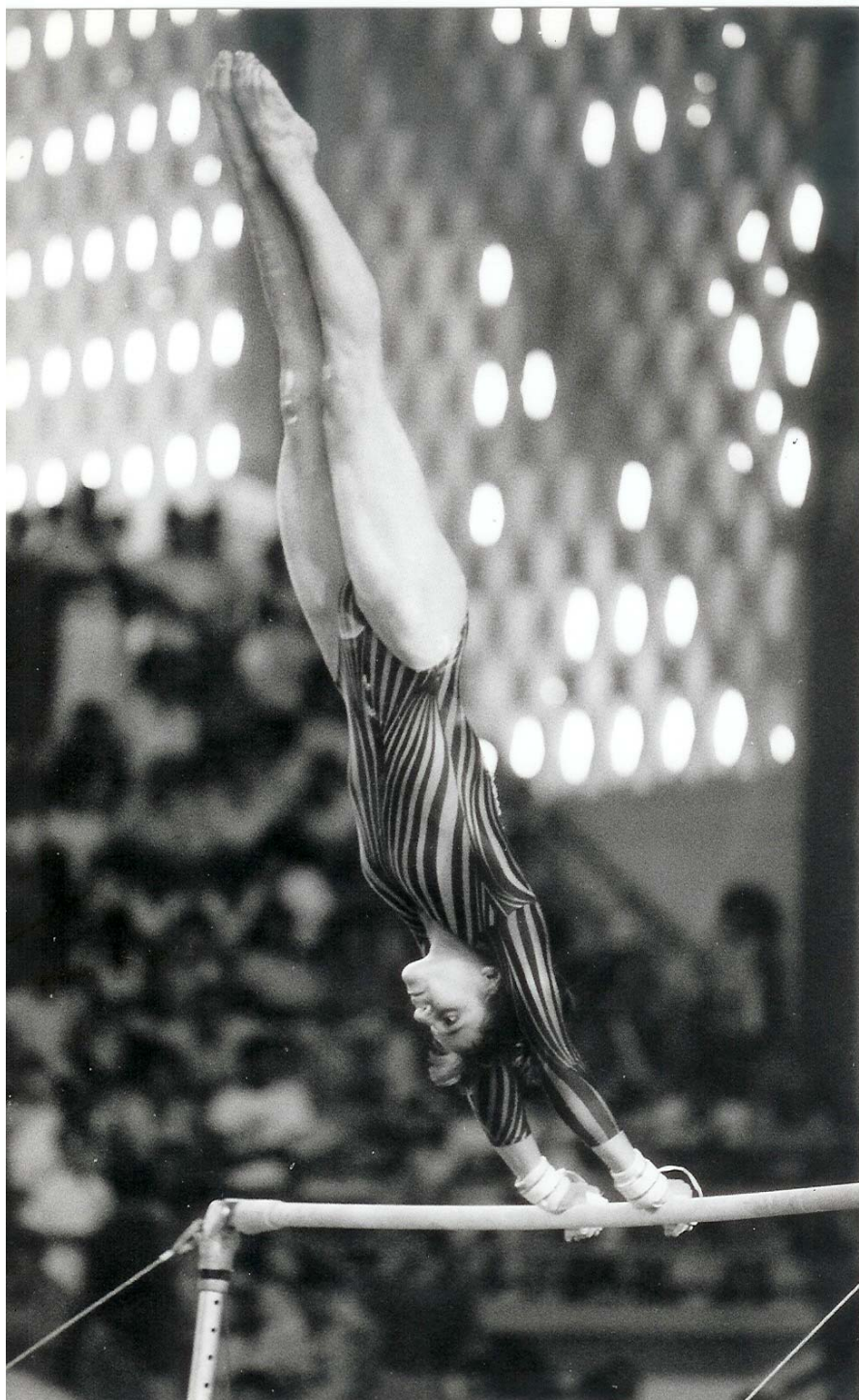
Para mim ela ainda é um exemplo, porque quando ela chegou eu não sabia fazer nem ‘giro parar frente’⁸⁷. Eu era muito fraca! Um ano depois eu já estava fazendo cubital⁸⁸, largada⁸⁹, então eu melhorei muito rápido. Não é que eu era uma ginasta fraca... eu não tinha sido explorada ainda em tudo o que eu podia fazer, acho que ela foi essencial para mim.



⁸⁷ Exercício básico para outros aprofundamentos nas barras assimétricas, mas de dificuldade baixa.

⁸⁸ Exercício importante nas barras assimétricas, de dificuldade média e que possibilita outros exercícios de maior dificuldade.

⁸⁹ Exercício de voo nas barras assimétricas, obrigatório em campeonatos oficiais (exigência) de dificuldade alta.

LUISA PARENTE⁹⁰

⁹⁰ Fonte da Foto 7: cedida pela ginasta – Campeonato Pan-americano Cuba/1991



Luisa Parente Ribeiro Rodrigues de Carvalho⁹¹, ex-ginasta, participante de dois Jogos Olímpicos de Seul, em 1988, e de Barcelona, em 1992. Atualmente trabalhando como supervisora de centros de iniciação à GA que levam seu nome. Luisa foi entrevistada no dia 29 de janeiro de 2007, prestes a completar 35 anos, em sua própria casa, na Gávea, Rio de Janeiro. Ela nasceu no dia 01 de fevereiro de 1973, no Rio de Janeiro, onde sempre residiu.

É formada em Direito e Educação Física. Já atuou profissionalmente nas duas áreas, foi coordenadora de eventos do Ministério dos Esportes em 2002, estando atualmente mais na Educação Física, ainda com sua modalidade, inclusive como comentarista da rede Bandeirantes de televisão.

Iniciou-se na GA aos seis anos de idade, após brincar durante algum tempo ao lado da quadra de ginástica do Clube Flamengo, à espera de seu irmão Afonso, que praticava GA também.

Encerrou sua carreira esportiva aos 22 anos de idade, em 1995, após o Pan-americano de Mar del Plata, sempre representando o Clube de Regatas do Flamengo, na cidade do Rio de Janeiro.

Seus principais títulos ou classificações são:

⁹¹ Fonte da Foto 8: cedida pela ginasta – Campeonato Nacional no Clube de Regatas do Flamengo/[1987?]

- ⇒ Sete vezes campeã brasileira consecutiva de 84 a 90
- ⇒ Medalha de bronze no Pan-americano de 1987 nas Barras Paralelas Assimétricas
- ⇒ Medalha de ouro no Pan-americano de 1991 na prova de Salto e de Paralelas novamente.
- ⇒ Classificada em 35º. lugar em Seul/1988

Luisa⁹² é casada, tem um casal de filhos e destaca como grande incentivadora na sua carreira desportiva sua mãe, como explica:

E sobre uma grande influência na minha carreira, que poderia falar por mim... justamente a minha mãe. A minha mãe, apesar de ela falar que é minha outra mãe, porque eu passei mais tempo com a outra⁹³, e que eu tenho o jeito da outra, mas certamente ela me conhece muito.



⁹² Fonte da Foto 9: cedida pela ginasta – JO Barcelona/1992

⁹³ Técnica Georgette Vidor

TATIANA FIGUEIREDO⁹⁴

⁹⁴ Fonte da Foto 10: cedida pela ginasta – treinamento em Oklahoma/EUA – [1986?]



Tatiana Cano Figueiredo⁹⁵, ex-ginasta, participante dos Jogos Olímpicos de Los Angeles em 1984. Sempre trabalhou em sua própria academia especializada em Trampolim acrobático e GA, existente desde 1985, que leva seu nome. Foi entrevistada no dia 30 de janeiro de 2007, em sua própria casa no Recreio dos Bandeirantes, no Rio de Janeiro.

Ela nasceu no dia 29 de junho de 1968, no Rio de Janeiro, é formada em Educação Física e mestre em Promoção da Saúde, ambos cursados nos EUA. Atualmente é técnica de Trampolim acrobático.

Iniciou-se na GA aos sete anos de idade⁹⁶, em São Paulo, cidade para qual seu pai foi transferido. Seu irmão fazia natação no Esporte Clube Pinheiros e ela pediu para a mãe colocá-la na GA, estimulada por imagens das ginastas de destaque internacional, como Nádya Comaneci, na televisão. Após aproximadamente dois anos, seu pai foi novamente transferido para o Rio de Janeiro e a professora do clube Pinheiros indicou o Tijuca Tênis Clube do Rio de Janeiro e a professora Berenice Arruda, onde Tatiana deu continuidade à sua carreira como ginasta. Em 1982 foi treinar nos EUA com Dick Monvisiel, no melhor centro de ginastas da época, onde se preparou para os JO de Los Angeles em 1984.

⁹⁵ Fonte da Foto 11: Campeonato Brasileiro em Porto Alegre em [1986?]

⁹⁶ Não tem certeza da data.

Encerrou sua carreira desportiva aos 20 anos de idade, em 1988, após retornar aos EUA e cursar universidade norte-americana como ginasta.

A ex-ginasta destaca seus principais títulos ou classificações:

- ⇒ Campeã Brasileira Adulta;
- ⇒ Medalha de bronze por equipe no Campeonato Pan-americano em 1983;
- ⇒ 27º. colocada nos Jogos Olímpicos de Los Angeles em 1984.

Tatiana⁹⁷ é casada, tem um casal de filhos e destaca como incentivadores de sua carreira desportiva:

Eu acho que apesar de tudo, aqui no Brasil eu tive uma boa base, apesar de poucos recursos. Eu tive a Berenice que fez um trabalho bom de base. Quando eu cheguei aos Estados Unidos, lógico que é outro nível. Eu fui lá treinar com as melhores. [...] Então o nível lá era outro. Mas eu tinha uma base boa para poder me preparar, para conseguir chegar lá e fazer os outros elementos. Então isso foi muito importante na minha carreira. E lógico... O apoio dos meus pais. Se eles não tivessem bancado isso tudo, provavelmente eu teria ficado pelo caminho (p. 5).



⁹⁷ Fonte da Foto 12: cedida pela ginasta – aquecimento para competição em Oklahoma/EUA – [1986?]

ANA PAULA RODRIGUES⁹⁸

⁹⁸ Fonte da Foto 13: www.ginasticas.com – Copa do Mundo/São Paulo – Brasil/2005



Ana Paula Rodrigues⁹⁹, ex-ginasta, participante dos Jogos Olímpicos de Atenas (2004), solteira, estudante de Educação Física e atualmente estagiária na área de ginástica e musculação em academias de Curitiba, onde reside. Foi entrevistada no dia 26 de maio de 2007, com 19 anos, na casa de seus pais, com quem mora.

Nasceu em 20 de janeiro de 1988, e iniciou a ginástica artística em 1993, de quatro para cinco anos de idade¹⁰⁰ na Praça Oswaldo Cruz em Curitiba, por causa de problemas de saúde. Ela tinha bronquite e sua mãe, passando em frente ao local das aulas, pensou que poderia ajudar na sua recuperação e a inscreveu nas aulas de GA.

Sempre treinou em instituições de Curitiba ligadas à sede da Confederação Brasileira de Ginástica, com diferentes técnicos e encerrou sua carreira desportiva após completar 18 anos, no início de 2006.

Tem como principais títulos ou classificações:

- ⇒ integrante da equipe 9ª colocada nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004) e 26º lugar individual geral;
- ⇒ Vice-campeã nos Jogos Sul-americanos, em 2002, em Curitiba.

⁹⁹ Fonte de ambas as Fotos 14 e 15: www.ginasticas.com – Campeonato Brasileiro – 2004/ Porto Alegre-RS

¹⁰⁰ Não tem certeza da idade de início, mas pensa ser 1993.

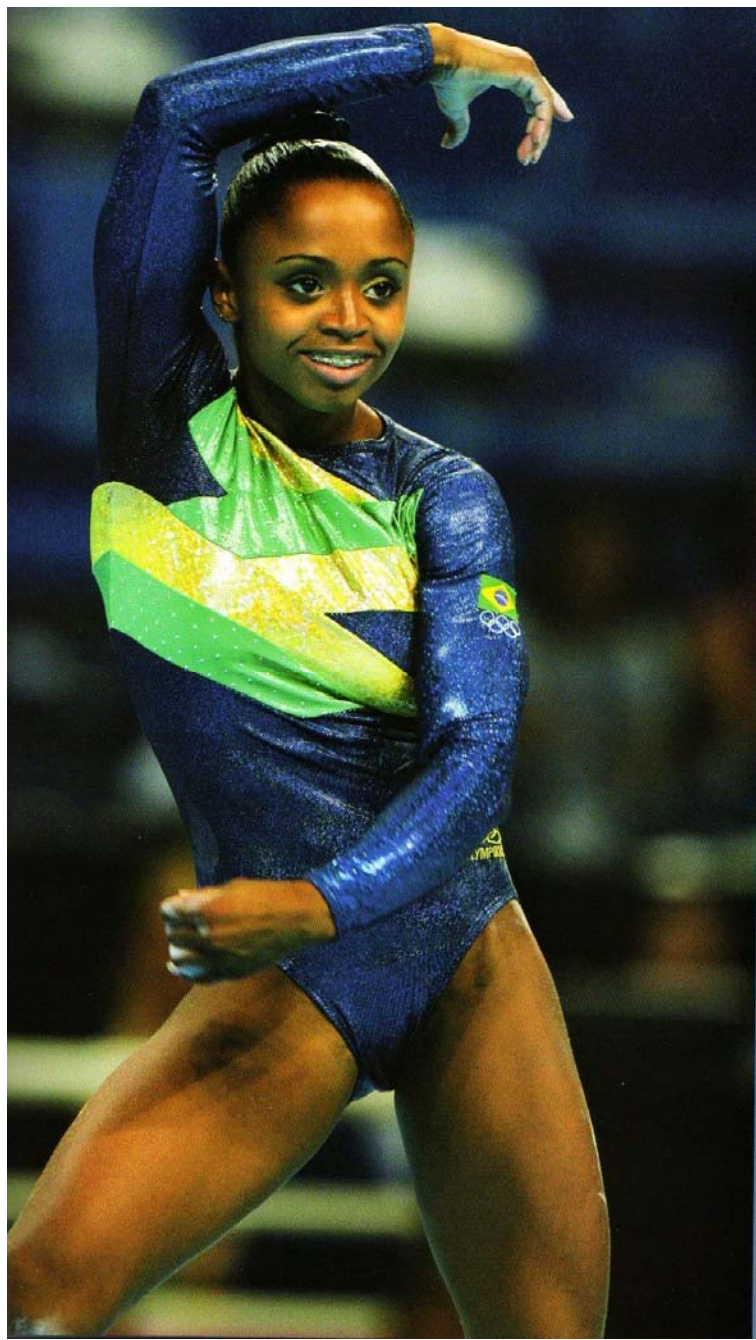
- ⇒ Campeã pan-americana individual geral, na Trave de equilíbrio, nas Barras Assimétricas e no Solo e medalha de prata na prova de Salto no Campeonato Pan-americano na Costa Rica em 1998;
- ⇒ Medalha de bronze por equipe e finalista de Barras Assimétricas no Jogos Pan-americanos de Santo Domingo.

É bastante abrangente ao destacar as principais influências nas suas conquistas como ginasta:

Acho que foi determinante para chegarmos neste nível a estrutura da aparelhagem que a gente tinha, que era uma das melhores do mundo. Os treinadores que eram o Oleg Ostapenko que é dos melhores do mundo, que levou várias atletas olímpicas. Eu acho que... tudo. Fisioterapia, Psicologia, Nutrição. Acho que cada um tinha uma coisinha que nos levou até lá (p. 9).



DAIANE DOS SANTOS¹⁰¹



¹⁰¹ Fonte da Foto 16: cedida pela ginasta – Jogos Olímpicos de Atenas/2004



Daiane Garcia dos Santos¹⁰², participante dos Jogos Olímpicos de Atenas (2004) e Pequim (2008), solteira, finalizando o curso de Educação Física e ainda atuante como ginasta da seleção brasileira. Foi entrevistada no dia 28 de setembro de 2007, com 24 anos, em seu escritório em Curitiba, cidade que residia na época, em seu próprio apartamento, devido aos treinamentos para os Jogos Olímpicos com a seleção brasileira¹⁰³.

Nasceu em 10 de fevereiro de 1983, e iniciou a ginástica artística em 1995, aos 11 para 12 anos de idade¹⁰⁴ no CIEP, em Porto Alegre, escola em que estudava, tendo sido descoberta pela professora do local que a convidou para fazer as aulas de GA.

A partir desta instituição, foi indicada para o clube Grêmio Náutico União na mesma cidade, onde permaneceu quase toda a sua carreira, ao lado da técnica Adriana Alves. Atualmente defende o Esporte Clube Pinheiros, em São Paulo, que a contratou a partir do ano de 2008, onde mora depois do retorno dos JO de Pequim.

Entre seus principais títulos ela destaca a medalha de ouro no Solo no Campeonato Mundial Pré-Olímpico, nos Estados Unidos, em 2003, que a projetou como ídolo nacional. Foi finalista da prova de Solo dos JO de Atenas e Pequim e integrante da equipe 9ª colocada nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004).

Entre as principais influências nas suas conquistas ela destaca a técnica Adriana Alves: “A pessoa que mais sabe sobre a minha carreira esportiva é a Adri. Acho que se tivesse que pegar uma pessoa para contar¹⁰⁵, seria ela com certeza” (p.19).

¹⁰² Fonte da Foto 17: www.ginasticas.com – Copa do Mundo/Rio de Janeiro – Brasil/2004

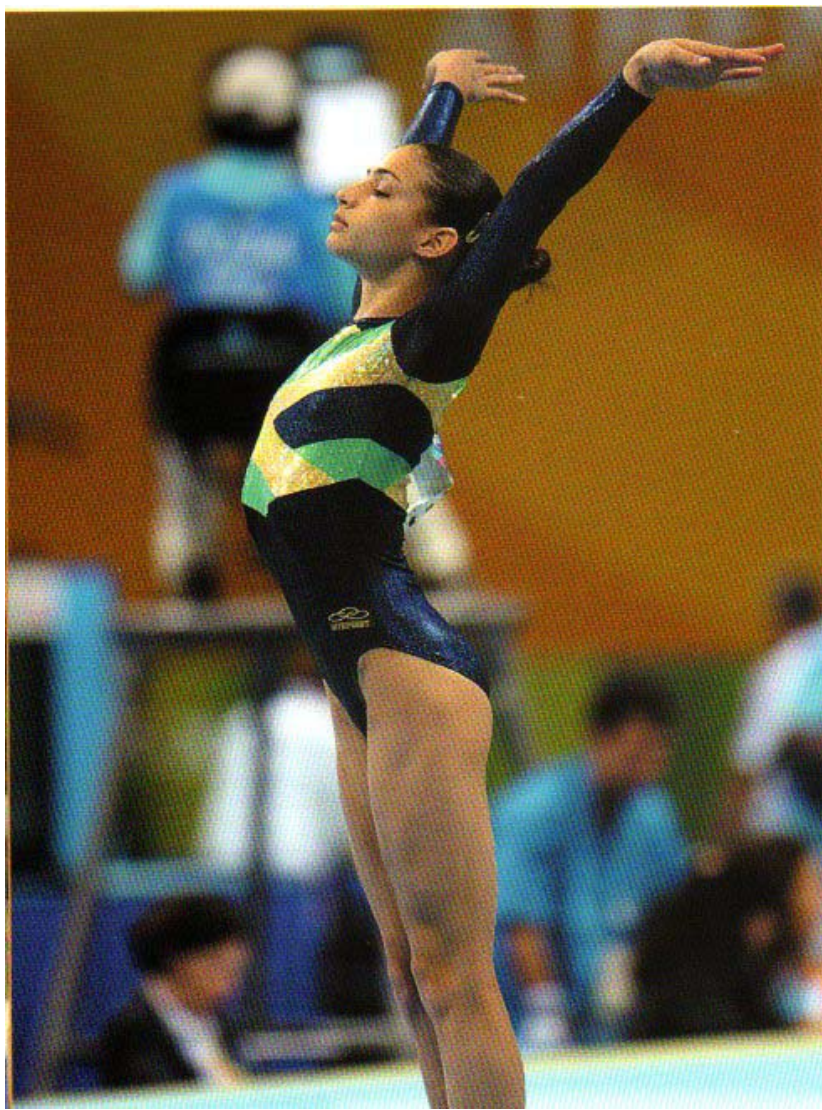
¹⁰³ Os treinamentos para os JO de Atenas e Pequim foram realizados em Curitiba, em regime chamado de Seleção permanente”, no qual as ginastas moram na cidade”e dedicam-se integralmente para isso.

¹⁰⁴ Não tem certeza da idade de início, mas pensa ser 1995.

¹⁰⁵ sobre a vida desportiva dela



¹⁰⁶ Fonte da Foto 18: cedida pela técnica Adriana Alves – Circuito Brasil Olímpico de GA/2002.

LAÍS SOUZA¹⁰⁷

¹⁰⁷ Fonte da Foto 19: cedida pela ginasta: Jogos Olímpicos de Atenas/2004



Laís da Silva Souza¹⁰⁸, participante dos Jogos Olímpicos de Atenas (2004) e Pequim (2008), solteira, tendo finalizado ensino médio e com pretensões de cursar Educação Física, ainda é ginasta atuante da seleção brasileira. Foi entrevistada no dia 28 de setembro de 2007, com 18 anos, na casa mantida pela CBG para as ginastas da seleção brasileira em Curitiba, cidade em que residia na época.

Nasceu em 13 de dezembro de 1988, em Ribeirão Preto e iniciou a ginástica artística aos 4 anos de idade e nesta mesma cidade, no Ginásio da Cava do Bosque, onde seu irmão fazia judô. Ao lado do judô aconteciam as aulas de GA e ela pediu para a mãe colocá-la. A partir disso, passou por várias entidades, entre elas o COC/Ribeirão Preto, Prefeitura Municipal de São Caetano e associações desportivas ligadas à CBG. Atualmente representa o Esporte Clube Pinheiros, que a contratou em 2008, em São Paulo, onde reside após o retorno dos JO e finalização do estágio na “seleção permanente”.

Como principais títulos ela destaca:

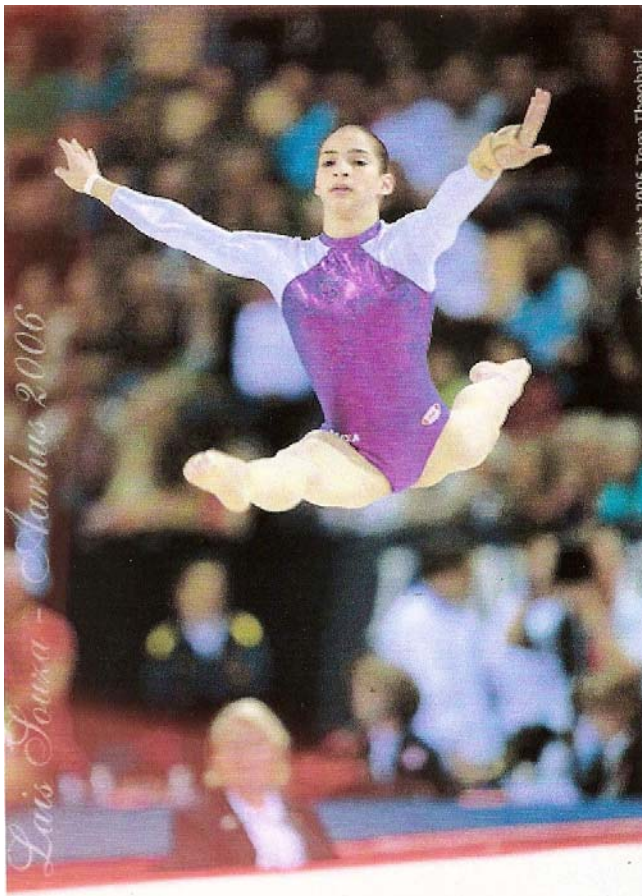
- ⇒ 8º lugar por equipe, no Campeonato Mundial nos EUA (primeira classificação por equipe do Brasil para JO)
- ⇒ Medalha de prata na prova de Salto na Copa do Mundo de Paris, em 2005;

¹⁰⁸ Fonte da Foto 20: Arquivo pessoal da ginasta - 2004

- ⇒ Medalha de prata na prova de Salto e bronze no Solo na Grande Final Anual da Copa do Mundo em 2006.
- ⇒ Medalha de bronze na prova de Salto, nas Barras Assimétricas e por equipe nos Jogos Pan-americanos de 2007 no Rio de Janeiro;
- ⇒ Integrante da equipe 9ª colocada nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004) e 8ª em Pequim (2008).

Entre as principais influências nas suas conquistas ela destaca os técnicos:

Acho que a partir do momento que eu entrei na seleção e quem foi essencial para mim, foi o Oleg. Ele e a mulher dele, a Nádía. Antes eu acho que minha família bastante e os técnicos também. É que técnico é uma coisa, que você depende dele, e ele depende de você. Porque você vai mostrar o trabalho que ele te passou (p.12).

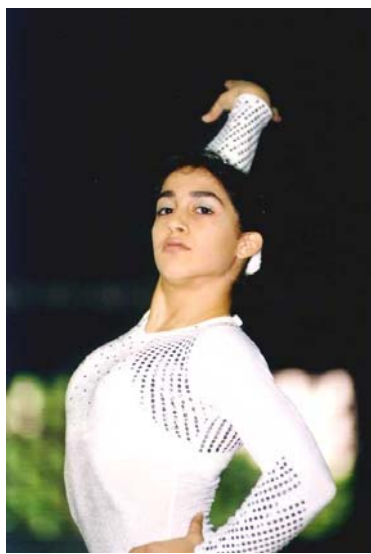


109

¹⁰⁹ Fonte da Foto 21: cedida pela ginasta - Copa do Mundo/2006

DANIELE HYPÓLITO¹¹⁰

¹¹⁰ Fonte da Foto 22: cedida pela ginasta - JO de Pequim/2008



Daniele Matias Hypólito¹¹¹, participante dos Jogos Olímpicos de Sidney (2000), Atenas (2004) e Pequim (2008), solteira, cursando Educação Física e ainda atuante como ginasta da seleção brasileira. Foi entrevistada no dia 29 de setembro de 2007, com 23 anos, em área reservada próxima ao ginásio de treinamento em Curitiba, cidade em que residia na época devido aos treinamentos para os Jogos Olímpicos com a seleção brasileira¹¹².

Nasceu em 08 de setembro de 1984, e iniciou a ginástica artística em 1989, aos 5 anos de idade¹¹³, quando foi descoberta, brincando de fazer ginástica no quintal de sua casa em Santo André/SP, inspirada por imagens da TV de Nádia Comaneci e Luisa Parente, e foi vista por um técnico de GA que passava pelo local e a convidou para iniciar-se na modalidade.

Daniele iniciou e realizou seus treinamentos no Sesi de Santo André durante 5 anos, quando a própria técnica a indicou para a Academia Yashi em São Paulo em 1994, onde permaneceu por apenas um ano e onde conheceu a técnica Georgette Vidor, que a levou para o Clube de Regatas do Flamengo e a treinou até 2002. Daniele representa o Clube de Regatas do Flamengo desde os seus primeiros títulos de destaque na modalidade até os dias atuais.

Entre seus principais títulos destaca:

⇒ 4º lugar individual geral no Campeonato Mundial de Ghent (2001) na Bélgica;

¹¹¹ Fonte da Foto 23 e 24: arquivo pessoal da ginasta. Não foi possível descobrir onde e quando foram registradas

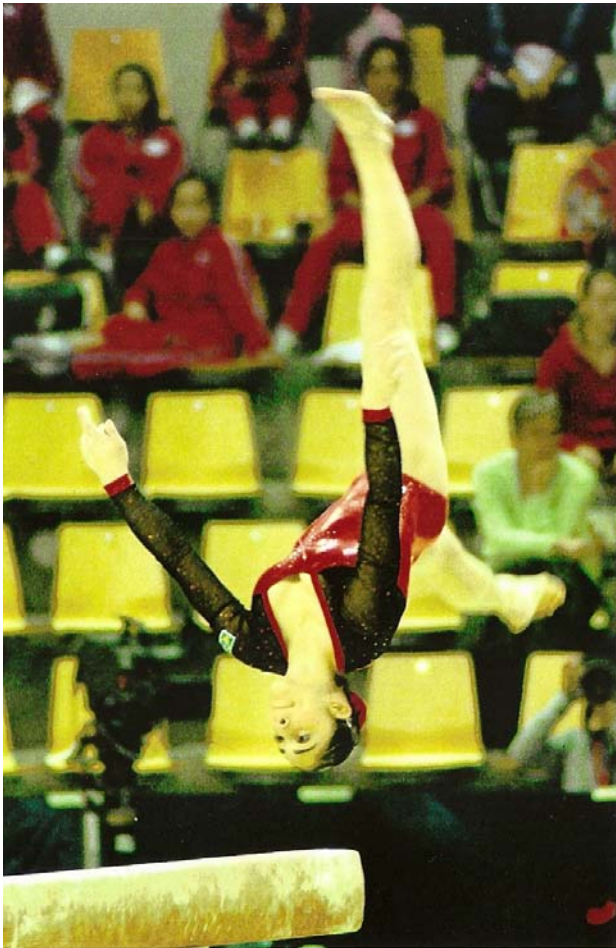
¹¹² Os treinamentos para os JO de Atenas e Pequim foram realizados em Curitiba, em regime chamado de Seleção permanente”, no qual as ginastas moram na cidade”e dedicam-se integralmente para isso.

¹¹³ Não tem certeza da idade de início, mas pensa ser 1995.

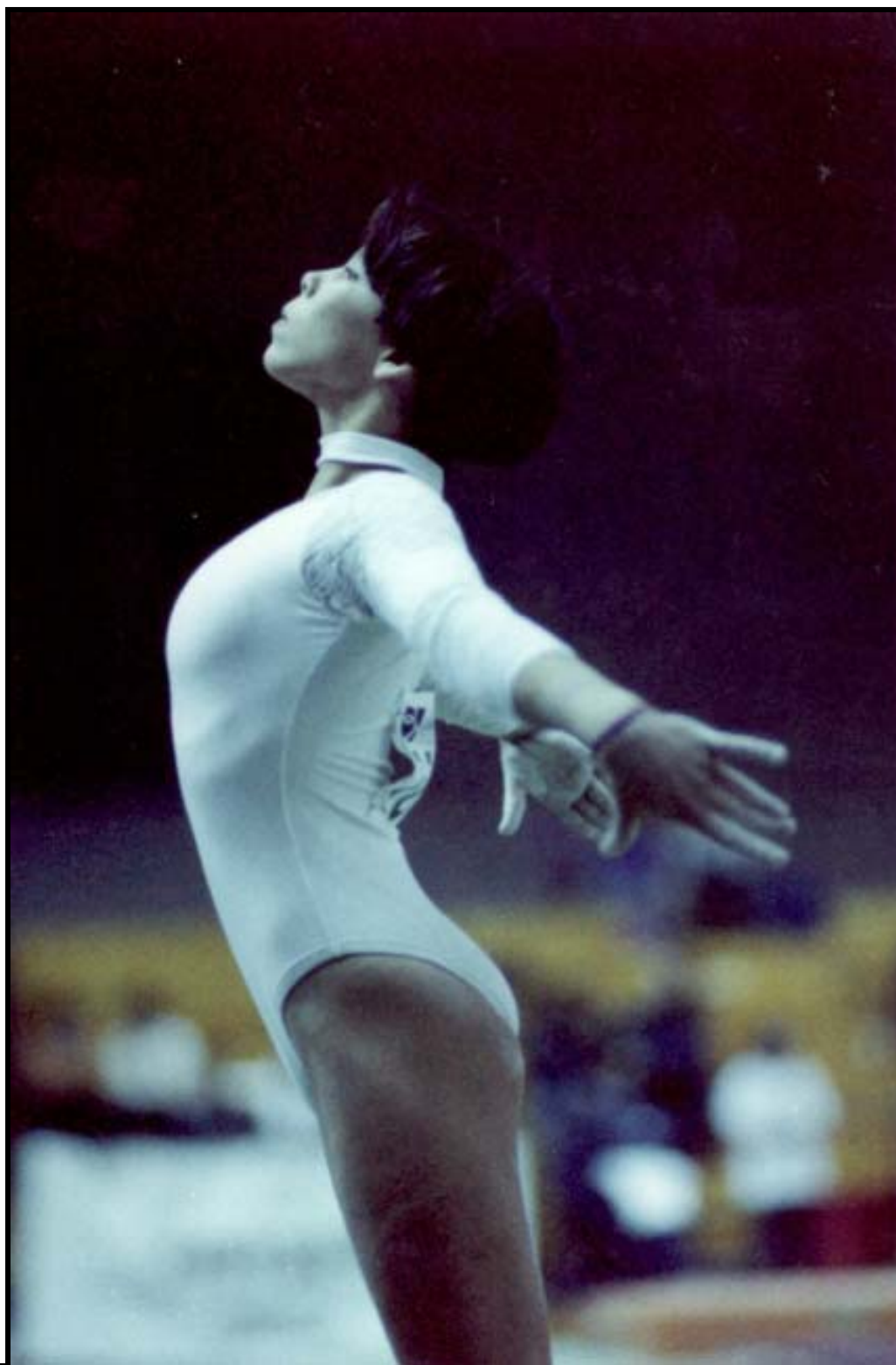
- ⇒ Medalha de prata na prova de Solo no mesmo CM na Bélgica (2001); primeira medalha em CM do Brasil;
- ⇒ 12º colocada individual geral dos JO de Atenas (2004);
- ⇒ Oito vezes campeã brasileira e uma vez vice-campeã¹¹⁴.

Entre as principais influências nas suas conquistas ela destaca a família:

Acho que minha família sempre foi muito importante e continua sendo porque, a minha família, ela está comigo. Momentos bons e momentos ruins. E eu sei que se eu estiver num momento bom, eles vão estar porque estão felizes com a minha vitória, e se eu não estiver num momento bom, eles vão estar comigo para me ajudar a melhorar. Então, acho que a minha família é muito importante e eu tenho um privilégio. Eu sou uma pessoa privilegiada de poder sempre viajar com meu irmão que eu sempre digo, “meu irmão não é só o meu irmão”, [...] eu sei que eu posso contar com ele para tudo (p.14).



¹¹⁴ A primeira vez que Daniele foi campeã brasileira adulta, aos 12 anos de idade, ainda pertencia à categoria infantil.

SORAYA CARVALHO¹¹⁵

¹¹⁵ Fonte da Foto 25: cedida pela ginasta - Copa Internacional/Canadá - 1995



Soraya Iida Carvalho¹¹⁶, ex-ginasta, classificada para os Jogos Olímpicos de Atlanta em 1996, é solteira e atualmente trabalhando no COB nos departamentos de Solidariedade Olímpica e no Instituto Olímpico. Soraya foi entrevistada no dia 25 de julho de 2008, aos 29 anos. Ela nasceu no dia 17 de dezembro de 1978, em Brasília/DF.

É formada em Educação Física, com mestrado defendido em 2007 na mesma área. Profissionalmente atuou por cinco anos como professora de GA em Brasília, foi técnica da modalidade em Curitiba durante um ano e meio e depois foi convidada para trabalhar na comissão organizadora dos Jogos Pan-americanos 2007 no Rio de Janeiro, sendo efetivada pelo COB para as funções que atualmente desempenha, mencionadas anteriormente.

Iniciou a GA aos seis anos de idade, após ser levada pelo seu pai, professor de Educação Física, para assistir a um campeonato em Brasília. Após esse dia, seu pai, que possuía uma academia de judô, implantou aulas de GA, e foi nela que Soraya iniciou sua carreira desportiva. Permaneceu durante cinco anos em Brasília, tendo o pai como técnico. Posteriormente passou rapidamente pelo Esporte Clube Pinheiros/SP e em seguida direcionou-se para o Clube de Regatas do Flamengo/RJ, onde treinou com a técnica Georgette Vidor até o encerramento de sua carreira desportiva, aos 19 anos, em 1995, devido a uma grave lesão na perna às vésperas do JO, o que a impossibilitou de competir em Atlanta (1996), no campeonato para o qual se preparou por muitos anos.

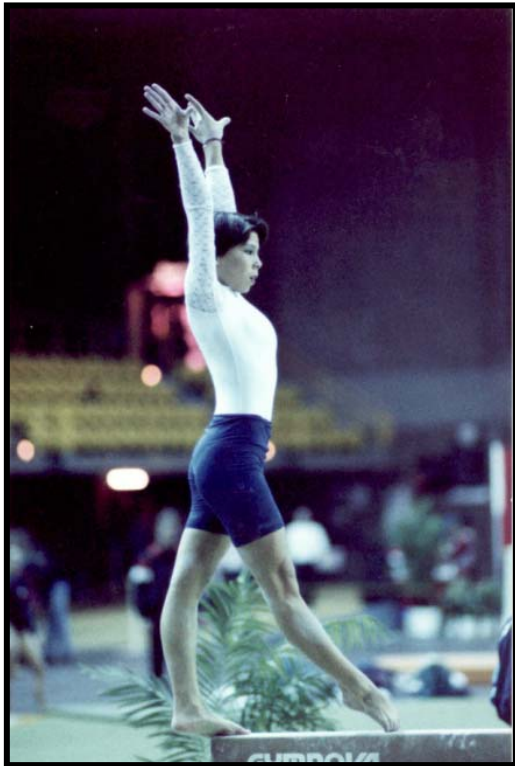
Os principais títulos ou classificações destacados por Soraya Carvalho:

¹¹⁶ Fonte da Foto 26: arquivo pessoal da ginasta/2008

- ⇒ Foi campeã brasileira em todas as categorias desde pré-infantil, passando por infantil, juvenil e adulta.
- ⇒ 9ª colocada na prova de Trave de equilíbrio no Campeonato Mundial de Porto Rico;
- ⇒ 35º lugar individual geral no CM pré-olímpico de 1995;
- ⇒ Campeã Pan-americana;
- ⇒ Campeã sulamericana;
- ⇒ Vice-campeã Ibero-americana;
- ⇒ Classificada para os JO.

Soraya¹¹⁷ destaca entre as principais influências determinantes na sua carreira:

Acho que o que foi determinante para eu chegar na Olimpíada foi meu pai. Sem ele, eu acho que teria desistido já há muito tempo. Acho que Anatóli¹¹⁸, acho que a estrutura do Flamengo, a própria Georgette foi, e o Casemiro. O Anatóli, Casemiro, Georgette e meu pai, de treinadores, eles foram determinantes. E a estrutura do Flamengo. A estrutura, talvez já da CBG de poder financiar os custos das passagens também (p.17).



¹¹⁷ Fonte da Foto 27: cedida pela ginasta: Copa Internacional/Canadá - 1995

¹¹⁸ Técnico russo que a treinou no Clube de Regatas do Flamengo

CLÁUDIA MAGALHÃES¹¹⁹



¹¹⁹ Fonte da Foto 28: cedida pela ginasta – Campeonato Brasileiro Interclubes - 1979



Cláudia de Paula Magalhães Borges do Carmo¹²⁰, ex-ginasta, classificada para os Jogos Olímpicos de Moscou em 1980, é casada com um ex-ginasta e técnico de GA, tem três filhos e atualmente é proprietária, juntamente com seu marido, de uma academia de condicionamento físico nos EUA. Cláudia foi entrevistada no dia 23 de setembro de 2008, aos 46 anos. Ela nasceu no dia 27 de janeiro de 1962, no Rio de Janeiro/RJ.

É formada em Educação Física e profissionalmente atuou como técnica de GA das categorias de base do Clube de Regatas do Flamengo e de academias norte-americanas, foi proprietária de academia de GA nos EUA, no Brasil e corretora de imóveis nos EUA.

Iniciou-se na GA aos 12 anos de idade, após pedir e ser levada às aulas de ginástica por sua irmã. Após esse dia, Cláudia declara ter se apaixonado pela GA, e treinou durante sete anos aproximadamente na Universidade Gama Filho/RJ e posteriormente no Clube de Regatas do Flamengo, onde encerrou sua carreira em 1985.

Destaca como seus principais títulos ou classificações:

- ⇒ primeira ginasta a representar o Brasil nas Olimpíadas em Moscou (31^a classificada);
- ⇒ integrante da equipe medalha de bronze nos Jogos Pan-americanos de Caracas em 1983;
- ⇒ participação em quatro campeonatos mundiais;
- ⇒ Oito vezes campeã brasileira por equipes;

¹²⁰ Fonte da Foto 29: cedida pela ginasta: Jornal dos Esportes – 01/10/1975

⇒ Três vezes vice-campeã brasileira individual geral.

Cláudia¹²¹ ressalta entre as principais influências na sua carreira principalmente seu técnicos, sobre os quais sempre fala com bastante consideração:

Influências na minha carreira sempre foram os meus treinadores, eu também gostei muito de treinar com o Mario César, a Cláudia, até o Henrique que foi meu 1º técnico, foi um amor, e quando eu mudei para o Flamengo, quem me ajudou muito o conhecimento do Sergio Jatobá e a Lílian, que era minha colega de equipe. E ela foi minha técnica no Flamengo, deu muito prazer essa experiência, e o apoio da minha família, dos meu pais, meus irmãos e do meu marido, que sempre estava comigo também, na época meu namorado (p.23).



¹²¹ Fonte da Foto 30: cedida pelo técnico Mário César de Carvalho – JO de Moscou/1980

3.3. ANÁLISE DOS DADOS PELO MÉTODO COMPARATIVO

A análise da pesquisa foi realizada a partir dos dados coletados pela pesquisa de campo nos depoimentos das colaboradoras. Posteriormente, as informações de cada ginasta foram cruzadas para ser possível estabelecer relações entre elas e, a partir disso, confrontá-las, destacando e refletindo sobre as diferenças e, principalmente, as semelhanças da formação desportiva das ginastas.

Primeiramente, os arquivos foram fichados e organizados em algumas categorias apontadas em cada uma das textualizações, categorias baseadas no roteiro que orientou a coleta de informações dos depoimentos, bem como outras que emergiram no decorrer do processo. Esse trabalho é apresentado sempre em ordem cronológica em relação à realização das entrevistas, pois segundo von Simson¹²², o pesquisador não se despe das informações obtidas em cada entrevista e, portanto, utiliza-se de dados das entrevistas já realizadas para reelaborar as questões para as próximas coletas.

Cada uma das categorias levantadas foram separadas em arquivos diferentes, denominados tópicos de análise, em cada um dos quais constam os relatos e registros das diferentes ginastas sobre um mesmo tema. Cada “recorte” do discurso de cada ginasta foi identificado com o seu nome e a página de sua textualização. A partir disso foi feita a análise e discussão dos dados dos depoimentos, utilizando-se do embasamento proveniente das informações levantadas na literatura estudada, discordando, confirmando, ou mesmo oferecendo colaborações com novas abordagens.

Posteriormente, em cada tópico de análise foi realizado o agrupamento dos depoimentos das ginastas, que foram divididas em três grupos:

1. **Grupo das ginastas pioneiras:** foram incluídos nesse grupo os depoimentos de Cláudia Magalhães, Tatiana Figueiredo e Luisa Parente. Elas foram as primeiras ginastas que representaram o Brasil em JO, principalmente na década de 1980. Essas ginastas, em relação às das gerações posteriores, viveram situações de menor apoio dado ao sistema de treinos, no que se refere às condições financeiras, material e de recursos humanos. Houve carência de apoio nesses aspectos, tanto em seus clubes, como também na seleção

¹²² Informação verbal durante aula na disciplina de História Oral/FE-UNICAMP - 2005

brasileira. Naquele momento a CBG ainda não havia conseguido se estruturar adequadamente. Essas ginastas buscavam uma boa participação nos JO, no entanto sem chances concretas de disputa de medalhas, ou mesmo de uma final olímpica.

2. Grupo das ginastas de transição: esse grupo viveu uma fase sem apoios e estrutura, num determinado momento, semelhante ao que foi experimentado pelas ginastas pioneiras, contudo, posteriormente elas tiveram a oportunidade de viver uma fase de maior apoio. As ginastas desse grupo, inclusive, participaram das primeiras conquistas brasileiras de destaque nas competições internacionais; Fizeram parte desse grupo: Soraya Carvalho, Daniele Hypólito, Camila Comin e Daiane dos Santos.

3. Grupo das ginastas da nova geração: fazem parte desse grupo as ginastas que desde que chegaram à seleção brasileira já se depararam com condições de excelência para uma adequada preparação desportiva, nos moldes de potências mundiais que disputam medalhas em CM e JO. Fizeram parte desse grupo: Laís Souza, Caroline Molinari e Ana Paula Rodrigues.

3.4. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DEPOIMENTOS

Os tópicos de análise, apresentados a seguir, foram ordenados em 14 temas; cada um desses temas forneceu subsídios para a construção da análise dos depoimentos na tentativa de desvelar quais foram os elementos-chaves do processo de formação desportiva de ginastas brasileiras:

1. Detecção e Iniciação desportiva na Ginástica Artística
2. Participação em outras modalidades desportivas
3. Ídolos
4. Condições de infra-estrutura dos treinamentos na Ginástica Artística
5. Estrutura e organização dos treinamentos
6. Aspectos nutricionais relacionados à carreira de ginasta
7. Aspectos psicológicos relacionados à carreira de ginasta

8. Lesões ao longo da carreira desportiva
9. A participação nos Jogos Olímpicos
10. Relação entre o(s) técnico(s) e a ginasta
11. Apoio familiar e a Ginástica Artística
12. Condições Financeiras na carreira como ginasta
13. Influências determinantes na carreira das ginastas
14. Encerramento da carreira desportiva na GA

3.4.1. DETECÇÃO E INICIAÇÃO DESPORTIVA NA GINÁSTICA ARTÍSTICA

O processo de detecção de talento e iniciação desportiva das dez ginastas colaboradoras desta pesquisa possui muitas semelhanças. Oito das ginastas iniciaram-se na modalidade entre quatro e sete anos de idade, e apenas duas tiveram sua iniciação desportiva na GA com mais de dez anos de idade. Luisa Parente, Soraya Carvalho e Camila Comin iniciaram aos seis anos de idade, Daniele Hypólito, Caroline Molinari e Ana Paula Rodrigues aos cinco anos de idade, Laís Souza com quatro anos e, apenas Daiane dos Santos e Cláudia Magalhães com onze anos de idade.

Das dez ginastas estudadas apenas duas foram descobertas por professores de GA, que as viram brincando e as convidaram para praticar ginástica. Daniele Hypólito e Daiane dos Santos, reportam-se a esse fato:

Bom, minha carreira o início foi curioso, porque na época, passava alguns vídeos só da Nádia Comaneci na TV e a representante da época que eu assistia era a Luisa Parente. Então eu comecei a brincar de fazer ginástica, pegava o colchão da cama da minha mãe, colocava no quintal porque o quintal era bem grande e começava a brincar. E, por coincidência, passou um treinador do SESI de Santo André, o Reinaldo, que hoje em dia infelizmente não está com a gente mais. Ele me viu brincando e perguntou se eu queria fazer um teste no SESI de Santo André para entrar na escolinha. Eu fiz o teste e com três meses eu estava na equipezinha do SESI, treinando com a Patrícia Turina que inclusive é uma treinadora de São Paulo, Santo André, eu comecei lá (DANIELE HYPÓLITO, p.1).

Então eu comecei a fazer Ginástica em 95. Na CETE que é um centro do governo lá de Porto Alegre. Foi a Cleusa de Paula na verdade quem me encontrou... assim, quem me

descobriu. Ela era professora desse centro do governo lá. E na verdade esse centro do governo dividia espaço junto com a minha escola. Eu estudava no CIEP que era em Porto Alegre também. Nesse mesmo espaço, só que eu nunca tinha feito Ginástica. Eu estudava na escola, mas eu não participava da Ginástica. E ela me viu brincando numa pracinha com uma amiga depois da aula. E ela me convidou para fazer Ginástica. Eu fui. Comecei, fiquei um ano nesse centro, lá nesse CIEP. Depois de um ano eu fui treinar no Grêmio Náutico União (GNU). Eu comecei com onze anos (DAIANE DOS SANTOS, p.1).

Camila Comin foi também descoberta, mas pela professora de Educação Física da escola, que percebeu sua facilidade com habilidades desportivas e conscientizou a família:

então dentro da escola mesmo a professora de Educação Física já via que eu não era meio normal, que eu tinha muita energia, tinha muita facilidade de aprender as coisas muito rápido, então a professora ensinava um jogo... eu já dominava a turma e já liderava, desde pequena. Então a professora foi falando para minha mãe que eu tinha um dom e que eu tinha que aprender de qualquer forma um esporte, não só por brincadeira, mas para seguir mesmo uma carreira esportiva. (CAMILA COMIN, p.1)

Soraya Carvalho conta que foi levada a praticar a GA por influência de seu pai, que é professor de Educação Física. O pai de Soraya implantou a GA em sua própria academia, motivado por um campeonato da modalidade que assistiu:

Eu comecei, eu tinha seis anos na época e meu pai levou minhas duas irmãs e eu para um campeonato que teve ali em Brasília. Elas eram mais velhas, eu era só caçula. Meu pai é professor de Educação Física, só que ele era da área de Judô e... enfim, ele era envolvido com esporte. Então ele soube que ia ter um campeonato de ginástica na cidade e ele levou as filhas.

Chegou lá, aquela grande quantidade de criança, e o que chamou a atenção foi a Luisa (Parente). Nesse evento a Luisa ainda bem novinha, já estava competindo em Brasília. Ela se machucou, [...] foi para a arquibancada, e estava colocando gelo e nós fomos pegar um autógrafa. Meu pai tinha uma academia. Então, depois desse evento, que foi final de semana, praticamente, na semana seguinte, meu pai abriu Ginástica (Artística). Era a nova modalidade na academia (p.1).

Outras ginastas também foram levadas a iniciar a prática da GA pelos próprios pais e, além disso, relatam que foram influenciadas por irmãos que eram atletas: Tatiana Figueiredo, Luisa Parente e Laís Souza viam seus irmãos praticando algum desporto e viram a GA em instalações próximas, pedindo aos pais para fazerem a modalidade. O irmão de Tatiana fazia natação em um clube que oferecia aulas de GA; o irmão de Laís praticava judô cuja sala ficava ao lado das aulas de GA e o de Luisa era ginasta, como ela declara:

Bem, eu me recordo que antes de eu começar a treinar a ginástica aqui (Flamengo), eu ia assistir ao meu irmão treinar e ficava na grade, imitando os meninos mais velhos fazendo. Eu tinha cinco para seis anos. Porque na época, não se tinha essa cultura de praticar a iniciação da ginástica antes dos cinco anos. Então, eu não podia entrar. A matrícula na ginástica era só a partir dos seis anos. Então para entrar na escolinha eu tinha que esperar. Então eu ia só acompanhando ele. E mistura um pouco talvez na minha memória, também de eu terminar o meu treino mais cedo e continuar fazendo essa “ginástica” (na grade) ainda esperando ele terminar o dele. O que eu tenho assim na minha memória é que eu fazia, copiava tudo em casa, fazia igualzinho. Ainda não era da ginástica. E porque também, meu irmão mais velho já fazia ginástica (LUISA PARENTE, p.1).

Ana Paula Rodrigues e Caroline Molinari foram levadas pelos pais, devido a problemas de saúde. Ana Paula tinha bronquite e Caroline, problemas ortopédicos. Inicialmente a essa ginasta recomendou-se a prática do ballet, como é possível verificar em seus depoimentos:

Na verdade eu comecei a treinar porque eu fazia ballet e eu tinha os dois pés para dentro, andava com o pezinho torto, então o médico disse que eu tinha que fazer alguma atividade, e minha mãe me colocou no ballet. Mas eu não suportava, eu odiava, não queria. Aí via na TV as meninas fazendo ginástica e ficava falando: ginástica, ginástica! Aí minha mãe me colocou. Eu comecei lá na praça Osvaldo Cruz, eu não me lembro quando exatamente, eu tinha cinco anos (p.1).

Além do problema de bronquite, Ana Paula também foi influenciada pela família circense:

Eu comecei na Ginástica primeiro porque eu tinha bronquite. Minha mãe estava passando lá na Praça Osvaldo Cruz, onde eu comecei, e ela achou que fazendo ginástica eu ia melhorar. E também porque a minha família é de Circo. Como tinham acrobacias, meu avô queria que eu participasse. Daí eu fui fazendo também para poder facilitar no Circo (p.1).

É possível notar que neste tema especificamente não há diferenças significativas entre os grupos das ginastas de diferentes gerações.

No grupo de ginastas pioneiras, três foram levadas por seus pais a instituições privadas, devido à proximidade de suas residências ou pelas famílias já frequentarem, sem, no entanto, praticarem a GA (Cláudia Magalhães, Tatiana Figueiredo e Luisa Parente). Luisa passou a praticar a GA no Clube de Regatas do Flamengo/RJ, Tatiana no Esporte Clube Pinheiros/SP e Cláudia na Universidade Gama Filho/RJ. Luisa e Tatiana mencionam terem passado por testes iniciais de detecção de talentos com exercícios básicos da modalidade, após já terem dado início

à prática na escolinha. Tatiana e Luisa começaram com idades próximas e Cláudia reportou o início da prática aos 12 anos de idade, o que é incomum para a modalidade.

Sobre a avaliação inicial, realizada no clube para detecção de talento desportivo, Luisa explica:

Quando eu entrei para escolinha, lá no Flamengo, eu me lembro muito bem que logo fizeram teste dos alunos da escolinha. Uma avaliação interna de toda a escolinha. E era um “circuitão”, por tempo, de diversas habilidades motoras. Você passava pela paralela andando, passava por cima, passava por baixo, girava, balançava. Em um determinado tempo você tinha que fazer o percurso. E este teste serviu para em seguida em menos de um mês que eu tinha entrado na Ginástica, entrar para a equipe que passaria então, a treinar diariamente hora e meia, duas horas só, por enquanto. Todo dia já, de segunda à sexta. Sábado ainda não. (p.1)

Tatiana Figueiredo também menciona uma avaliação:

Sobre o início da prática da ginástica eu acho que, praticamente, fiquei pouco tempo na escolinha, porque naquela época eu fiz um teste no clube Pinheiros. A Yumi (técnica) nem gostou muito de mim (risos), sinceramente... porque eu era meio barrigudinha, um pouco de lordose. Mas acho que ela pensou...deixa ela. Aí eu já fiquei em uma outra equipe lá e já participei no estadual ou paulista. Já fui logo para o treinamento (p.2).

O grupo de ginastas de transição entre as pioneiras e a nova geração (Soraya Carvalho, Daniele Hypólito, Camila Comin e Daiane dos Santos) apresenta a seguinte característica em relação à sua iniciação: duas foram descobertas por professores de GA brincando na rua, uma pela professora de Educação Física escolar e outra apenas pela vontade dos pais. Soraya teve sua iniciação na academia em Brasília/DF de seu próprio pai, Daniele no Sesi/Santo André-SP e Camila em praça pública de Curitiba (Praça Oswaldo Cruz), com idades próximas aos seis anos de idade. Já Daiane faz parte das exceções da modalidade e iniciou-se na GA aos 11 anos de idade no CETE (Centro Estadual de Treinamento Esportivo) de Porto Alegre/RS, uma instituição pública ligada à Secretaria de Educação do Estado do Rio Grande do Sul.



Foto 31: Camila Comin na Praça Oswaldo Cruz [1990?]



Foto 32: Daniele Hypólito no início da modalidade no SESI [1990?]

As ginastas do grupo da nova geração (Laís Souza, Caroline Molinari e Ana Paula Rodrigues) foram todas levadas por seus pais para iniciarem na modalidade em instituições públicas, praças desportivas de suas cidades e todas com idades inferiores aos outros grupos de análise: entre 4 e 5 anos.

Analisando os dados apresentados neste primeiro tema, é importante analisar que à medida em que a GA torna-se mais popular, evoluindo para as gerações mais atuais, as ginastas iniciam mais cedo, mesmo que levadas por seus pais. Diferente do mencionado por Luisa Parente, que faz parte de outra geração e diz que não havia GA para crianças antes dos seis anos na sua época¹²³, no Rio de Janeiro.

A própria mídia pode ser um fator de influência nestas escolhas, pois principalmente a partir da visibilidade da GA alcançada após a participação de Luisa Parente nos JO de Seul (1988), a GA começa a ter certo destaque em notícias desportivas, podendo influenciar as famílias e as próprias crianças que podem escolher modalidades mais destacadas nos meios de divulgação, como a televisão e jornais. O próprio fato dos professores de GA oferecerem aulas a partir de uma faixa etária mais baixa, já faz parte de uma visão diferenciada em relação à GA. Essa mudança em relação à faixa etária inicial pode ter influências da precocidade divulgada em campeãs internacionais da década de 70, mas também da visibilidade e possibilidade da GA em estudos da pedagogia do movimento e das teorias desenvolvimentistas.

No final dos anos 80, e principalmente na década de 90, alguns estudos em educação física já apontam a GA apresentada de uma forma lúdica para crianças de faixas etárias mais novas, com um olhar mais pedagógico, como uma outra possibilidade além da modalidade competitiva de alto rendimento, como é possível perceber em texto de Nista-Piccolo (1999):

Com base em uma visão educacional de um esporte totalmente encampado pela competição, o que se quer é retirar a imagem predominante de esporte de alto nível que a ginástica possui, pois ela perde a essência do esporte quando é inculcada nas crianças, ginastas em potencial, deixando de possibilitar a espontaneidade para se transformar em esporte-espetáculo¹²⁴ regado convencionalmente. Quando é aplicada sem objetivo educacional, o que interessa é a comparação de “performances” e de proezas, porque a intenção é designar o campeão. Esse sistema elitista, que só valoriza os talentosos, não pode e não deve ser desenvolvido na escola, e muito menos em trabalhos de iniciação ao esporte. É preciso acabar com a seleção de crianças, quando se sabe que o direito é de todos e as necessidades de movimento também (p. 114).

¹²³ Final da década de 70 quando iniciou a GA

¹²⁴ Grifo da autora

Em relação aos estudos desenvolvimentistas que apontam para a GA como modalidade básica, que oferece diferentes possibilidades de movimentos aos seus praticantes, estimulando diferentes capacidades físicas, os estudos de Arkaev e Suchilim (2004) e O'Brien (1979) mencionam a GA como modalidade trabalhada nas escolas da ex-URSS como desporto de base, juntamente com a natação e o atletismo, estimulando crianças que poderiam tornar-se futuros atletas de outras modalidades.

Ao mesmo tempo, o fato de duas ginastas, entre as dez brasileiras participantes de Jogos Olímpicos, terem iniciado a prática da modalidade próximo aos 11 anos de idade, traz uma reflexão sobre a necessidade da precocidade da modalidade. Como mencionado anteriormente na revisão de literatura, a modalidade é caracterizada pela utilização de capacidades físicas como coordenação e flexibilidade, que necessitam de estímulos ainda na infância para atingirem altos potenciais (ZAKHAROV; GOMES, 2003) e uma aprendizagem motora constante de exercícios cada vez mais complexos e variados, que é facilitada na infância, também pela desaceleração do crescimento, que entre outras características torna essa fase propícia para aprendizagem de habilidades motoras (GALLAHUE, 2003). Essas duas ginastas de gerações distantes podem representar exceções à regra, mas ao menos levanta-se a discussão para possíveis estudos a serem realizados, considerando a idade de especialização na modalidade ou mesmo a necessidade da precocidade.

Outro aspecto importante a ser discutido trata-se da descoberta não sistematizada de talentos para a GA no Brasil. O fato de nenhuma das ginastas ter sido descoberta em programas de detecção, seleção e promoção de talentos organizados, pode revelar uma realidade de 24 anos de ginastas olímpicas que foram descobertas ao acaso. Nenhum programa organizado para determinação de talentos desportivos foi desenvolvido no período de iniciação das dez ginastas estudadas (1974 a 1993), a ponto de inserir ginastas brasileiras em JO. E também não há publicações sobre programas de detecção, seleção e promoção de talentos para a GA realizados neste período ou em outro, que tenham detectado outras ginastas de destaque no Brasil. Não havia uma organização desse processo que possibilitasse a detecção dessas ginastas em suas escolas, por exemplo, sem esperar que “aparecessem no ginásio”, como foi possível perceber pelos seus depoimentos e que fica claro com o depoimento de Soraya Carvalho: “não existia seleção de talentos não. Meu pai mesmo que acabou me descobrindo na verdade” (p.3).

Se houvesse programas de promoção, estimulando a prática da modalidade e, de certo modo, democratizando-a e otimizando-a, as futuras ginastas poderiam emergir mesmo sem testes ou modelos. Garcia-Manso et al (2003), explica este tipo de detecção de talentos como método natural ou passivo que segundo os autores demonstra-se ineficaz por si mesmo, já que os países que o têm utilizado, têm sido ultrapassados por outros com menor índice de população e que empregam métodos mais criteriosos. Para que haja eficácia na utilização do método natural há a necessidade de existência de uma grande massa praticante o que no caso do Brasil, não é exatamente o que acontece na maioria das modalidades desportivas, com exceção, é claro, do futebol. Mesmo que o número de praticantes seja grande, ainda assim, será necessário contar com o fator sorte para conseguir futuras equipes de elite na modalidade. Segundo Filin e Volkov (1998), “[...] se os técnicos não receberem informações de todas as categorias de sua modalidade, correm o sério risco de não selecionarem os melhores (p.191).

Alguns estudos isolados no Brasil, como o de Albuquerque e Farinatti (2007), mencionados anteriormente, desenvolveram uma bateria de testes com a finalidade de detectar jovens que possuam talento para a prática da GA. Machado e Schiavon (2007) relataram o início de um programa para detecção, seleção e promoção de talentos para a GA na cidade de Campinas/SP: por meio de uma parceria de um clube com uma faculdade de educação física desenvolveu-se um programa de detecção de crianças para a GA. Nesse programa, estudantes de Educação Física foram capacitados para atuarem como observadores em escolas públicas de Educação Infantil da cidade. Lá os estudantes identificaram crianças que possuíam perfis morfológicos favoráveis para a prática da GA, de acordo com os critérios que foram expostos anteriormente na revisão de literatura. Após esta primeira etapa, as crianças pré-selecionadas são convidadas para uma aula aberta no ginásio de GA do Clube Campineiro de Regatas e Natação, onde se iniciam as outras etapas do processo de detecção, compostas de observações subjetivas, feitas por técnicos especializados na modalidade, e realização de testes de campo para verificação de potenciais das capacidades requeridas na modalidade, entre outros.

Não existem informações de parâmetros de testes físicos de ginastas brasileiras, ou mesmo de características físicas a serem detectadas em crianças que apontem um perfil para serem ginastas.

Em relação aos locais onde as ginastas iniciaram a prática da GA, é possível notar que realmente não há uma organização desse processo de detecção e seleção de talentos

desportivos no país, tendo as atletas vindo de diferentes locais: cinco ginastas iniciaram em instituições privadas e cinco em instituições públicas. Mas é importante destacar o trabalho desenvolvido na Praça Oswaldo Cruz, em Curitiba, pelas professoras Deise Mercer e Inara Marcondes, que fizeram a formação inicial de três das dez ginastas participantes de JO. Dessa forma é possível perceber, na Praça Oswaldo Cruz, um trabalho contínuo com a iniciação de ginastas desenvolvido há anos e gerando frutos. Segundo Filin e Volkov (1998), “as seleções adultas, nada mais são do que a consequência dos trabalhos realizados anteriormente. Geralmente os louros da vitória são dados aos técnicos do último estágio (seleção adulta), que os merecem, porém, não são os únicos que trabalharam para tal” (p.191).

Constou-se a partir dos depoimentos que 80% das ginastas brasileiras tiveram seu início na modalidade na faixa etária entre os cinco e oito anos de idade, o que corresponde à etapa de especialização preliminar. Esses dados concordam com a faixa etária de início da GA por atletas de elite de outros países (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

Já em relação aos locais em que as ginastas são descobertas, isto está diretamente relacionado ao sistema desportivo de cada país. O que é possível perceber nos países conhecidos como potências mundiais desportivas, é que possuem um investimento grande do Estado¹²⁵, muitas vezes com parcerias de empresas privadas, nas descobertas de atletas nas escolas, obviamente pelo fato das crianças concentrarem-se nestes locais, e uma capacitação contínua de profissionais para isto. Essas nações como China, Rússia (ex-URSS), Reino Unido, Austrália, Itália têm, além desta etapa inicial de detecção e seleção de talentos, a etapa de promoção dos talentos com centros desportivos espalhados em cada país (DIGEL, 2002; ENGLISH INSTITUTE OF SPORT, 2008; O'BRIEN, 1979).

O Brasil ainda está distante da organização das nações que obtêm sucesso no desporto, porém há algumas iniciativas nesta direção, como a inauguração recentemente de 18 centros com aulas de iniciação à GA, GR e Trampolim, implementados com a parceria CBG e Caixa Econômica Federal. Contudo, e sem desmerecer a iniciativa, isso representa apenas o primeiro passo de um longo processo, como fica claro em relação aos países representantes da elite olímpica (DIGEL, 2002):

⇒ Reino Unido¹²⁶: 150 centros desportivos em 2004;

¹²⁵ Com exceção dos EUA, como já mencionado anteriormente.

¹²⁶ Tamanho do país comparado aos menores Estados brasileiros.

⇒ Rússia: 2113 centros desportivos em 1999;

⇒ China: 3800 centros desportivos em 1998.

Ou seja, é preciso uma organização maior, para além dos atuais projetos pontuais e desarticulados, é necessário um sistema desportivo nacional organizado para que as modalidades possam crescer sem depender apenas da sorte e do acaso nos processos de detecção e seleção de talentos desportivos, como foi revelado pelo depoimento das dez ginastas brasileiras participantes dos JO entre 1980 até 2004.

Outros temas que emergem desta pesquisa complementam este primeiro tópico sobre a iniciação desportiva das ginastas e levantam outras questões a respeito de como se desenvolveu o processo de formação desportiva de cada uma delas.

3.4.2. MODALIDADES ANTERIORES À PRÁTICA DA GINÁSTICA ARTÍSTICA

Em relação à prática de outras modalidades anteriores à prática da GA, seis das ginastas olímpicas praticaram outra atividade física ou modalidade desportiva antes da Ginástica Artística.

No grupo das pioneiras: Tatiana Figueiredo e Luisa Parente praticaram outras modalidades antes da GA, sendo que Tatiana refere-se a curto período de tempo durante o qual praticou a natação, relatando não ter gostado da modalidade. Luisa relata ter participado em sua infância de diversas atividades, mas mais especificamente o ballet:

Antes de entrar na ginástica, na escola que eu estudei, [...] que valorizava muito as atividades físicas também, então eu tinha natação, tinha ballet, várias atividades nessa escola. Chamava Toca do Coelho. Então eu me lembro que eu tive muito contato com isso lá naquela época. Tinha Educação Física, eu me lembro da professora, era uma pessoa marcante. Eu não me lembro dos outros professores, eu me lembro da professora de Educação Física até hoje. Isso com quatro anos. Três ou quatro anos. Era pré-escola mesmo. E depois disso, com quatro anos eu lembro de fazer ballet. Então assim, alguma atividade sempre teve. E sem falar que eu era a quarta de três homens, irmãos. Então, uma vida, uma casa ativa. E com piscina em casa, com árvore e correndo. Os irmãos tinham o grupo da rua e a gente jogava, jogava coisa na rua, então bicicleta, jogava vôlei, quer dizer isso já mais velha também. Mas eu me recordo assim de uma vida muito ativa (p.11-12).

Cláudia Magalhães relata que não praticou outra modalidade anteriormente à GA, mas que era uma criança bastante ativa, dizendo: “Eu só era moleque de rua, subia em árvore, em telhado, vivia de cabeça para baixo, descia de carrinho de rolimã na ladeira, eu era igual um macaquinho” (p.22).

No grupo de ginastas de transição, três praticaram outras atividades variadas antes da GA. Soraya Carvalho praticou várias modalidades, bastante estimulada pelo pai que é professor de Educação Física:

Bem, antes da ginástica eu já fazia ballet, fazia natação, fazia judô. Eu passei por varias modalidades. Eu já nasci dentro de um meio esportivo. Meu pai sempre, desde que eu me conheço, meu pai sempre teve academia, então, era um ambiente muito familiar, a parte de esporte, de atividade física. (p.3)

Camila Comin diz ter praticado ballet, atletismo e jogos coletivos. Daiane dos Santos também teve a oportunidade de vivenciar outras modalidades anteriormente, como explica:

Antes da ginástica eu fiz outros esportes na escola. Eu fiz atletismo que tinha na escola, se eu não me engano, basquete, vôlei, essas coisas assim, mas pela escola. Porque na escola, essa que era onde eu estudava, no CIEP era integral. Então tinha uma parte que estudava de manhã e a parte da tarde fazia esporte. Eu fiz GRD¹²⁷, mas não ginástica olímpica (DAIANE DOS SANTOS, p.4).

[...] Porque eu treinava segunda, quarta e sexta-feira e na terça e quinta-feira eu fazia atletismo e natação, eu intercalava com essas atividades e só com oito anos que eu treinava todos os dias, das duas às cinco horas, ginástica olímpica (CAMILA COMIN, p.5).

Deste grupo, somente a ginasta Daniele Hypólito não praticou outras modalidades anteriormente, sendo direcionada diretamente para a GA.

No grupo de ginastas da nova geração, Caroline Molinari fez ballet e também natação, concomitantemente com a GA durante algum tempo, mas posteriormente optou somente pela GA. Ana Paula Rodrigues e Laís Souza iniciaram diretamente na GA, sem passar por outras modalidades.

¹²⁷ Ginástica Rítmica Desportiva (GRD), como anteriormente era chamada a Ginástica Rítmica.

Em todas as gerações havia ginastas que praticaram e não praticaram outras modalidades anteriormente, sem diferenças entre as diferentes épocas da modalidade e não sendo possível uma conclusão sobre a importância e benefícios dessas vivências. Apesar disso, parece ser peculiar o comportamento delas em relação ao gosto genuíno por atividades corporais.

3.4.3. OS ÍDOLOS DOS ÍDOLOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA BRASILEIRA

As ginastas analisadas na presente tese são e/ou foram ídolos de muitas crianças e jovens e também de muitos adultos, estejam eles vinculados ou não ao desporto diretamente. Recai sobre essas ginastas uma espécie de manto mítico, construído pela mídia e pela opinião pública, que faz com que pareçam por vezes tão distantes da condição de vida e existência terrenas. Essas ginastas de vida “incomum” também tiveram e/ou têm seus ídolos.

As pioneiras foram em alguns momentos ídolos das outras gerações, bem como as ginastas de transição o foram das gerações mais atuais. Esse ciclo virtuoso vai se perpetuando, o que parece contribuir para inspirar as ginastas das gerações futuras.

Uma das ginastas mais mencionadas como ídolo das gerações mais atuais é Luisa Parente, talvez isso se dê por ter sido ela a primeira ginasta a ter tido maior divulgação na mídia, além de ter sido a única, até então, a representar o Brasil em dois JO; outro aspecto que pode ter contribuído também para isso é o fato de ser considerada carismática e simpática com o público e jornalistas. Três ginastas citam Luisa Parente como motivadora de suas práticas na modalidade: Soraya Carvalho, Camila Comin e Daniele Hypólito. Soraya e Daniele, mais tarde, tornaram-se companheiras de Luisa no Clube de Regatas do Flamengo:

Bom, minha carreira o início foi curioso, porque na época, passava alguns vídeos só da Nádia Comaneci na TV e a representante da época que eu assistia era a Luisa Parente. Então eu comecei a brincar de fazer ginástica, pegava o colchão da cama da minha mãe, colocava no quintal porque o quintal era bem grande e começava a brincar (p.1). [...] E quando a Georgette me chamou para treinar no Flamengo com ela, eu me senti mais privilegiada ainda. Porque eu ia treinar com a treinadora da Luisa Parente e meu sonho podia se realizar e não podia ser só um sonho de criança, podia ser um sonho realizado mesmo (DANIELE HYPÓLITO, p.7).

Soraya Carvalho aborda o fato de Luisa Parente chamar a atenção dela e de seu pai em uma competição, o que acabou impulsionando-a para a modalidade¹²⁸:

Eu comecei, eu tinha seis anos na época e meu pai levou minhas duas irmãs e eu para um campeonato que teve ali em Brasília. Elas eram mais velhas, eu era só caçula. Meu pai é professor de Educação Física, só que ele era da área de Judô, mas enfim, ele era envolvido com esporte. Então ele soube que ia ter um campeonato de ginástica na cidade e ele levou as filhas. Chegamos lá, aquela grande quantidade de criança, e o que chamou a atenção era a Luisa (Parente). Nesse evento a Luisa ainda bem novinha, já estava competindo em Brasília. E a Luisa se machucou e foi para a arquibancada, estava colocando gelo, e eu lembro que meu pai nos levou para pegarmos um autógrafo (p.1).



Foto 33: Daniele Hypólito e Luisa Parente em entrega de homenagem [199?]

Camila Comin cita como ídolo, além de Luisa Parente, Soraya Carvalho, ginasta mais próxima à sua geração:

Então eu comecei a procurar em locadoras ver se tinha vídeos, e eu vi o vídeo da Nadia Comaneci, e também tinham imagens da Olimpíada da Soraya (Carvalho – Atlanta - 1996), que ela foi para Atlanta. Então comecei a acompanhar mais a ginástica e foi onde eu fui me apaixonando cada vez mais (p.1). [...] Naquele ginásio onde era a sede da CBG e começou a beca olímpica, teve a Georgette Vidor, que começou a juntar aquela seleção que ia para o Rio e voltava, e foi aí que eu comecei a entrar na seleção. Teve aquele

¹²⁸ No item sobre a iniciação desportiva das ginastas olímpicas é explicado com maior profundidade essa influencia do campeonato em sua vida, que culminou no início da prática da modalidade.

festival de verão, minha primeira seleção, foi em 93, que tiveram competições em duplas, junto com a Soraya. Então eu comecei a chegar perto dos meus ídolos: Soraya Carvalho, Luisa Parente, Silvia Mendes que para mim eram tudo! Tenho autógrafos delas até hoje guardados. Hoje em dia eu não ligo tanto para isso, mas naquela época para mim foi algo bem marcante (p.3).

Além das próprias ginastas brasileiras, a ginasta Nádia Comaneci é também mencionada, como um ídolo da Ginástica Artística de diferentes gerações, sendo mencionada anteriormente por Daniele Hypólito e Camila Comin e citada também por Luisa Parente, entre outras que ela destaca como ídolos de sua geração:

Foi ótima a viagem ao Campeonato Mundial. Aproveitei bastante. Vi muitas coisas. Vi a Yurchenko (ginasta que inventou um salto bastante executado atualmente) ainda competindo. Com isso eu me sinto muito velha, porque eu vi todo esse pessoal ainda na ativa. Nesse meio tempo tivemos a vinda dos chineses no Brasil, das romenas, a Nádia. Eu me lembro no Maracanãzinho a que eu sempre idolatrava que era a Yelena Davitova, que era uma de azulzinho, uma russa que tinha o collant todo de estrelinha, ela tinha o cabelinho assim lisinho também. Era toda espreitada. E eu ficava assim de pertinho dela e adorava (LUISA PARENTE, p.4).

Tatiana Figueiredo, da mesma geração de Luisa, menciona mais ginastas do próprio país, apesar de ser apenas a segunda ginasta a participar de JO, dizendo: “uma ginasta que eu me espelhava era a Lilian Carrascoza na época. A Cristina, que eu lembro daquela Copa do Mundo em São Paulo em 78, que a gente foi, teve uma competição também, ficamos para assistir a Copa do Mundo. Então era a Lillian e a Cristina que eu me espelhava” (p.9).

Ao observar as três gerações de ginastas separadamente, é possível perceber que as integrantes da nova geração não mencionam tanto a questão de ídolos, como as gerações anteriores. Apenas Caroline Molinari faz um comentário mais geral sobre ginastas de destaque, sem pontuar alguma: “Eu via na TV as meninas fazendo ginástica e ficava falando: ginástica, ginástica! Aí minha mãe me colocou na modalidade” (p.1). Nos depoimentos de Laís Souza e Ana Paula Rodrigues não surgem menções, de forma espontânea¹²⁹, sobre ginastas em que se espelhavam ou admiravam. Talvez por serem inseridas mais rapidamente em uma estrutura desportiva criada para a modalidade na cidade de Curitiba, onde desde cedo já treinavam juntamente com as representantes brasileiras mais velhas, não gerando, portanto distanciamento

¹²⁹ A questão de “ídolos” é um dos temas que emergiu a partir dos depoimentos orais, não contendo no roteiro de entrevistas este assunto.

que colocasse o ídolo como algo quase impossível de ser alcançado, mas trazendo-o para perto como pessoas comuns, desmistificando esses ícones.

Na geração de transição, Soraya Carvalho, Daniele Hypólito e Camila Comin citam as representantes brasileiras dos JO anteriores aos seus, ou ginastas que estavam no auge durante suas iniciações na modalidade, assim como Daniele e Camila, que iniciaram a modalidade em 1989, ano seguinte à participação de Luisa Parente nos JO, mencionada por ambas.

Já no grupo de pioneiras, Luisa Parente e Tatiana Figueiredo não mencionam as representantes anteriores às suas participações em seus depoimentos e, sim, outras ginastas de destaque, tanto nacionais quanto internacionais. Talvez pela falta de visibilidade na mídia na época e também por serem todas da mesma cidade, Rio de Janeiro, o que possibilita uma aproximação e não as torna mitos na modalidade, mas colegas, assim como acontece com a nova geração.

Camila Comin faz uma observação importante, principalmente sobre as ginastas que competiram nos Campeonatos Mundiais, desde o Pré-olímpico para Sidney até os JO de Atenas (Camila, Daniele e Daiane), que apesar de terem alguns ídolos, não havia ocorrido, até então no Brasil, uma classificação de ginastas que realmente fosse significativa internacionalmente, o que ocorreu com a primeira medalha de prata de Daniele Hypólito no CM realizado na cidade de Guent/Bélgica no ano de 2001, seguida pela medalha de ouro de Daiane dos Santos conquistada na cidade de Anaheim/EUA, no ano de 2003, e pela classificação do Brasil entre as melhores equipes do mundo na modalidade no mesmo campeonato.

Acho que essa foi uma vantagem que a gente teve, porque a gente tinha um ídolo, ou outro e a gente só se espelhava nas meninas de fora: como elas treinavam, como que elas faziam, como era o espírito de equipe, como uma ajudava a outra, então a gente foi evoluindo juntas.

Temos a mesma idade, fomos evoluindo juntas. Em 99 chegou a Daiane e então fomos as três, as três que ficaram até hoje e só revezavam as outras: entrou a Heine, a Marília Gomes, a Mariana Gonçalves, Mariana Domitsu e Roberta, a geração foi mudando, mas essas três cresceram juntas. Foram 18 anos assim, uma evolução! A ginástica foi evoluindo e a gente junto, porque a gente não tinha um embasamento, em quem se espelhar. (p.4)

3.4.4. CONDIÇÕES DE INFRA-ESTRUTURA DOS TREINAMENTOS DAS GINASTAS

Em relação às condições de infra-estrutura durante a carreira desportiva das ginastas é possível verificar que todas, independente de geração, passaram em algum momento por condições que não eram as ideais, muitas vezes podendo mesmo serem consideradas condições precárias de treinamento. Logicamente, quanto mais contemporâneas as ginastas, menos tempo permaneceram nesta situação, como pode ser observado separando-as nos grupos propostos.

As ginastas pioneiras viveram situações que atualmente seriam inacreditáveis para as seleções brasileiras de GA, com dificuldades básicas de aparelhagem até mesmo quando estavam se preparando para CM e JO. Luisa Parente expõe que não tinha tablado¹³⁰ para o treinamento da prova de Solo na sua preparação para os JO de Seul (1988):

Tinha uma época que a gente não tinha tablado ainda e treinava só “marcando”¹³¹ a série. De tanto treinar assim, na hora da competição eu “marquei” a série também (risos). Foi no estadual. O arbitro viu quando terminei a “marcação da acrobacia” correndo, olhei para um lado, olhei para o outro e fiquei parada. Depois deixaram eu recomeçar. Interessante...

E depois até Seul não tinha tablado para treinar. Então eu treinava coreografia na sala de balé e treinava aquela série vai e vem de pista¹³². Então era uma época ainda sem apoio, sem condições ideais de treinamento (p.3).

Tatiana Figueiredo também comenta sobre a falta de condições adequadas no Brasil:

Em relação aos aparelhos, no Tijuca¹³³ não tinha tablado. Era só uma passadeira de sarneige¹³⁴. Eram duas camadas de sarneiges para amortecer. A gente colocava, aquele esquema de por a prancha (trampolim) no final da passadeira (risos). Marcava para chegar com o pé lá no final na prancha e cair no colchão fofo. Para conseguir saltar mais. Fazia só as diagonais e o resto era no chão. Para dar para marcar alguma coisa. Tablado só quando fui para os Estados Unidos. Não, no CEFAM tinha tablado também. Depois nos Estados Unidos e Flamengo também tinha depois quando voltei. Mas mesmo assim no Flamengo na época não era um tablado de boa condição, boa qualidade, então a gente

¹³⁰ Aparelho oficial da prova de Solo, em formato quadrado com 12m em cada lateral.

¹³¹ Expressão que significa que não fazia as acrobacias nos treinamentos de séries, apenas a parte coreográfica e de exercícios de dança (saltos e giros).

¹³² Parte do tablado de 15 x 2m aproximadamente, apenas para as acrobacias.

¹³³ Tijuca Tênis Clube, onde treinou no Rio de Janeiro no início de carreira após voltar de São Paulo.

¹³⁴ Colchão de alta densidade para aterrissagens.

mesmo assim fazia as diagonais com colchões extras. Nos EUA não. Lá era fantástico! (p.4).

Atualmente o Clube de Regatas do Flamengo, onde treinam Daniele Hypólito e Jade Barbosa¹³⁵, apresenta boas condições de treinamento, e continua a formar ginastas de destaque em todas as categorias, mas as condições de infra-estrutura nem sempre foram como as atuais:

Em relação a apoios recebidos, sempre foi duro. A gente treinava em condições péssimas. E era a melhor condição do Brasil, mas era péssima. O que nos revoltava, acho que mais era porque a gente sabia que estava muito aquém da condição ideal, porque a gente já tinha viajado. Então até eu viajar pela primeira vez (risos), aqui era maravilhoso, realmente.

Aqui no Flamengo, o ginásio tinha um tablado da Copa do Mundo de 76. Sei lá. [...] Então era um tablado que nas pontas, cada placa já não se encontrava mais, cheio de buracos. Porque fora isso, antes era pista. Então não dava para fazer solo neste tablado. A gente fazia um “x” depois deste tempo, um “x” com sarneiges, para poder fazer ali. Nossa uma loucura! Aí tinha o fosso¹³⁶. Depois de um tempo o Flamengo fez um fosso. Então, até por exemplo, até o campeonato sul-americano de 1984, era num outro ginásio, muito menor, não tinha tablado, era só uma passarela. Aquele ginásio que dividia com o basquete. A gente corria do lado da quadra de Basquete e ia saltar lá na sala da Ginástica. E aí no meio a gente botava magnésio e a bola de basquete ia no meio da nossa corrida. Então era só a pista de solo. E alguns aparelhos do masculino, por exemplo, tinham que ser montados num dia, desmontados no outro porque não cabiam todos num dia só. Então tinham dias que eles faziam Argolas, tinham dias que eles faziam Barra, o nosso por acaso ficava tudo montado. Só o Salto que montava e desmontava também conforme a necessidade. Aí depois então, foi para o outro ginásio, ganhou, conquistou um ginásio só, com fosso e tudo mais. Nossa, era uma estrutura e tanto! Mas foi difícil porque queriam botar patinação ou futsal ali. E foi dura a briga para conseguir. Deve ter sido em 86 que fomos para esse ginásio (LUISA PARENTE, p.13).

Tatiana Figueiredo também aborda as dificuldades e comenta sobre uma iniciativa de melhorar as condições da GA no Brasil, já na década de 80, com o Projeto Impacto, um centro de treinamento de ginastas no Rio de Janeiro com bons materiais e técnicos estrangeiros:

Eles reuniram as melhores atletas do Brasil para conquistar uma medalha olímpica de ouro. Esse era um projeto patrocinado por um colégio. Juntaram todo mundo num lugar de treinamento, como Curitiba. Era no CEFAM que é na Avenida Brasil (RJ). Contratarem técnico, uma equipe toda de psicólogos, médicos. Foi bem bacana! Isso

¹³⁵ Ginasta 10^a. colocada nos JO de Pequim (2008) e medalhista de bronze no CM de 2007, ambas as classificações na final individual geral.

¹³⁶ Um grande buraco, como uma “piscina”, cheio de blocos de espuma, utilizado para aprendizagem de exercícios de maior risco, onde os ginastas podem cair de diferentes formas sem sofrerem lesões.

acho que foi em 80, 81. Aí a gente ficou todo mundo treinando lá, só que o projeto acabou. Durou, acho que um ano e meio mais ou menos (p.1).

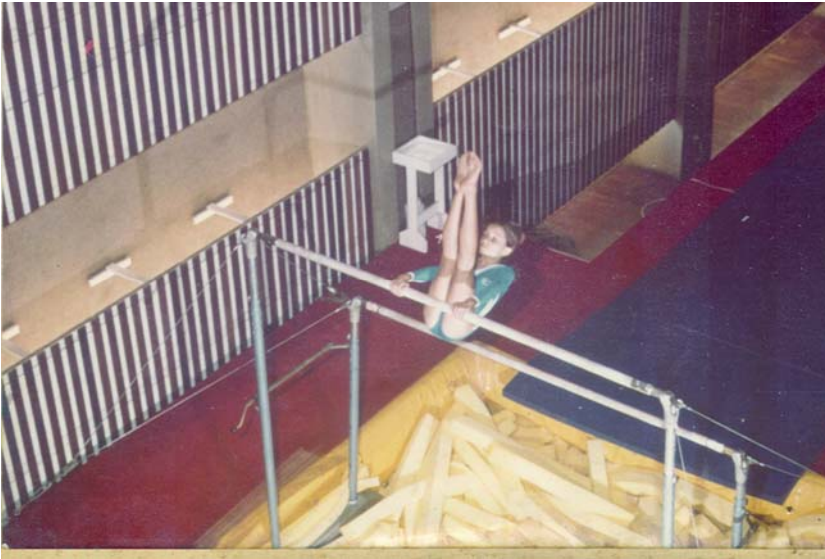


Foto 34: Tatiana treinando na sede do Projeto Impacto [1980?]

Essa iniciativa, sem uma estrutura que oferecesse continuidade neste processo fez com que Tatiana buscasse a estrutura almejada em outro lugar. No Brasil, o melhor centro, já destacado por Luisa Parente, era o Clube de Regatas do Flamengo, o que na época também não correspondia às expectativas do alto rendimento desportivo. Então Tatiana foi para os Estados Unidos, patrocinada pela sua própria família, onde se preparou para classificar-se para os JO de Los Angeles (1984).

Acho que foi em 82, 83. Acho que eu tinha treze anos. Eu fui morar nos Estados Unidos. Eu fiquei sozinha. Meu pai foi comigo, foi ver se estava tudo bem. Aí eu fiquei lá sozinha com outras atletas que também treinavam. Na época era o melhor centro lá. Depois teve o Karoly (técnico da Nádia Comaneci). Então tinham atletas dos Estados Unidos inteiro morando lá. Na casa do treinador mesmo, Dick Monvisiel. Fiquei lá um ano e meio. Fiquei até 83, quando eu consegui a classificação para as Olimpíadas. Depois eu não agüentei mais, voltei para o Brasil. Porque o treino era muito puxado na época. [...] Então... longe de casa... tudo isso. Eu fiquei lá um ano e meio, depois eu voltei. Quando eu voltei, eu já fui para o Flamengo, que já era o melhor clube na época (p.2).

No mesmo grupo de pioneiras, Cláudia Magalhães não diz viver tantas dificuldades na época, treinando na Universidade Gama Filho: “Naquela época era maravilhoso o

apoio ao esporte, na época do ministro Gama Filho, era tudo perfeito no esquema que qualquer atleta precisava.” (p.2). E expõe as condições de aparelhagem que possuíam:

Era muito bom, tinham todos os aparelhos, a paralela nova chegou e comprava barrote novo de fibra de vidro, vinha da Alemanha, a Gama Filho sempre tinha. Eu acho que era no Brasil, tudo a mesma coisa em relação à aparelhagem. A gente tinha na Gama Filho o tablado mais moderno que existia e tinha no Brasil todo. Mas era daquele primeiro amarelo que tinha que bater com a vassoura e martelar e prender os ferrinhos. Quando começava a ficar quebradinho, botava colchão na pista do centro e depois inventaram o tablado com molas. Eu acho que a gente colocou, construiu com as molas com chapinha, todo mundo construindo. Teve uma coisa de copiar e adaptar uma coisa que a gente sabia que já existia no mundo, nos outros países. Depois foi evoluindo. Quando a gente foi para o Flamengo tinha quase a mesma coisa porque os campeonatos que tinham no Flamengo, na Gama Filho e na Tijuca, eram os mesmos aparelhos. Devia ter na Gama Filho umas três traves, uma baixinha, uma média e uma maior, tinha sempre uma que era melhor. E também vendiam as capas de trave internacionais que a gente comprava quando viajava. A gente cobria a trave, porque eu aprendi tudo naquelas de madeira: rolamento, flic, tudo na de madeira, ponte. Nos campeonatos internacionais as traves eram fofinhas (risos), nossa senhora uma beleza. Aí a gente comprou a capa e voltava para casa com a capinha (p.11).

Mesmo a ginasta Cláudia Magalhães não tendo reclamado das condições de infra-estrutura do ginásio em que treinou a maior parte de sua carreira, é possível perceber que, em relação ao nível internacional, exposto pelas próprias ginastas desta geração, havia certa distância do ideal. Cláudia, falando de seus treinos expõe as condições não tão adequadas:

No início eram os aparelhos e a gente fazia muito solo, solo era o predileto do técnico (risos) e o predileto de todo mundo e era festa, quando era solo, era tumbling (acrobacias) para os meninos e para as meninas, como se fosse auge do treinamento e aí todo mundo fazia solo junto naquela pista do tatame duro “pra caramba” de sarneige e aqueles colchões todos, muito mini-trampolim até no aquecimento, corrida, mini-trampolim, mortal, salto esticado, mistura de corrida com mini-trampolim. Era diversão e a gente aprendia muito duplo, pirueta, tudo para frente, tinha muito treinamento de mini-trampolim para trás para a gente aprender. Não tinha cama elástica, eu treinei a vida inteira sem cama elástica até aos 22 anos, quando eu fui para o Flamengo. Tanto que eu não tinha nenhum talento na cama elástica no fim da minha carreira, eu tinha pavor, não cresci fazendo cama elástica (risos). Enquanto o pessoal do Flamengo sempre teve, desde neném (p.9).

No grupo de ginastas de transição, temos diferentes experiências, mas sempre com alguma precariedade também. Soraya Carvalho, a primeira ginasta após as pioneiras, retrata bem esse processo de transição, pois ainda vive muitas experiências que se assemelham ao período anterior e, ao mesmo tempo, beneficia-se de um processo mais amadurecido e organizado no apoio à GA brasileira, principalmente em relação às condições de infra-estrutura.

Soraya Carvalho, talvez seja entre as ginastas, o caso mais curioso e particular de todas, pois treinou na academia de seu pai e patrocinada totalmente por ele, tanto em relação ao local de treinamento, com aparelhagem construída pelo próprio pai, como em viagens e competições, durante os cinco primeiros anos de sua carreira de ginasta, como ela mesma relata:

No início era uma coisa assim, bem divertida. [...] Os aparelhos eram bem adaptados. Eu acho que eu fui boa ginasta de trave porque a trave que meu pai construiu era muito fina. Porque, realmente, a trave oficial tem dez centímetros, mas ela é abaulada nas laterais, então você tem a impressão que ela é mais gordinha. A minha era 10cm e era mais fina depois. Então, quando eu chegava na competição, eu achava enorme, eu pensava que estava num banco sueco. Era um aparelho bem amador mesmo.

Olha a parte de material era aquilo. Começou no tatame, depois meu pai foi, colocou aquela barrinha que colocam no teto. Que eu lembro tinha o tatame, tinha essa barrinha, aí construiu um plinto, um trampolim, aí um tempo depois, sim, teve trave alta, a gente tinha o colchão “gordo”¹³⁷, tinha paralelas que ele construiu também, tinha um cavalo, tinham todos os aparelhos. E isso eu passei bastante tempo. Os cinco anos que eu treinei com meu pai foram assim. Fui campeã em campeonatos internacionais treinando lá, sul-americano, copas internacionais, etc. (p.3).

[...] Quando fui para São Paulo já tinha tudo. Lá no Pinheiros tinha o solo, o solo completo que é o tablado, o meu em Brasília era pista. Aquela pista tinha só duas placas de molas que meu pai construiu também. Foi ele que via assim: ah! Essa mola tinha esse tamanho, tinha uma madeira e uma espuma de densidade super baixa assim. Então, eu tinha problema no pé. Tinha muitas dores, porque era muito impacto (p.5).

Além dessa precariedade de aparelhos amadores, construídos pelo seu pai, Soraya tinha o problema de não ter muitas vezes um local fixo para treinar, pois a academia foi ficando pequena, mas seu pai sempre esforçava-se para resolver o problema. É realmente inacreditável pensar que esse tipo de estrutura tenha gerado uma ginasta do nível dela, o que reflete uma completa falta de estrutura do país para com o desporto. Soraya relata sobre seu pai e essas condições:

Eu via ele, muito empolgado, muito determinado, muito esforçado para construir material. Às vezes, a gente não tinha lugar fixo para treinar. A gente tinha um clube, de repente o clube: “ah... não quero mais vocês aqui não. Vão para outro lugar”. E nesses clubes, a gente treinava no salão de festas. Então tinha que montar e desmontar, montar e desmontar os aparelhos. Aí eu via meu pai com o colchão “gordo” em cima do carro dele, indo para outro lugar, os aparelhos dentro do carro. Então era assim, uma mão de obra (p.5).

Entre os relatos de condições de infra-estrutura, talvez a situação mais precária seja a de Soraya, mas ela era muito determinada, sempre lutando contra essas dificuldades e

¹³⁷Colchão para aterrissagem com 30cm de espessura.

entraves da sua formação. Na mesma geração, as ginastas Daniele Hypólito, Camila Comin e Daiane dos Santos mencionam as condições que vivenciaram:

Em Santo André não tinha muita condição, assim, lembrando da aparelhagem. Até não lembro muito assim da aparelhagem porque faz muito tempo, mas uma coisa que eu fico sempre na cabeça era o solo, que era de tatame¹³⁸. Era um tatame de judô em que a gente fazia o nosso treino de solo (DANIELE HYPÓLITO, p.7)

Então em relação à estrutura física de onde eu comecei, para a iniciação era boa. Tinha tablado, tinha fosso, paralela, solo. Era bem legal assim. O espaço era grande e era público! Nesse lugar tinham vários tipos de esporte. Tinha vôlei, basquete, só não tinha natação, se eu não me engano. judô, atletismo, essa coisa toda. Eles até trabalhavam com paraolímpico. Então eu comecei nesse centro e tinha estrutura sim, uma estrutura boa. Não era de alto nível como tem aqui na seleção brasileira, mas era um lugar bacana assim para treinar (DAIANE DOS SANTOS, p.3)

Eu comecei a treinar com cinco anos em uma praça pública em Curitiba onde a estrutura era muito precária, mas era o único local em Curitiba que havia GO. Tinham todos os aparelhos: o salto, a trave e a paralela, mas eram quase que condições mínimas para fazer ginástica.

Então quando eu mudei para essa outra escola de ginástica, que eu melhorei de nível, que era um segundo colégio particular. [...] Então foi bem difícil assim no começo eu não tinha estrutura médica, não tinha aparelhos apropriados, era aquela estrutura de aparelhos de 20 anos. Então a gente treinava em um colégio, onde ficavam os aparelhos: Bom Jesus da Aldeia, aqui em Curitiba, que era onde a Soraya treinava quando vinha para Curitiba preparando-se para os JO. Então a gente começou a treinar nesses aparelhos (CAMILA COMIN, p.1-3).

Nesta primeira fase das ginastas, Daiane dos Santos é a que menos expressa dificuldades em relação à infra-estrutura durante a sua carreira, pois sua iniciação no CETE ofereceu-lhe boas condições para o trabalho de base, onde ela permaneceu por aproximadamente um ano e foi posteriormente indicada ao clube Grêmio Náutico União, em Porto Alegre, que também oferecia uma boa infra-estrutura, considerando seu depoimento: “Então, no União, os aparelhos eram melhores do que lá (CETE) e o nível já era diferente de lá também” (p.4).

Daniele e Camila também passaram por um local de iniciação desportiva, durante a etapa de preparação preliminar, e deram início aos seus treinamentos, já na etapa de especialização inicial, no mesmo local, mas não durante muito tempo, pois foram indicadas para outras entidades que ofereciam um estrutura técnica e de infra-estrutura superior.

¹³⁸ Material utilizado para Judô, feito de palha prensada na época.

Daniele passou pela Academia Yashi, que não é muito comentada em seu depoimento, talvez por ter permanecido apenas um ano e, em seguida, foi para o Clube de Regatas do Flamengo, a convite da técnica Georgette Vidor. Daniele explica sobre as suas condições de infra-estrutura:

As estruturas físicas, do Flamengo e de Santo André, eram bem diferentes. [...] A estrutura de aparelhos, a estrutura física do ginásio do Flamengo tinha uma coisa muito importante que é o fosso, que para a ginástica é uma parte do ginásio que é indispensável, porque é onde, teoricamente você se “joga” num bando de espuma para aprender as coisas. Se “joga”, porque sempre tem a ajuda do treinador, tudo, porque uma parte muito importante também da ginástica é o treinador (p.7). Porque é um esporte que é muito clínico. Então, às vezes a gente faz uma coisa que a gente acha que foi excelente, mas o treinador consegue enxergar os mínimos detalhes daquele elemento que a gente está executando. Então um fosso nesse sentido é muito importante, porque conforme o atleta vai evoluindo e vai aprendendo coisas novas, é importante que se tenha o fosso porque é uma estrutura de segurança para o atleta. [...] E no Flamengo também tinha o campo, tinha a piscina, eram partes do clube que a gente podia utilizar para fazer a corrida na grama, por exemplo, que não forçava tanto (p.8).



Foto 35: Estrutura física do ginásio do Flamengo [199-]

Camila também aborda essa fase de mudanças para uma infra-estrutura melhor, o que aconteceu algumas vezes durante a sua carreira, saindo da Praça Oswaldo Cruz após quatro anos, indo para um colégio particular aos 10 anos, que já oferecia uma estrutura melhor e,

posteriormente, passando pelo ginásio onde era então a sede da CBG, isso já aos 13 anos de idade, no bairro Portão e, finalmente, para a Universidade do Esporte:

E eu treinei dos dez aos treze anos, mais três anos nesse local (colégio) e com treze a gente foi para esse onde tem a foto da seletiva (AGIPAR¹³⁹), onde era a sede da CBG. Eu fiquei lá dos 13 acho que aos 18 anos, dos 13 aos 17 anos, porque com 17 anos eu entrei para cá (Universidade do Esporte¹⁴⁰), que foi quando a gente treinou aquele ano da Olimpíada, com as meninas aqui. Foi de 99 para 2000 e daí em 2000 a gente foi para Olimpíada.

Sobre a estrutura dos lugares que eu treinei, na escola paranaense os aparelhos já eram bons. Não eram muito bons, mas eram melhores que aqueles da praça Oswaldo Cruz. Então aquilo pra mim já era o máximo!

Já dava para fazer uma ginástica de alto nível, dava para fazer uma série com largada que na outra não dava, tinha fosso, duas camas elásticas (trampolim acrobático), então dava para aprender coisas mais difíceis, educativos, tinham quatro traves de equilíbrio, na outra tinha duas, então dava para ter mais meninas, tinha um solo e mais um tumbling onde a gente aprendia acrobático, salto sobre o fosso. Antes era tudo no duro (aterissagem), neste a trave dava para ser transferida e fazer saída no fosso, a chegada também já era um ginásio de ginástica olímpica, já tinha corda, nesse já tinha espalдар então já dava para fazer o circuito, tinha mini-trampolim, então tinha mais variedade, mais opções de treinar, não tinha só uma trave, uma paralela. No outro só tinha isso (CAMILA COMIN, p.6).

Soraya, depois de treinar com seu pai, durante cinco anos, passou por dois clubes: o Esporte Clube Pinheiros e Clube de Regatas do Flamengo, e retrata as condições de aparelhagem:

O Pinheiros não tinha um solo muito bom. O salto tinha que correr lá de fora do ginásio, junto aos associados passando. Então, tinha isso. Mas era só o solo e o salto que não eram muito bons. No Flamengo já tinha tudo, mas o solo também era todo esburacado. Não se compara à estrutura que a gente ia nos campeonatos fora do país (p.4).

Para as ginastas da nova geração a situação foi semelhante, pois Laís Souza também passou por vários locais, assim como Tatiana, Daniele, Soraya e Camila. Ana Paula e Caroline tiveram a trajetória similar à de Camila, pois passaram pelos mesmos locais, mas são mais novas e por isso chegaram mais cedo à Universidade do Esporte, podendo beneficiar-se antes da estrutura oferecida. Segundo Caroline Molinari:

¹³⁹ Associação de Ginástica da Paraná, fundada a partir da união de escolas de Ginástica de Curitiba.

¹⁴⁰ Universidade do Esporte: centro desportivo em Curitiba, onde se localiza a sede da CBG e oferece excelentes condições de treinamento para as ginastas, como as que existem nos melhores países do mundo, em relação à GA.

Eu me lembro detalhadamente que as condições lá na praça eram bem precárias: não tinha aparelhagem, acho que a Camila também treinou lá na praça nesse tempo; eu, a Camila e a Ana Paula (p.1).

O ginásio que eu treinava na praça tem até hoje lá, é um cubículo, as traves todas amontoadas, não tinha solo, era pista, depois compraram um tablado daqueles bem ruinzinhos. Não tinha muita estrutura não, mas dava para a gente treinar. Nas paralelas as meninas que eram muito altas batiam os pés no teto, daí quando eu passei para o Positivo (colégio) já era melhor, era um ginásio bom, tinha fosso, tinha tudo. Na Agipar já era um ginásio bom mesmo. Já tinha toda aparelhagem, tudo igual da confederação¹⁴¹ (p.3-4).

Ana Paula também fala dos mesmos espaços pelos quais passaram Camila e Caroline, com exceção do Colégio Positivo, que ela não menciona, tendo treinado na Praça Oswaldo Cruz e, em seguida, na AGIPAR para, finalmente, chegar à Universidade do Esporte:

Lá na Praça Oswaldo Cruz era uma estrutura, comparada à Universidade do Esporte agora, era bem ruim. Mas tinham todos os aparelhos, aparelhos simples, mas que a gente conseguia fazer. Não tinha problema naquela época (p.4). [...] Era uma aparelhagem bem simples. Para a nossa idade tinha estrutura! Daí na AGIPAR os aparelhos já eram bem melhores. E quando começou a Seleção e a gente passou para Universidade do Esporte já foi a melhor do mundo. Tinha um Solo, três Traves, uma Paralela... (ANA PAULA RODRIGUES, p.5).

Laís Souza passa por muitas entidades, com diferentes condições, em Ribeirão Preto, São Caetano do Sul, para em 2001, aos treze anos também ser direcionada à Universidade do Esporte como ginasta representante de Curitiba. Ela explica sua trajetória de ginásios:

Até hoje, assim eu vou lá (Ginásio da Cava do Bosque/Ribeirão Preto-SP). Quando eu comecei lá sempre tinha um tatame, esses tatames de judô. Às vezes a gente colocava uns colchões sarneiges do lado para fazer solo no quadrado (simulando um tablado). Tinha uma pista, que não era para o fosso, não tinha fosso. Tinha uma paralela também. Nossa! Bem crítica (risos). Tinha eu acho que umas três traves também, mas uma era melhor, que todo mundo brigava para fazer naquela (risos), e tinham duas que normalmente estavam rasgadas, então ninguém queria ir. Acho que eu fiquei uns dois anos, três, mais ou menos lá.[...].

Eu saí de um lugar para outro porque a Tatiana, ela quis ir, quis sair de lá porque não estava dando muito certo mesmo a estrutura. E tinha um pessoal também que fazia aeróbica e a gente tinha que dividir o ginásio às vezes, varias coisas. Ela saiu e levou a gente junto para o colégio Moura Lacerda. A gente ficou um tempo pequeno assim que eu me lembre lá. Não deve ter sido um ano. Aí a gente foi para o COC (colégio). Quando eu fui para o COC eu devia ter uns nove anos.

[...] A estrutura do COC já era bem melhor. Era trave Spieth¹⁴², paralela e salto também. Só o solo que eu acho que não era de Spieth. O treino já era bem mais forte, porque teve uma época que o COC era uma das melhores equipes do Brasil (p.3).

¹⁴¹ Referindo-se à Universidade do Esporte atualmente

¹⁴² Marca alemã de aparelhos de GA reconhecido e indicado pela Federação Internacional de Ginástica para campeonatos oficiais.

[...] Em São Caetano a estrutura não era muito melhor que no COC, nenhum aparelho de fora, não eram europeus, mas dava para treinar tranquilo (p.4).

A partir de Soraya Carvalho inicia-se uma melhoria da condição de infraestrutura oferecida pela CBG, mais adequada ao treinamento de alto nível, chegando-se até o nível de excelência que possui atualmente, comparado aos principais países de destaque na modalidade. Soraya, em determinados momentos de sua preparação para os JO de 1996, realizou seus treinamentos em Curitiba, mesmo sendo atleta do Clube de Regatas do Flamengo, mas como proposta da CBG para seu aprimoramento, juntamente com seus técnicos Georgette Vidor e Casemiro Soares. Mas ela ainda não chegou a usufruir da estrutura atual, realizando seus treinamentos em uma estrutura montada no Colégio Bom Jesus da Aldeia e, posteriormente, na AGIPAR, ambos em Curitiba.

Somente a partir de Daniele Hypólito, Camila Comin e Daiane dos Santos, que fizeram parte desta mesma geração de Soraya, é que as ginastas começam a ser beneficiadas pela infra-estrutura instaurada em 1999. Portanto, todas as ginastas desde 1999 em algum momento treinaram no ginásio da Universidade do Esporte, inicialmente em estágios de treinamento da seleção brasileira e, posteriormente, na seleção permanente¹⁴³, a partir do ano de 2002. Camila Comin, Caroline Molinari e Ana Paula Rodrigues são ginastas de Curitiba e, portanto, beneficiam-se anterior e integralmente desta estrutura desde 1999. Laís Souza transfere-se para Curitiba a partir de 2001 e Daniele Hypólito e Daiane dos Santos, somente a partir de 2002, de forma permanente.

Ana Paula Rodrigues e Laís Souza falam desta evolução de infra-estrutura em seus depoimentos:

Com a evolução, eles foram colocando duas Paralelas, dois Solos de marcas diferentes para a gente se acostumar, porque as Copas do Mundo, cada Copa é uma aparelhagem: Spieth, AI, American etc. E a gente não se habituava, como a gente tinha só uma aparelhagem. Ia para a Copa e era aparelhagem diferente, era bem mais difícil. Então a Eliane decidiu colocar dois Solos de marcas diferentes, Traves de marcas diferentes, Paralela também e Salto, para a gente se habituar aos dois aparelhos, aí dependendo da Copa, da França era aparelhagem, vamos supor Spieth, aí a gente treinava. Nos Estados Unidos é AI, e a gente treinava na AI (ANA PAULA RODRIGUES, p.6).

¹⁴³ A partir de 2002, a CBG convoca ginastas para a seleção brasileira de GA para iniciar um processo de preparação para os JO de 2004 e 2008, chamado de “seleção permanente”, no qual as ginastas da seleção brasileira treinam apenas na sede da CBG, mas representam seus clubes nos campeonatos nacionais.

Sobre a comparação com outros países em relação à estrutura toda e treinos, acho que agora aqui está bem parecido com o de fora, com o pessoal de fora. O ginásio também. Acho que está tudo bem parecido. Só que o Brasil é um país muito novo na ginástica. Então, as russas, elas vieram com a ginástica deles de antes. Então eles sempre foram bons porque tiveram uma base. E aqui eles começaram agora, e a gente já está bem. Imagina se a gente começasse antes. A gente podia ser um dos melhores. Acho que é mais base mesmo que falta. (LAÍS SOUZA, p.10)

Nesta evolução, não apenas a aparelhagem e o espaço foram melhorados, mas as condições de treinamento vividas em países de destaque mundial foram almejadas e algumas foram colocadas em prática, assim como os estudos das ginastas serem realizados no próprio ginásio, como Ana Paula retrata:

Estudávamos aqui na Universidade do Esporte mesmo, onde treinávamos com professor particular. Era diferente, porque quando veio a Seleção tinham várias meninas, eu não era sozinha. Era eu e mais duas. Eram só três assim na sala. Era diferente porque... só para gente assim... E a gente estava acostumada com um monte de pessoas, mas acho que era mais legal porque a gente aprendia mais, porque ele podia dar atenção só para gente. Mas foi uma experiência bem legal assim... eu gostei. Eu tinha um professor para cada disciplina, de Geografia e História era a mesma, Biologia e Química era a mesma, Matemática e Física a mesma e tinha professora de Inglês. (p.5)

3.4.5. ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO DOS TREINOS DAS GINASTAS

A estrutura e organização dos treinos das ginastas de destaque brasileiras passam por diferentes gerações até as ginastas que usufruem da estrutura de treinamento dos técnicos ucranianos, que vêm de nações campeãs na modalidade e já formaram campeãs olímpicas. No grupo de ginastas pioneiras, que não teve a oportunidade de desfrutar da estrutura atual, temos as ginastas Cláudia Magalhães, Tatiana Figueiredo e Luisa Parente, que desenvolveram grande parte de seus treinos nas entidades da cidade do Rio de Janeiro, sendo que apenas Tatiana começou em São Paulo, mas logo no início a família mudou-se para o Rio de Janeiro, dando continuidade durante aproximadamente cinco anos aos treinamentos na cidade e depois, preparou-se para os Jogos Olímpicos por cerca de um ano e meio nos EUA e retornou ao Rio de Janeiro.

Em relação ao tempo em que ficaram na etapa de preparação preliminar, chamada popularmente de escolinha, esta geração passou pouco tempo, tendo vivido rapidamente esta etapa.

Cláudia Magalhães lembra-se que ficou menos de um ano na etapa de preparação preliminar, antes de ser direcionada à etapa de especialização inicial, com aumento de carga horária e um direcionamento para competições nas sessões de treinamento. Ela começou na Ginástica com 12 para 13 anos de idade e, portanto, não chegou a competir nas categorias de base.

Falando mais de minha iniciação esportiva, eu devo ter ficado na escolinha poucos meses porque quando o Mario César¹⁴⁴ chegou, eu já mudei para a equipe. Eu só fiquei na escolinha quando era o técnico Henrique, depois que o Mario César chegou, eu não me lembro a data exata, ele foi sério, selecionando, acho que foi no mesmo ano e daí já eram três vezes por semana. Porque antes era menos, eu acho dois dias, depois todos os dias, eu não me lembro direito, só sei que depois foi direto treinamento sério, era para treinar (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.8).

Tatiana Figueiredo não se lembra exatamente desse período de escolinha, mas comenta que ficou pouquíssimo também, pois logo foi feito um teste com as crianças da escolinha e ela passou para a equipe de treinamento do Esporte Clube Pinheiros:

Sobre o início da prática da ginástica, eu acho que praticamente muito pouco tempo fiquei na escolinha, porque naquela época eu fiz um teste no Clube Pinheiros. A Yumi¹⁴⁵ nem gostou muito de mim (risos), sinceramente... porque eu era meio barrigudinha, um pouco de lordose... Mas acho que ela pensou: “deixa ela aí”. Aí eu já fiquei em uma outra equipe lá e já participei no campeonato estadual. Já fui logo para o treinamento (p.2).

¹⁴⁴ Seu técnico

¹⁴⁵ Yumi Sawasato, na época técnica do Esporte Clube Pinheiros e recentemente eleita uma das melhores árbitros do mundo na modalidade.



Foto 36: Tatiana sendo auxiliada pela técnica do E.C. Pinheiros/SP – Yumi Sawasato [1976?]

Luisa Parente lembra-se de ter ficado menos de seis meses na escolinha, passando em seguida para a etapa de especialização inicial.

Quando eu entrei para a escolinha, lá no Flamengo, eu me lembro muito bem que logo fizeram teste dos alunos da escolinha. [...] E este teste serviu para em seguida em menos de seis meses que eu tinha entrado na Ginástica, para passar para a equipe que passaria então, a treinar diariamente, uma hora e meia, duas horas só, por enquanto. Todo dia já, de segunda à sexta. [...] Logo que eu passei para equipe, a gente já começou a treinar para participar do campeonato carioca, esse campeonato estadual (p.1).

Após a fase de transição da escolinha para a etapa de especialização inicial, houve um incremento pronunciado no volume de treino para todas, Cláudia revela que, nesse momento, a duração da sessão de treinamento chegava a seis horas:

O treino era das duas da tarde, eu acho que era das duas da tarde até as oito da noite, depois a gente ia todo mundo junto de ônibus para casa de segunda à sexta, e mais o sábado, que eu não me lembro do horário, devia ser de manhã. Todo dia e sábado

também e, quando era época de campeonato brasileiro, era domingo também, feriado, carnaval, não interessava. Folga era pouquinho e, com o maior prazer a gente não queria folga, era muito engraçado (p.9-10).

Tatiana, fala que seu treinamento só mudou para duas sessões diárias quando foi treinar nos EUA, até então eram cinco horas por dia, no Tijuca Tênis Clube/RJ. Posteriormente quando retornou ao Brasil voltou a realizar novamente apenas uma sessão, já no Clube de Regatas do Flamengo quando iniciou a preparação para os JO retomou as duas sessões de treinamento por dia:

Eu lembro mais a partir da época da Berenice, aqui do Rio. A gente aquecia, mas era separado o treino. Tinha o treino das maiores e o nosso. E a gente treinava cinco horas por dia. [...] Não era igual aos modos de hoje em dia. Ninguém treinava dois períodos. Era só de manhã escola e de tarde treino. [...] Depois eles reuniram as melhores atletas do Brasil para conquistar uma medalha olímpica de ouro. Esse era um projeto patrocinado por um colégio, o Projeto Impacto. Juntaram todo mundo num lugar de treinamento, como Curitiba, era no CEFAM, que é na Avenida Brasil (RJ). Contrataram técnico, uma equipe toda de psicólogos, médicos. Foi bem bacana! Já naquela época. Isso acho que foi em 80, 81. Aí a gente ficou todo mundo treinando lá, só que aí o projeto acabou. Durou, acho que um ano e meio mais ou menos. Aí teríamos que voltar para os clubes e eu pedi para o meu pai para ir para os EUA porque queria continuar em uma boa estrutura.

Nos EUA já era bem diferente, lá a gente já começou, já iniciei esse treinamento em dois períodos. Para o Mundial (pré-olímpico/1983), eu treinava nos Estados Unidos, então, eu treinava em dois turnos. Estudava na escola, lá mesmo. Era um treinamento bem forte, que a gente acordava cinco horas, seis horas já estava no ginásio. Fazia um número “x” de séries, partes de séries, ia para a escola e voltava de novo. Aí tinha outro reforço na parte da tarde (p.1-2).

[...] Depois quando eu voltei aqui (Brasil), eu geralmente estudava de manhã e treinava só na parte da tarde, mas como ficou próximo da Olimpíada, aí eu treinava em dois turnos também (p.4).



An international flavor prevails at the Aradony as Naomi Goldsmith (Israel), Yolande Morley (U.S.), Tanja Serevic (U.S.), Tatiana Figueiredo (Brazil) head for World Championships.

Foto 37: Tatiana (à direita) com suas colegas ginastas norte-americanas em foto para reportagem jornalística [1982?]

Luisa Parente fala da progressão mais gradativa de seus treinos durante sua carreira:

Depois que eu passei então para a equipe, passei a treinar diariamente. A gente começou a treinar um pouquinho mais, depois três horas, na parte da tarde. Acabava a escola ainda ia para o treino. Não eram duas sessões por dia (p.1).

[...] Com a entrada da Georgette, foi dando certo o trabalho com ela. A gente começou a participar de vários campeonatos. [...] Os treinos se intensificaram. (p.3)

Eu comecei a treinar dois períodos, eu acho que foi para a Olimpíada de Seul em 88, com 15 anos. Antes um pouquinho da classificação. Para o American Cup, depois do Mundial. Nos intercâmbios também, a mesma estrutura de treino. Duas vezes por dia. Sempre, depois em toda a carreira (p.12).



Foto 38: Luisa em treinamento com o técnico Sérgio Jatobá - 1986

Sobre a organização dos treinamentos as ginastas relatam a seguinte progressão das atividades nas sessões de treinamento:

Em relação ao treino, a gente sempre iniciava com feminino e masculino juntos, que era uma coisa que não era assim nos outros lugares, acho que não. Era muito positivo. [...] A

gente alinhava na “linha amarela¹⁴⁶”, porque foi assim que ele viu no Japão. Era tudo baseado no treinamentos dos japoneses, então, todo mundo corria para a linha amarela, não podia demorar nem um segundo, por ordem de tamanho bonitinho. [...] Depois todo mundo começava a correr seguindo o líder que eram os mais velhos, os meninos mais velhos, e a gente corria, o mestre corria com a gente também, era o aquecimento. Sempre tinha aquecimento, giro dos braços, todo aquele aquecimento de antigamente: cintura, pé, joelinho, flexibilidade, sem bagunça, disciplina e muita alegria e depois a gente ia para os aparelhos. Eu não acho que ele tinha muito planejamento do treinamento, não tinha gráfico, não tinha controle, só tinha aquela intuição e era muita repetição até conseguir fazer (risos). Ele era muito dedicado a “limpar¹⁴⁷” e esticar e fazer aqueles detalhes: ponta de pé, joelho. A ginástica dele, o olho dele era todo voltado para fazer o mais lindo possível, então a base do Mario César era limpeza, beleza do esporte e a arte. Cláudia, a esposa dele, dava ballet para a gente para melhorar, para as meninas e para os meninos. Ela cuidava da gente com essa parte, o mestre botava os horários e a gente também fazia musculação, tinha sempre a musculaçãozinha nas máquinas, mas não era tão sério como quando eu me formei como técnica. Fazíamos no ginásio uma “marombinha¹⁴⁸”, flexão de braços nas paralelas, aquele canivete, pendurada na barra colocar o pé na mão, o básico a gente sempre fez, mais nem se compara com quando eu era técnica, era fácil aquilo ali. E tinha uma coisa que era legal. A flexibilidade, ele forçava muito a gente sempre, ficava em cima da gente, puxava esticava tudo e todo mundo, no fim do treino sempre. No início eram os aparelhos e a gente fazia muito solo, solo era o predileto do técnico (risos) e o predileto de todo mundo e era festa, quando era solo, era tumbling¹⁴⁹ para os meninos e para as meninas, como se fosse o auge do treinamento e aí todo mundo fazia solo junto naquela pista do tatame duro de sarneige e aqueles colchões todos, muito mini-trampolim até no aquecimento, corrida, mini-trampolim, mortal, salto esticado, mistura de corrida com mini-trampolim. Era diversão e a gente aprendia muito duplo, pirueta, tudo para frente, tinha muito treinamento de mini-trampolim para trás para a gente aprender. Não tinha cama elástica, eu treinei a vida inteira sem cama elástica até aos 22 anos, quando eu fui para o Flamengo (CLAÚDIA MAGALHÃES, p.8-9).

Quando fui para o Flamengo era tudo diferente, muito duro, o treinamento era mais científico. O Sérgio e a Lillian que eram da nova geração, já era mais firme, era bem forte e a gente era mais velho também. Tinha que tomar cuidado, não dava mais para treinar igual criança. A gente ia cuidando das lesõeszinhas, que como eu falei para você sempre doía aqui e ali, mas quando chegou o ano de 84, que a gente estava lá, porque em 81 eu estava na Gama Filho em 82 acho que a gente saiu, e o treinamento era mais sério. Tinha musculação todo dia, já fazíamos testes físicos gerais todo ano, série completa com extra para aumentar a resistência e era bem sério, muita flexibilidade, duas vezes ao dia e chorava, depois de 22 anos, 20 anos, forçavam muito a gente. O Sérgio e o Luis, irmão dele. Ficamos até melhores, mais flexíveis ainda, que era muito treinamento de chorar. Flexibilidade de ombro, a gente esqueceu nos anos todos na Gama Filho e tinha que ficar flexível. Como podia esquecer, era muito mais completo o treinamento e era uma delícia também. A gente treinava o dia inteiro também nas férias (CLAÚDIA MAGALHÃES, p.16).

Eu lembro que no início eu adorava, acho que não era nada assim muito severo. Não tenho assim muitas lembranças marcantes, para ser sincera. [...] Eu lembro mais a partir da época da Berenice, aqui no Rio. A gente aquecia, mas era separado o treino. Tinha o treino das maiores e o nosso. E a gente treinava cinco horas por dia. No final tinha

¹⁴⁶ Todos os ginastas enfileirados de frente para o técnico, por ordem de tamanho.

¹⁴⁷ Termo usado no ambiente gímico para designar: tirar as falhas de execução e técnicas.

¹⁴⁸ Maromba: termo usado no Rio de Janeiro para designar: preparação física ou condicionamento físico.

¹⁴⁹ Acrobacias de solo

preparação física. [...] Era basicamente porque não tinham muitos recursos. Não tinham esses aparelhos auxiliares como tem hoje em dia. Então era praticamente o treinamento no aparelho mesmo.

[...] Eu acho que apesar de tudo, aqui no Brasil eu tive uma boa base, apesar de poucos recursos. Eu tive a Berenice que fez um trabalho bom de base. Quando eu cheguei aos Estados Unidos, lógico que é outro nível. Eu fui lá treinar com as melhores. Lá todo mundo já fazia Giro Gigante, enquanto aqui todo mundo ainda fazia série de bater a barriga nas barras. Entendeu? Então o nível lá era outro. Mas eu tinha uma base boa para poder me preparar, para conseguir chegar lá e fazer esses outros elementos (TATIANA FIGUEIREDO, p.2-5).

Nós tínhamos sessões de força, de flexibilidade, que a gente chamava de “Menguele”. E Chorava... Todas as crianças choravam e era um horror. Para quem passava por um ginásio que não tinha nada a ver, porque era um ginásio que ia para o Vôlei também, ficavam horrorizados com aquilo e a gente passava quase que três vezes por semana por aquilo e continuava ainda gostando da Ginástica (p.2).

Nos treinos já, sempre tinha a parte de aquecimento geral que geralmente é um aquecimento, uma corridinha, parte depois articular e depois a parte de flexibilidade. Quando passou a ser duas sessões. Logo depois desse aquecimento geral, a gente ia para coreografia, depois a “maromba”: parte de força, de condicionamento específico. E depois é que a gente ia para os aparelhos. Tinha a sequência lá da semana com dias mais fortes, dias mais fracos. E em alguns momentos, nós treinávamos essa parte de condicionamento específico após o treinamento (LUISA PARENTE, p.12).

Sobre a organização das séries durante o ano, eis o relato sobre o controle e treinamento de séries¹⁵⁰ nos aparelhos:

Série nós fazíamos só uma época do ano e era bem menos de quando eu era técnica. Era totalmente diferente, era muito mais suave, era muita repetição até conseguir, várias séries até a mão sangrar, a gente não parava enquanto não conseguia fazer a saída de sublaço mortal, daquele pé na mão e mortal. Tinha que ficar tudo certo e nós fazíamos muitas séries, sempre tinha segurança do mestre, sempre ajudava a gente nas coisas que tinha insegurança ou medo na trave, duplo no solo. Não, não tinha duplo na Gama Filho, era só pirueta, dupla pirueta e nós treinávamos no colchão com ajuda (p.10). [...] Na época de campeonato era uma preparação diferente, era bem sério, a gente fazia, desfilava, ensinava a gente a entrar no campeonato, fingia que era campeonato de verdade no treino, fazia a competição, se apresentava e ele julgava. Fazia igual no campeonato, avaliação interna, sempre teve preparação e a gente sabia o que fazer na hora. (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.13)

Nos EUA a aparelhagem era muito melhor! Tinha controle de séries que o técnico fazia. Eu não anotava, nunca anotei nada, mas o treinador falava: “você tem que fazer dez séries na trave”, por exemplo, “seis séries de paralela”. Tinha que fazer tantas séries sem queda. Tinha que ser séries seguidas na trave, por exemplo, senão tinha que começar de novo. Não o ano todo, às vezes. Séries obrigatórias então eram 20 séries de trave. Aquela coisa sistemática, não ter erro (TATIANA FIGUEIREDO, p.2).

E numa época, em que eu treinei com Sérgio Jatobá eu me recordo ele simplesmente mandava a gente entrar no aparelho, sem aquecer nada e fazer quinze séries. E a gente

¹⁵⁰ Determina-se “série”, a sequência a ser apresentada em cada parêntese nas competições.

fazia as quinze séries. Tinha aquecimento geral antes, apenas corporal. No aparelho não aquecia. Entrou e prova. E era realmente assim, havia uma demora maior na competição. Então a competição durava quatro horas. Não era esse sistema tão dinâmico. Então, até se fazia justificar esse método. Em relação ao volume de séries e outros técnicos, tem alguns momentos, por exemplo, que eram séries divididas, séries ao meio. Mas assim, sempre quantidade. Tipo sete, seis. E o que caísse tinha que repetir tantas vezes. Na Trave tinha exigência de tantas séries sem quedas (LUISA PARENTE, p.12).

E finalizando esta geração, as ginastas explicam se havia testes físicos para controle da forma física das ginastas e como eram feitos:

Olha teste físico, de força essas coisas eu não sei se estou esquecendo, mas o teste físico de força, flexibilidade e impulsão eu não consigo me lembrar (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.10).

A gente não fazia teste físico não. [...] Eu fiz muito disso (teste físico) quando eles reuniram os atletas nesse CEFAM. Eles fizeram tudo: teste físico, teste psicológico. Fizeram uma bateria de testes com a gente. Exame médico de todos os tipos. Acho que foi até um tipo uma pesquisa que usaram a gente (TATIANA FIGUEIREDO, p.2-3).

Cláudia Magalhães, depois de sua mudança para o Flamengo comenta, assim como Luisa Parente, que os testes físicos eram realizados anualmente.

Nessas falas é possível verificar ainda que elas começam a ter os primeiros resultados expressivos cerca de quatro a cinco anos após o início na modalidade, e a participação nos Jogos Olímpicos acontece para Luisa Parente 9 anos após a iniciação na GA, aos 15 anos, para Tatiana Figueiredo, oito anos após seu início, aos 16 anos, e para Cláudia Magalhães, cinco a seis anos após o início na modalidade, com 18 anos¹⁵¹, quando atingem a etapa de resultados superiores.

Nesse ano, foi um ano muito importante para mim, em 79. Eu comecei a ganhar, a sair do 5º lugar, 6º lugar, 4º lugar entre as seis, sete meninas que representavam o Brasil: Lílian Carrascoza, Silvia dos Anjos, Marian Fernandes, Cristina Coutinho, Jaqueline Pires, Kátia Murteh, Altair Prado e eu. [...] Nesse ano eu comecei a ganhar no campeonato carioca, porque quem ganhasse o carioca representava o mesmo peso do nacional, eram as mesmas meninas, quase todas cariocas. [...] Então no campeonato carioca, eu ganhei em 1º lugar, a primeira vez que eu ganhei das meninas que tinham sempre sido as melhores. Depois teve o outro campeonato que foi uma taça, acabei de esquecer o nome, era essa taça que todo ano acontecia eu também ganhei a primeira vez em 79, no meio do ano. [...] Quando chegou o fim do ano aqui no Texas/EUA, que era eliminatória para a Olimpíada, eu não errei nada, acertei todas as séries obrigatórias e

¹⁵¹ É importante lembrar que Cláudia Magalhães, iniciou a GA aos 13 anos de idade, diferentemente das outras companheiras da mesma geração.

livres. Fiquei em primeiro de novo das meninas todas, aí com isso o convite que era nominal foi dado a mim (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.4-5).

O Flamengo começou a se dar muito bem na Ginástica. A gente participou dos Campeonatos Brasileiros. Em 84, que eu tinha onze anos, foi meu primeiro campeonato internacional, o sul-americano, e eu fui campeã individual sul-americana infantil. Certamente estadual também. Eu era, por exemplo, já vice-campeã e 3º lugar do juvenil e do adulto aos onze anos. Então teve, por exemplo, um campeonato que a Ana Paula Luck (ginasta do Flamengo) ainda ganhou de mim. E que a Patrícia também foi campeã. Mas elas eram juvenis já e eu era infantil ainda. Depois disso não mais (LUISA PARENTE, p.2).

Tatiana Figueiredo, em citação anterior comenta que, em 1980, reuniram as melhores ginastas do Brasil no Projeto Impacto e ela foi uma das ginastas chamadas, o que indica que aos 12 anos já começava a se destacar também como uma futura promessa brasileira.

As três ginastas desta geração realizaram treinamentos no exterior durante alguns momentos de suas carreiras, sendo que Tatiana Figueiredo realmente mudou para os EUA, ficando por cerca de dois anos. Luisa Parente e Cláudia Magalhães comentam apenas de intercâmbios mais rápidos, por um ou dois meses, tanto nos EUA como na Europa.

Na geração seguinte, nomeada neste estudo como ginastas de transição, com Soraya Carvalho, Daniele Hypólito, Camila Comin e Daiane dos Santos, será realizada a mesma apresentação da geração anterior, para que ao final deste tópico, que retrata a estrutura e organização do treinamento de ginastas, possam ser analisados os dados juntamente com a literatura que embasa o estudo.

Em relação ao tempo em que estiveram na etapa de iniciação desportiva, todas passaram muito rapidamente por essa fase assim como a geração das pioneiras. Diferentemente das demais apenas Camila Comin, que ficou durante um ano. Daiane dos Santos não chegou a sequer passar pela escolinha, Soraya não se lembra, mas diz ter sido muito rápido e Daniele diz ter ficado por três meses, como é possível verificar no seu depoimento: “Então, eu ia nestes três meses de escolinha, quando me falaram que eu ia participar da equipezinha de Santo André, e eu já fiquei super feliz, porque, na verdade, até Santo André, o meu sonho era ser Campeã Paulista Mirim.” (p.6).



Foto 39: Daniele (à frente) com sua equipe de Santo André [1990?]

As outras ginastas também falam deste mesmo período, podendo ser observado essa fase na vida de cada uma:

No início era uma coisa assim, bem divertida. Uma coisa bem leve, era uma horinha, não tinha muito. Mas assim, isso passou muito rápido. Eu já entrei para a parte de treinamento, até porque o Carlos Corbuti, ele é um treinador. Ele não é um professor de escolinha. Ele é treinador e preparava as meninas para competir. Então eu nunca tive muita fase de escolinha. Aquela recreação. Não me lembro quanto tempo fiquei na escolinha (SORAYA CARVALHO, p.4).

No início fiquei um ano na escolinha para passar para o treinamento. Eu entrei na ginástica em 89 (novembro), em 90 eu fiquei na escolinha, em 91 eu fui para o treinamento. Normalmente as crianças não ficam um ano, ficam mais, ficam dois ou três até passar para essa segunda fase. Eu tinha sete anos (CAMILA COMIN, p.5).

Porque lá no CETE, onde eu comecei, não era uma brincadeira. Não era. Era uma coisa séria! Não era tipo escolinha! Tem uma diferença já. Na verdade eu não fui para escolinha, porque eu entrei direto na equipe de lá. E depois eu já fui para o União direto e entrei na equipe. Não passei na fase da escolinha (DAIANE DOS SANTOS, p.3).

Com os treinamentos sendo direcionados para a competição, a carga horária também foi modificada e progressivamente aumentada para todas, assim como na geração anterior. Mas a diferença com relação à geração “pioneira” é que as ginastas de transição iniciaram os treinamentos em duas sessões diárias antes de grandes títulos ou classificações para

os Jogos Olímpicos. Luisa Parente passou a treinar dois períodos apenas para os JO de Seul e Tatiana Figueiredo, em outra estrutura nos EUA, que ainda não acontecia no Brasil, mas também visando à classificação para os JO de Los Angeles. Cláudia Magalhães, que participou dos JO de Moscou, nunca chegou a treinar duas sessões diárias. Sobre essa temática, cada ginasta expõe a progressão de seu volume de treinos, abordando a sua carga horária:

Em Brasília, eu treinava umas quatro horas. E eram quatro horas assim... eu sozinha. Então, não tinha fila nada. Era só o tempo de eu voltar, dava um pouquinho de tempo e já ia de novo (p.5). Lá no Flamengo, a organização do treino já era com duas vezes por dia. [...] Era segunda a sábado. Sábado só de manhã e quarta-feira era treino leve, só tinha de manhã (SORAYA CARVALHO, p.7).

Eu treinava três horas de segunda, quarta e sexta-feira. Eu fiquei mais um ano treinando às segundas, quartas e sextas-feiras. Com oito anos eu treinava todos os dias, das duas às cinco horas com a Inara. Fiquei mais dois anos com ela e com 10 anos eu passei para o Rony, onde eu treinava também à tarde inteira das duas às seis e meia. Então quando eu entrei no primeiro ano do ensino médio que eu comecei a treinar dois períodos. Antes eu treinava um período só, treinava cinco horas e a partir dos 16 comecei a treinar dois períodos, quando veio a Iryna para cá em 99 e quando foi nosso primeiro resultado mais expressivo: o 3º lugar (por equipes) em Winnipeg, nos jogos pan-americanos (CAMILA COMIN, p.4-5).

Eu já treinava dois períodos há muito tempo. Bastante tempo. Porque as meninas já treinavam dois períodos lá no União. Eu acho que o primeiro ano que eu fiquei lá, eu treinei um período, depois eu já treinei dois. Treinava das 8:30h da manhã às 11:30h e depois à noite. Eu ia para a escola e depois disso, saía da escola e começava o treino às 18:30h até as 21:30h. E aqui em Curitiba a partir de 2002 também já eram dois períodos. Só que aqui a gente treina das 8:30h às 12:00h. E à tarde o treino, porque eu vou para faculdade, é das 16:00h até umas 18:00h (DAIANE DOS SANTOS, p.7).

E Daniele Hypólito, que começou em Santo André com treinamento de três horas diárias durante os primeiros quatro anos e depois mudou-se para a Academia Yashi, aos 10 anos de idade, já comenta a mudança de carga horária dos treinos, que depois foi mantida no Clube de Regatas do Flamengo: “A estrutura de treino já vinha desde a Yashi que era uma estrutura de treino diferente, duas vezes por dia, um período de manhã de quatro horas, e à tarde de duas a três horas depois da escola. Entre um treino e outro, a gente estudava (p.7).

Sobre a organização das atividades desenvolvidas nas sessões de treino, as ginastas expõem:

A sistemática não mudou muito de um técnico para outro não, mas com o Corbutti¹⁵² eu não lembro muito bem. Foi pouco tempo, tipo um ano. As lembranças que eu tenho é que eu sempre passava por todos os aparelhos (p.4). Mas já com meu pai, era sempre. De manhã a gente acordava, ia correr meia hora, quarenta minutos num parque que tinha do lado. Eu voltava e ia para o colégio. Aí, duas horas da tarde a gente já voltava, já começava o treinamento, era o preparo físico no início, durante uma hora assim, mais ou menos, e passava por todos os aparelhos. Em todos os aparelhos eu fazia muitos, muitos elementos e série. Muita serie também. As séries não durante todo o ano, mas os elementos era essa rotina: correr de manhã, preparo físico, entrava no aparelho e sempre rodava nos quatro aparelhos. Nunca fazia três, dois aparelhos. Nunca teve isso não (p.5). [...] Lá no Flamengo, a organização do treino já era com duas vezes por dia. De manhã, duas ou três vezes por semana a gente corria, voltava e tinha o preparo físico, ballet e passava em todos os aparelhos. De tarde, preparo físico e de novo todos os aparelhos. Nessa época ainda tinha o programa de séries obrigatórias, então normalmente era programa livre de manhã e o obrigatório à tarde. Obrigatório à tarde e elementos novos também. Era essa a rotina. [...] Toda preparação que no início do ano tinha natação, tinha às vezes corrida. A natação era quase sempre no final do treino. No início do ano era preparo físico muito forte, elementos novos e natação. No segundo treino do dia a mesma coisa. Depois, aproximando dos campeonatos, tinha treinamento de meia série. Tantas meias séries e mais próximo ao campeonato: série, série, série (SORAYA CARVALHO, p.7).

Mas, no Flamengo também, tinha uma coisa que, como tinha o campo, tinha a piscina, eram partes do clube que a gente podia utilizar para fazer a corrida na grama, então, acabava que não forçava tanto. [...] E a piscina que a gente revezava, quando a gente não corria meia hora antes do treinamento, a gente nadava mil metros e isso para a gente era bom também porque a gente fazia uma coisa diferente da corrida, na verdade como se fosse uma corrida, só que nadando. Isso mais no início do ano. Mais perto de competição tinha sim a corrida, tudo, uma corrida que a gente fazia, era até longa a corrida que tinha parte de preparação física no meio da corrida, preparação física de perna, então, era uma estrutura de preparação física muito forte lá no Flamengo. Tinha preparação física e de tarde também, eram os dois períodos e tinha preparação física e tinha época que a gente fazia antes do treino, depois do treino, antes do treino da tarde e depois do treino da tarde. Então, a gente fazia quatro vezes a preparação física. Fazia os quatro aparelhos todo dia e perto de competição a gente fazia quatro de manhã e três à tarde, quatro e dois (aparelhos), dependia da competição e de como era o planejamento do treinador. Quando estava mais longe de competição, ou a gente saltava, ou a gente fazia solo de manhã, e à tarde era a mesma coisa: ou solo, ou salto.

Para Curitiba eu vim em 2003, fiquei oito meses e voltei para o Flamengo. Em 2004 eu voltei para Curitiba de novo.

Acho que diferença com o treinamento dos ucranianos, de intensidade de treinamento não teve, mas acho que cada treinador tem um jeito de dar treino, então acho que o modo de dar o treino tinha um pouco de diferença, mas não a intensidade e tempo de treinamento. Horas de treinamento sempre foi a mesma coisa. Na exigência também é igual, eu acho que é o planejamento de treino. É diferente. E o planejamento dos ucranianos é diferente de um planejamento de um treinador do Brasil (DANIELE HYPÓLITO, p.8-9).

Em relação à organização do treino, a gente chegava já tinha assim um muralzinho, onde eu comecei (Praça Oswaldo Cruz), tinha preparação física. Então tinha que seguir aquilo, depois tinha, por exemplo, todo dia tinha paralela e trave, alternava ou ballet ou solo ou elementos novos. Tinha assim uma programação, então já tinha desde pequena tinha que

¹⁵² Técnico

seguir uma evolução, que tinha que ter saltos ginásticos, tinha que ter acrobático, tinha que ter coreografia, tinha que ter flexibilidade, desde pequena. Quando eu mudei para o Rony já era mais específico como: uma hora de aquecimento, das duas às três horas ballet, então todo dia tinha balé e todo dia tinham os quatro aparelhos, divididos em um tempo menor, mas que era para ser feito tudo todo dia. [...] E quando eu mudei para o centro de excelência que teve a seleção, que já mudou tudo. Tinha controle de peso e até lá não tinha, tinha uma tarefa de férias, então as coisas foram ficando mais sérias, tinha um envolvimento maior dos pais também. [...] A cobrança foi sendo maior!

[...] Com a chegada da Iryna era tudo anotado, quantas séries por dia, um percentual, tinha um programa, o que é o treino, cinco disso, cinco daquilo, dois disso, dois daquilo, repete isso a cada 12 saltos, 12 no duro, 12 no fosso, então aí ela fazia um controle: você acertou tanto, vai fazer tanto, no começo. Hoje em dia a gente só faz os acertos, mas no começo não. Agora no mundial ela fez um controle de quedas e acertos, eu precisei fazer 10 para acertar cinco, eu precisei fazer cinco e cinco foram bons, e hoje é mais detalhado ainda, para Atenas era assim. No começo para Sidney a nossa meta eram três séries, então não saíamos enquanto não fizéssemos três. Hoje em dia não, hoje em dia é anotado se fez a ligação tal, então eu fiz cinco séries, duas foram nota de partida oito, outra nove e outra 10 então só valeu uma, então para o outro dia só posso valer aquela, não importa o quanto eu demore. Então o rendimento, a qualidade está melhor, então hoje em dia a quantidade não é tanta, mas qualidade é maior que a quantidade (CAMILA COMIN, p.7).

Sobre os treinos, quando eu fazia no CETE também fazia aquecimento, preparo físico, tudo. Eu acho que a diferença foi a intensidade de treino. Porque lá não era uma brincadeira. Era uma coisa séria!

[...] Mas eu acho que a diferença de quando eu fui para o União acho que era a intensidade de treinamento. Que era uma coisa mais séria, e era mais no nível competitivo mesmo. Mais forte. No União tinha uma organização mais completa do que tinha no CETE. Tal mês tem competição, então tinha uma organização feita para competição. Que isso a gente já não tinha lá.

E tinha níveis de preparação física diferentes: segunda, quarta e sexta uma preparação física e terça, quinta e sábado outro tipo de preparação física. Quinta e sábado tinha musculação às vezes, principalmente no período pós férias e antes de sair de férias. Que é um treino mais de treino físico. Na verdade a gente fazia isso na volta: corrida, preparo físico, musculação mesmo. Não tão específico para elemento, mas para adaptação de força.

[...] Eu acho que essa mudança no ritmo de treino tem muito a ver com a chegada da Iryna sim. Eu acho que ela fez o começo do trabalho. Um trabalho diferente, do qual a gente tinha feito no Brasil. [...] Eu acho que em relação aos ucranianos e os técnicos brasileiros, no nível do treino não tem muita diferença. Eu acho que às vezes é a maneira de explicar. Acho que isso faz a diferença, assim porque quanto ao treino não tem muita diferença: carga horária, como eu posso te falar, resistência para treino, preparação física. Até antes eu fazia mais preparação física do que eu faço agora, na verdade, quando eu treinava no clube. Talvez seja porque eu era mais nova. [...] Mas eu acho que é mais isso, eu acho que é mais pela experiência que eles têm. Na parte de treinamento, de como você vai ensinar tal elemento, porque às vezes um técnico brasileiro não tem (DAIANE DOS SANTOS, p.3-6).

É possível perceber claramente na fala de Camila Comin, em relação à evolução do treinamento dos ucranianos para os JO, a questão da modelação para a competição, do aumento da estabilidade técnica, aspecto característico da GA.

A modelação é uma imitação, uma simulação da realidade baseada em elementos específicos do fenómeno que observamos ou investigamos. Trata-se, portanto, de uma forma análoga à competição, obtida por abstração de um processo mental de generalização a partir de exemplos concretos. [...] Por meio da modelação, o técnico dirige e organiza as sessões de treinamento de forma que os objetivos, métodos e conteúdos sejam semelhantes aos da competição. (BOMPA, 2002, p.43-44).

O'Brien (1979) em observação aos treinos da ex-URSS também aborda esse período de preparação para competições importantes, dizendo que se acentuava o aumento da estabilidade da execução da técnica, objetivava-se o alcance do alto nível de condição física, psicológica e preparação moral, a fim de garantir a participação com sucesso nas competições principais.

Em relação ao volume de séries e a sua distribuição durante o ano, algumas ginastas relatam:

Tinha uns números malucos de séries. Mas em média, era assim, um número alto: séries de trave eram cinco, séries de paralela eram duas, séries de solo uma, e 10 a 15 saltos. Todo dia. E eu treinei lá¹⁵³ até os Jogos Olímpicos (SORAYA CARVALHO, p.7).

Em relação às séries, um mês antes da competição a gente tem que fazer série completa¹⁵⁴, um mês antes, série como se fosse no dia da competição. Mas o período de treinamento assim específico, as meninas entraram em janeiro, hoje (um mês depois), elas já estão fazendo série de trave, já estão fazendo metades de série de paralela e série de solo no fosso. Porque quando começa no fosso você não tem aquela sobrecarga, o corpo já está acostumado a fazer uma sobrecarga alta antes da competição. Antigamente você começava duas ou três semanas e começava a fazer série completa duas semanas antes da competição. Lá não. Para você ter uma noção, na Olimpíada a gente tem aquele treinamento antes, então vai de manhã com aquecimento geral lá embaixo (ginásio de aquecimento) e a gente faz uma série, quando sobe para o pódio (local da competição) a gente faz uma série, daí a gente desce para descansar. No aquecimento de 30 segundos na hora da competição a gente faz outra série, não é parte, não é elemento, é série. Você não tem tempo, porque antes era com duas meninas agora com seis, as seis tem que subir, as seis tem que fazer série. Se você erra lá em cima você volta lá embaixo de novo e você faz uma série, então é melhor você fazer uma lá, do que fazer duas. É muita série que a gente faz, muita sobrecarga então a repetição é muito maior, a qualidade também e os acertos também com certeza, se eu acerto lá eu vou subir com chances de acertar, agora se eu faço dois elementos, e o elemento que eu não fiz? Então se você sobe e faz sua série você está tranquila para subir e fazer a mesma, você não sobe com receio de errar na competição. Essa certeza que a gente tem que antigamente a gente não tinha. Se eu estou desaquecida, qual força que eu tenho que fazer, se eu estou aquecida qual é a força, se eu estou cansada qual é a força, se eu estou mais leve, se eu estou pesada, então todas variantes a gente faz antes de fazer na competição (CAMILA COMIN, p.7-8).

¹⁵³ Clube de Regatas do Flamengo

¹⁵⁴ No Centro de excelência, treinando com a seleção brasileira em Curitiba.

O assunto de volume de séries e sua distribuição durante o ano emergiu durante os depoimentos, e não era uma tema abordado no roteiro de depoimentos, portanto algumas ginastas não comentam sobre isso, como é o caso de Daniele e Daiane. Mas é possível verificar essa questão ao menos na última fase de seus treinamentos para Atenas, na seleção brasileira, pela fala de Camila Comin, pois Daniele, Daiane e Camila passaram pela mesma preparação em Curitiba.

Em relação aos testes físicos, se eram ou não realizados e com qual frequência durante os treinos, Soraya Carvalho relata que realizava testes físicos duas vezes por ano no Clube de Regatas do Flamengo e que já os realizava em Brasília anteriormente, mas diz não se lembrar da sua frequência. Daniele Hypólito comenta que realizava testes físicos nos treinamentos mais no início do ano, quando voltava das férias. Outras ginastas também relatam sobre o assunto:

Sobre testes físicos, fazia no União. No União a gente fazia testes físicos sim. Até mais seguido do que a gente faz na Seleção, na verdade. Os testes que fazíamos no União...tinha canivete no espaldar e no chão. Depende da época tinha canivete noventa graus e o inteiro. Ah... corda, por tempo, salto no plinto, parte de pliometria, parte de flexão, acho que tudo na verdade: abdomen, perna, braço, tudo.
[...] O teste de treinamento deles¹⁵⁵ é diferente, bem diferente do que a gente treinava já aqui (DAIANE DOS SANTOS, p.5-6).

Sobre testes físicos: a gente fazia, eu fazia quando era menor, mas não era tão específico, porque a Iryna trouxe os testes de lá. Então a gente fazia testes como: salto em distância, aqueles de professor de Educação Física mesmo, aptidão física, velocidade, abdominal. Mas ela não, ela faz os testes específicos para ginástica de alto rendimento, o que precisa fazer para uma ginasta ter um percentual, o perfil de uma ginasta. Então ela trouxe isso que a gente não tinha, que também foi onde a gente conseguiu evoluir. Eu antes fazia dorsal e não sabia para quê, hoje eu sei que dorsal serve para “largada”¹⁵⁶, então hoje eu faço corda para ter velocidade de membros superiores e perguntava: faço salto em distância para quê? A gente ia treinando com ela, eu ia perguntando e ela ia explicando o porquê (CAMILA COMIN, p.7).

Em relação ao tempo de preparação para os JO das ginastas de transição, todas tiveram cerca de 10 anos de treinamentos até o primeiro JO de cada uma, sendo Soraya Carvalho com 12 anos de preparação até os JO (1996) aos 18 anos de idade, Daniele Hypólito e Camila Comin com 11 anos de treinamento para os JO (2000), e 16 e 17 anos de idade respectivamente, e Daiane dos Santos com nove anos de preparação até os JO (2004) e 21 anos de idade.

¹⁵⁵ Dos técnicos ucranianos

¹⁵⁶ Exercício com fase de voo nas barras assimétricas

Porém antes de atingirem a etapa de resultados superiores nos JO, as ginastas tiveram seus primeiros resultados expressivos com tempos bem diferentes de treinamento. Soraya Carvalho menciona em seu depoimento: “Eu treinei durante cinco anos, tive ótimos resultados, e comecei a ter convite de outros clubes” (p.2). Próximo de quatro anos de treinamento foi campeã brasileira já na categoria pré-infantil aos 10 anos de idade, o que pode ser considerado como finalização da etapa de especialização inicial e início da etapa de especialização aprofundada. Daniele Hypólito teve seus primeiros resultados expressivos aproximadamente após seis anos de treinamento: “Eu fui campeã adulta a primeira vez eu era infantil ainda. Era o meu último ano de infantil (1996). [...] Eu não cheguei a competir no Brasileiro pré-infantil. Mas o ano que eu fui campeã infantil, fui juvenil e adulta também” (p.16), o que pela exigência dos próprios exercícios para esse tipo de resultado, demonstra estar, naquele momento, aos 12 anos, na etapa de especialização aprofundada. Diferentemente da maioria das atletas que se especializam na GA, Daiane dos Santos iniciou mais tardiamente porém, apesar disso, teve uma evolução muito rápida na modalidade e começou a despontar nas competições dois anos após seu início, em 1997, aos 14 anos, quando foi convocada pela primeira vez para compor a seleção brasileira em um campeonato sul-americano. Os dados de Daiane, nesse aspecto, diferem substancialmente do que está descrito na literatura que trata do processo de formação a longo prazo das ginastas (SMOLEUSKIY;GAVERDOUSKIY, [199-]; ARKAEV; SUCHILIN, 2004).

A ginasta Camila Comin começa a ter resultados significativos aproximadamente quatro anos após o seu início na modalidade. O fato que comprova este destaque é a primeira convocação para integrar a seleção brasileira de GA entre 10 e 11 anos de idade, que segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] representa a passagem da etapa de especialização inicial para a etapa de especialização aprofundada.

Nas ginastas da nova geração, Caroline Molinari, Laís Souza e Ana Paula Rodrigues, é possível identificar mais semelhanças, pois foram companheiras de treinamento no Centro de Excelência, principalmente Caroline e Ana Paula que são naturais de Curitiba, encontraram-se mais cedo nos treinamentos já com a estrutura do Centro de Excelência, onde a seleção brasileira se concentrava e se concentra atualmente.

Sobre o tempo que essas ginastas permaneceram na escolinha, o que pode ser considerado como etapa de preparação preliminar, na qual ainda pode acontecer uma variedade de práticas desportivas, utilização de método de jogo e de competição para motivação das

crianças nas aulas, ainda de forma mais lúdica (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]), Caroline e Laís ficaram aproximadamente seis meses. Ana Paula, que iniciou a modalidade aos cinco anos, diz ter ficado próximo de três anos nesta etapa¹⁵⁷.

Em relação ao aumento no volume do treinamento em horas a progressão aconteceu da seguinte forma:

No começo eu treinava duas ou três vezes por semana da escolinha, e depois acho que eu treinava todo dia, três horas por dia. Com a Inara já era todo dia. Acho que eu tinha uns sete, oito anos e já treinava todos os dias, três horas por dia. [...] Essa organização de treinar dois períodos mudou só quando a Iryna chegou. Para mim, porque eu sei que nos outros clubes as meninas treinavam de manhã e de tarde já, mas eu comecei a treinar de manhã e de tarde só quando a Iryna veio¹⁵⁸ para o Brasil (CAROLINE MOLINARI, p.3).

Treinávamos um período só. Acho que até o primeiro meio ano que eu treinei no COC foi meio período, dava acho que umas quatro horas de treino. Depois eu treinei duas vezes, comecei a estudar lá no COC mesmo, então ficava o dia inteiro lá. Então começava acho que oito e meia o treino até meio dia. Tinha aula lá mesmo, a gente almoçava lá, e voltava para o treino meio à noite. Próximo dos dez anos eu já treinava dois períodos (LAÍS SOUZA, p.3).

A gente treinava das duas às cinco, eu acho. É. Todo dia, de segunda a sexta-feira. Acho que a partir dos seis anos, a gente começou a treinar isso na praça. Na AGIPAR, a gente treinava das duas às sete. Tinha um intervalo no meio. A gente treinava de segunda a sábado. [...] Depois quando vieram o Anatoly e a Iryna, eu não me lembro se os dois vieram juntos. Mas acho que sim, o Anatoly foi embora e ficou só a Iryna. Na Universidade do esporte de manhã e de tarde, era das oito ao meio dia. Não. Eu estudava ainda na escola, era das duas às sete, continuou um tempinho nesse horário. Quando a gente começou a entrar na Seleção já mudou tudo. A gente começou a treinar de manhã e de tarde das oito horas ao meio dia, estudava da uma às quatro e meia e treinava das quatro e meia às sete (ANA PAULA RODRIGUES, p.4).

Ou seja, Laís começou seus treinamentos em duas sessões de treino diárias por volta dos 10 anos de idade, Caroline aos 13 anos e Ana Paula aos 11 anos aproximadamente. Esse fato sugere o início da etapa de especialização aprofundada, quando há um aumento substancial no volume de treinamento dos atletas (ZAKHAROV; GOMES, 2003) e corresponde à faixa etária sugerida por Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-], pautada nos estudos descritivos da carreira de grandes campeões da modalidade, principalmente da extinta União Soviética.

¹⁵⁷ Analisando seu depoimento ela considerou escolinha como todo o período que treinou na praça Oswaldo Cruz e não apenas o período sem direcionamento competitivo na modalidade, que já teve início neste mesmo local.

¹⁵⁸ Em 1999.

Além disso, é possível diagnosticar, a partir dos depoimentos, que as ginastas treinavam no Centro de excelência cerca de seis horas e meia, divididas em duas sessões de treino diárias, o que se assemelha ao volume de treino das ginastas russas, cujo volume é de cinco a seis horas. Contudo, esse volume pode dividir-se em até três sessões diárias (ARKAEV; SUCHILIN, 2004), o que poderia ser considerado mais racional, pois possibilitaria haver maior tempo de recuperação entre as sessões de treino das ginastas, o que promoveria maior qualidade de execução técnica, característica esta altamente específica da GA.

Em relação ao conteúdo dos treinamentos as ginastas explicam em seus depoimentos a composição e organização de suas sessões de treino:

Então, eu acho que eu fiquei uns seis meses na escolinha, e já passei para o treinamento. Era bem rígido, então era bastante exigido da gente. Só agora, eu vejo como eu faço o trabalho com as meninas e é totalmente diferente. Porque eu acho que os treinadores não sabiam como fazer direito, então iam fazendo. O técnico fala: “eu acho que é assim, eu vi lá assim” e vai pegando uma coisa aqui outra ali. E a ginástica vai evoluindo e tudo vai evoluindo, as técnicas, então era muito diferente do que eu faço agora com as minhas alunas. Não tinha aquele trabalho tanto postural, essas coisas, era mais: “faz mortal”, eu ia lá e fazia mortal. Não tinha aquela coisa de ensinar passo por passo, “salta na vela”, todos esses detalhes não existiam, ia no global: vai e faz.

Na organização do treino, a gente fazia sempre corridinha básica no começo do treino, e depois acho que a gente fazia preparação física, flexibilidade e os aparelhos. Não fazíamos todos os aparelhos todos os dias, era dividido: um dia era trave e solo, no outro dia era paralela e salto, dividia assim, não eram todos os dias todos os aparelhos.

Quando eram dois períodos, fazíamos de manhã aquecimento, preparação física, fazia acrobático, ballet, fazia todos os aparelhos de manhã. Se de manhã tinha feito ballet na barra, de tarde era ballet na trave, fazia barrinha para paralela, exercícios posturais e fazia um pouco de paralela e trave.

O acrobático que eu falei é do track¹⁵⁹ (tumble track), na pista, acrobático, serve para a trave e para o solo na verdade. Salto nós treinávamos todo dia, mas um dia plano alto, médio, baixo¹⁶⁰.

Agora séries, isso eles (ucranianos) fazem uma coisa que é muito boa. Acho que isso é o que faz a diferença, direto treina série, não tem porque parar. Então o quanto antes você começar a fazer série melhor, mesmo que seja série simplificada. Assim, voltou das férias já está entrando na performance, já vai começando a treinar série, metade mais metade, de manhã treina as séries e de tarde os elementos, por isso que tem dois períodos (CAROLINE MOLINARI, p.2-3).

Bom, em relação aos treinos e séries, fazíamos série todo o tempo, sempre. A gente nunca deixou de treinar série. Podia não ter competição, podia ter, a gente podia estar em Janeiro e a competição só em Dezembro e a gente fazia série. Se a gente não fosse competir e se estivesse longe a gente diminuía a saída da Trave. Não fazia com a saída, da Paralela tirava um elemento ou entrada. Facilitava alguma coisa, mas série normal. E aos poucos ia dificultando com novos exercícios. Ia aumentando também a carga. A

¹⁵⁹ Uma grande pista como um trampolim acrobático (cama elástica) comprido, de 15 metros ou mais.

¹⁶⁰ Aterrissagem com mais ou menos altura. Quanto maior a altura do plano, menor o impacto.

gente fazia duas séries de Paralela e na época de competição eram quatro. Aumentava assim (ANA PAULA RODRIGUES, p.5).

Eu fiquei muito pouco tempo na escolinha, acho que não fiquei nem seis meses. Nossa! Foi muito pouco. Já me passaram para o treinamento. Eu não lembro bem ao certo se era todo dia. No começo era muito brincadeira. (p.2)

[...] Nossa! Acho que eu fiquei uns dois anos, três, mais ou menos lá. Tinha, tinha bastante preparação física já. Eu fiquei até uns sete ou oito anos lá, mais ou menos isso. Nessa parte de preparação física sempre teve subida de corda, parada à força, não tinha muita flexibilidade, a gente não fazia muito espacato, essas coisas assim. E depois, eu fui para o Moura Lacerda. [...] A gente ficou um tempo pequeno assim que eu me lembre lá. Não deve ter chego um ano. Aí a gente foi para o COC (colégio).

Quando eu fui para o COC eu devia ter uns nove, ia fazer nove anos. No COC, ficou sendo a Raquel e o Roger de técnicos. Devo ter ficado um ano ou dois anos no máximo lá. [...] O treino já era bem mais forte, porque teve uma época que o COC era uma das melhores equipes do Brasil.

[...] Em São Caetano do Sul, deve ter dado um ano lá. E foi bom assim, foi aproveitado aquele ano, a gente treinou bastante, e às vezes também a gente observava como que era o treino das meninas aqui da seleção. E ele já foi passando esse regime para a gente lá. Foi se preparando já para vir (para Curitiba) mesmo. Então, mudou o treinamento, mudou a preparação física. Ele (técnico) tentou meio que adaptar com o que elas faziam aqui. O que elas faziam aqui é o que eu faço hoje. Mais ou menos, porque não mudou muito, mudou quase nada. [...] Eu vim para Curitiba em 2001. Senti um pouco de diferença, a gente sofreu bem assim, com mudanças de treinamento acho que uns três meses a cinco mais ou menos, cinco meses. O que muda é a preparação física, que a gente fazia mais preparação física no começo lá em São Caetano. Era bem mais fortinha, e aqui a gente começou a fazer, só essa preparação física, só que nos aparelhos a gente treina muito mais. Só que antes a gente fazia dez séries em São Caetano, dez séries para pegar resistência e caía tudo. Era uma loucura, e aqui no Centro de Excelência não. Aqui você faz sete séries que seja, mas tem que ser cravado, com postura, senão repete até conseguir.

No começo eles tentam colocar os elementos que você consegue fazer com mais certeza, e vão também corrigindo, por partes assim. Por exemplo, se eu faço assim reversão sem mãos e está muito dobrada a perna, mas eu faço... então a Nádia vai lá, ela tenta passar a técnica certa até você fazer certo. Pode cair no começo, mas fazendo certo, porque se você acertar o jeito de fazer você vai fazer. Então, não tem muito segredo, é arrumar o negócio, vai sair certo.

[...] Atualmente aqui em Curitiba a preparação física a gente sempre faz a mesma. Então, acho que são três exercícios de perna, e a maioria é de braço e são acho que três de perna, três de abdômen e o resto é tudo de braço. Então, a gente chega lá de manhã, tem o aquecimento, tem acrobático, tem uma preparação física. E depois treina os quatro aparelhos. Volta à tarde de novo, tem um aquecimento que não é tão comprido. Se de manhã a gente fez uns quinze minutos de aquecimento, à tarde são sete mais ou menos, para não ficar muito tarde. E tem a preparação física que é com pouco menos de pernas. Porque nesses exercícios de perna é “rodante-flic-duplo”, não é bem localizado. E à tarde a gente faz a mesma preparação física só que sem perna, e um pouco menos de abdômen também. Só que braço, que é parada à força, lançamento, tem flexão na parada, tem corda, são cinco. É só esses. Então, a gente faz de manhã e à tarde nossa preparação física e depois roda quatro aparelhos de novo. E de quarta feira um período só. Não há nenhum dia que não tenham impacto. Todo dia tem série no aparelho. Então, normalmente, a gente chega das férias, e não dá para se chegar fazendo série. Então, você chega, começa devagarzinho fazendo os aparelhos e quando começar a conseguir fazer série, você já tem que fazer. Dá mais ou menos um mês, dependendo da menina. Por exemplo, a Daí (Daiane dos Santos), se falar: “oh, voltou das férias... faz série de paralela”, ela faz. Só que eu, por exemplo, demoro um mês, um mês e pouco para

conseguir fazer, só que pelo menos meia parte mais meia parte tem que fazer (LAÍS SOUZA, p.2-5).

As três ginastas desta geração enfatizam no conteúdo do treinamento a qualidade dos treinos e as séries. Não enfatizam tanto a preparação física, dizendo que até faziam menos do que com os técnicos ucranianos, assim como algumas ginastas de transição também relatam. Os depoimentos das ginastas sugerem que o treinamento dos técnicos brasileiros parece ser composto por um maior volume de exercícios gerais, já no treino dos técnicos ucranianos importância maior é dada aos exercícios específicos, que solucionam os problemas da preparação física e técnica de maneira paralela, talvez por isso, possa parecer para as ginastas que a preparação física tenha diminuído. É possível admitir que as ginastas ao relatarem a diminuição da preparação física estejam se referindo à preparação física geral. O volume maior de exercícios gerais no treinamento dos técnicos brasileiros pode estar relacionado também às etapas trabalhadas pelos mesmos, anteriores às etapas de resultados superiores e de manutenção de resultados trabalhadas pelos técnicos ucranianos, portanto havendo a necessidade deste volume maior de exercícios gerais em etapas anteriores.

Apontam também bastante para a repetição de elementos nos aparelhos, passando por todos os aparelhos diariamente, sendo alguns mais de uma vez por dia, mas com foco de trabalho diferente. Se em um período trabalham com séries, em outros enfatizam a repetição e execução dos elementos, ou execução de exercícios de preparação especial realizados em diferentes meios de treinamento, como planos altos, tumble track, fosso, etc.

Em relação ao volume e distribuição de séries durante o ano, todas as ginastas da nova geração apontam para a mesma direção, dizendo que foi o aspecto em que mais sentiram diferença nos treinamentos com os técnicos ucranianos, trabalhando com séries durante todo o ano, e não apenas no período pré-competitivo, como trabalhavam anteriormente na maioria dos clubes, como as pioneiras e as ginastas de transição retrataram. Ou seja, no sistema de treino implantado pelos ucranianos claramente há um predomínio da preparação especial em detrimento da preparação geral, o que está em concordância com a tendência moderna do treinamento desportivo (ISSURIN, 2007; SIFF; VERKHOSHANSKY, 2000; TSHIENE, 1990).

De acordo com os dados do quadro 8, exposto por Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-], já a partir dos 10 anos de idade as ginastas iniciam o treinamento de séries no período inicial de preparação, logo após o período transitório, além disso, o volume de séries aumenta

gradativamente em direção ao período competitivo. Essa distribuição do volume de séries, ao longo do ciclo anual, parece se assemelhar com o que os técnicos ucranianos desenvolveram no Brasil.

Na revisão de literatura, esses autores também apresentam, no gráfico 1, a distribuição do volume de séries de um modelo de macrociclo para a GA, permanecendo durante todo o tempo com variações da carga de cinco a vinte séries diárias e somente nos microciclos de transição não se realizam séries.

Não há nos depoimentos abordagens precisas sobre o volume diário de séries, mas as ginastas pioneiras, Tatiana Figueiredo e Luisa Parente relatam volumes mais altos, seis a sete séries diárias em cada aparelho, além das ginastas que tiveram acesso aos treinamentos com os ucranianos.

Sobre os testes físicos das ginastas da nova geração, como treinam desde 2000-2001 no Centro de Excelência, não há diferença entre elas. Caroline não aborda este assunto no seu depoimento, mas como realizava seus treinamentos no mesmo grupo de ginastas, entende-se que efetuava os mesmos testes físicos, pelo menos após essa data.

Em relação a testes físicos, a gente iniciava o ano, passavam alguns meses e a gente já fazia uma avaliação física. Fazia teste de corrida, subida na corda, teste de salto em distância, teste de flexão, de parada a força, de quipe-parada, abdominal no espaldar 90 graus, salto no plinto três gavetas (no início acho que eram duas) de quem fazia mais repetições em determinado tempo. Fazíamos estes testes três vezes, quatro por ano (ANA PAULA RODRIGUES, p.5).

Sobre testes físicos eu não fazia muito, tinha teste, mas era mais como que fala, era mais, não brincadeira, é que o negocio aqui é mais sério. Eles são sérios. Aqui têm testes, mas não tem muitos. Deve ter uns quatro no ano. Ainda mais que têm várias competições então, para eles o que importa mesmo é que você consiga fazer suas séries. Porque a gente não está na ginástica para ficar forte ou para conseguir fazer 20 parada à força ou alguma coisa assim. A gente está para fazer a série cravada e limpa. Porque vai chegar lá no árbitro e falar: “oh, vou fazer dez parada à força, ou vinte, não vai adiantar”. Então, tem que fazer a série perfeita mesmo (LAÍS SOUZA, p. 5).

Reunindo os dados das diferentes gerações sobre a existência e quais testes físicos eram realizados, é possível perceber pela fala das ginastas que não havia muita conscientização da importância da realização dos testes físicos na geração das pioneiras, refletindo-se inclusive na sua frequência, que as pioneiras relatam ter sido anual, principalmente no início do ano, após o período de transição. Nas ginastas de transição, algumas ainda relatam testes mais gerais de aptidão física, como é o caso de Camila Comin. Daiane dos Santos já

menção alguns testes mais parecidos com os realizados pelos ucranianos, expostos pelas ginastas na nova geração, como: canivete no espaldar, subida na corda, salto sobre o plinto (com duas ou três gavetas).

Os testes expostos pela nova geração de ginastas, realizados pelos ucranianos são: teste de corrida de 20 metros, subida na corda, salto em distância (horizontal), teste de flexão de cotovelos, elevação à parada de mãos partindo da posição de esquadro, combinação de quipe e parada de mãos em sequência nas barras paralelas assimétricas, abdominal no espaldar partindo e chegando com ângulo de 90 graus entre membros inferiores e tronco e salto sobre o plinto (duas ou três gavetas), todos com a frequência de três a quatro vezes por ano. A nova geração destaca a importância dos testes, mas explica que mesmo que eles não fossem tão bons, o mais importante mesmo para os técnicos ucranianos eram as performances das séries nos aparelhos. Devido ao método de pesquisa utilizado, não foi possível identificar os parâmetros destes testes físicos realizados pela seleção brasileira de GAF. A literatura internacional apresenta os testes físicos realizados (quadro 10) na extinta União Soviética com os seguintes parâmetros, já mencionados anteriormente na revisão da literatura. A partir destas informações da literatura internacional é possível estabelecer uma relação de semelhança entre os testes realizados pela seleção brasileira e pela ex-URSS: subida na corda, corrida de 20 metros, salto horizontal e elevação à parada de mãos a partir do esquadro.

A partir da distribuição de sessões de treino no treinamento anual (quadro 12) exposto por Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-], é possível verificar que as sessões de controle físico e técnico representam cerca de 10% das sessões de treino e têm grande importância nos períodos preparatório e competitivo.

Em relação ao tempo que levaram para atingir a etapa de resultados superiores, as ginastas da nova geração assemelham-se às gerações anteriores, pois o tempo oscila entre 11 e 13 anos de treinamento, sendo Caroline com 13 anos desde o início na modalidade, Laís com 12 anos e Ana Paula com 11 anos, todas para os JO de Atenas (2004). Em relação a essa etapa, a Olimpíada pode ser considerada um marco, pois a participação no CM de 2003, já demonstra que as ginastas se encontravam nessa etapa. A idade das ginastas na participação dos JO de Atenas foi: Caroline aos 18 anos, Laís e Ana Paula aos 16 anos, sendo que Laís ainda participou em 2008 dos JO de Pequim aos 20 anos, competindo em alguns aparelhos para contribuir para a classificação da equipe brasileira.

O quadro 22 apresenta a idade de todas as ginastas brasileiras participantes de JO desde 1980 até 2004, para melhor visualização e comparação, o qual mostra uma semelhança na faixa etária na primeira participação em JO entre 15 e 18 anos, fato que é corroborado pelos dados da literatura que apresentam as “zonas de possibilidades ótimas”, zona essa que corresponde a etapa de resultados superiores, de acordo com a nomenclatura adotada na presente tese, de ginastas entre 15 e 19 anos (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]).

Em relação aos anos de treinamento até a participação em CM e JO, as brasileiras também estão na faixa correspondente ao que é relatado pela literatura, que fica em torno de 10 anos de treinamento (SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY, [199-]). Com exceção de Cláudia Magalhães é maior a semelhança entre as ginastas brasileiras a partir da geração de transição (Quadro 21).

QUADRO 21 - Idade das ginastas em cada participação em JO e tempo de treinamento para tal

Ginastas	Idade nos JO	Tempo de treinamento até os JO (1ª participação)	Idade nos JO (2ª participação)	Tempo de treinamento até os JO (2ª participação)	Idade nos JO (3ª participação)	Tempo de treinamento até os JO (3ª participação)
Cláudia Magalhães	18 anos	5 anos				
Tatiana Figueiredo	16 anos	9 anos				
Luisa Parente	15 ¹⁶¹ anos	9 anos	19 anos	13 anos		
Soraya Carvalho	18 anos	12 anos				
Daniele Hypólito	16 anos	11 anos	20 anos	15 anos	24 anos	19 anos
Camila Comin	17 anos	11 anos	21 anos	15 anos		
Daiane dos Santos	21 anos	9 anos	25 anos	13 anos		
Caroline Molinari	18 anos	13 anos				
Laís Souza	16 anos	12 anos	20 anos	16 anos		
Ana Paula Rodrigues	16 anos	11 anos				

¹⁶¹ Até 1988 era permitida a participação de ginastas com 15 anos de idade (ano que completa).

Outra questão que pode ser destacada na preparação de ginastas é a existência de aulas de ballet e/ou coreografias durante a sua formação. Todas as ginastas passaram por aulas de ballet durante a sua carreira e algumas destacam isso como um fator muito importante em sua formação. Cláudia Magalhães comenta que havia aulas de ballet para as meninas visando uma melhora na postura. Daiane dos Santos tinha aulas de ballet no Grêmio Náutico União, seu clube em Porto Alegre, de três a quatro vezes por semana. Soraya Carvalho comenta que desde que ingressou no Flamengo em 1992, aos 14 anos, teve aulas de ballet duas a três vezes por semana, na barra de ballet ou na trave de equilíbrio, sendo ministradas por professoras de ballet ou pela própria técnica, que tinha formação em ballet.

Na estrutura do centro de excelência, Caroline Molinari comenta ter ballet diariamente, sendo que se de manhã fosse utilizada a barra de ballet, à tarde seria na trave de equilíbrio, e vice-versa, e ainda alerta sobre a importância desse trabalho:

Uma coisa que eu acho que fez bastante falta na base foi ballet. A gente não fazia ballet, não tinha ballet para a gente, então, agora eu vejo assim, eu nem sei se eu posso ficar comparando com agora, com o que eu faço com minhas alunas, porque elas fazem ballet. É uma coisa muito importante para poder ter postura, senão fica aquela ginasta toda feia, toda dobrada¹⁶², então eu acho que é importante ballet e a gente não tinha, não fazia ballet ou fazia muito pouco, não me lembro direito, bem pouquinho se fazia, uma vez na semana (CAROLINE MOLINARI, p.3).

Arkaev e Suchilin (2004) relatam a utilização do ballet como um meio de preparação de ginastas russas, que se utilizam de diferentes variantes para desenvolver a parte coreográfica: o tradicional ballet clássico na barra de 35 a 40 minutos diariamente, variando de acordo com o período do treinamento; coreografia de séries de Trave de equilíbrio no próprio aparelho: cinco a seis vezes por dia; coreografia de Solo: aproximadamente dez vezes por dia. Essa preparação é ainda maior nas seleções russas mais jovens.

Outro aspecto de importância nos treinamentos das ginastas foram os intercâmbios, principalmente das primeiras ginastas pioneiras e das ginastas de transição. Na nova geração não houve tantos intercâmbios, talvez pela falta de necessidade devido à excelente estrutura montada para a seleção brasileira no próprio país. Laís Souza, que fez parte da nova geração de ginastas, comenta sobre o assunto: “Eu nunca fiz intercâmbios fora do país para

¹⁶² Expressão utilizada para designar ginastas com falhas posturais.

treino, nunca, sempre aqui mesmo (p.8). Ou seja, a estrutura antes procurada em outros países para auxiliar na preparação das ginastas brasileiras, a partir desta geração estava no Brasil, possivelmente sendo considerados desnecessários os intercâmbios com outros países. Laís menciona: “sobre a comparação com outros países em relação à estrutura toda e treinos, acho que agora aqui está bem parecido com o de fora, com o pessoal de fora” (p.10).

Tatiana Figueiredo não menciona outros intercâmbios, além do estágio de um ano e meio que fez nos EUA. Entre os intercâmbios realizados pelas ginastas, algumas destacam:

Fizemos estágio no exterior em 79. Nós fomos para a Alemanha, treinamos lá uns 20 dias, antes do campeonato nacional, todo mundo. Antes do campeonato brasileiro, o campeonato brasileiro que foi em Minas Gerais. Antes nós fomos para um monte de países, ficamos na Alemanha treinando o dia inteiro com a seleção brasileira, depois teve uns campeonatozinhos, se eu não me engano, na Suíça, na Noruega, tudo para preparação para quando a gente voltasse para o Brasil, depois de um mês nisso tudo, 15 a 20 dias na Alemanha treinamento firme de manhã e de tarde, aproveitando o fosso de salto, de solo, de Barra, que não tinha para a gente, só quando ia para o exterior. E eram os dois técnicos treinando a gente, mais os alemães que ajudaram a gente, e a Berenice e o Mário que eram os técnicos da seleção, os dois dividiam, se juntavam nesse esforço para treinar todo mundo, e era legal, muito bom treinar junto na seleção brasileira (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.13).

Nessa época de 88, nós tínhamos o patrocínio da Adidas, então conseguimos dois estágios no ano, um na França e outro na Alemanha na véspera da Olimpíada já. Porque também a Federação Alemã era bem familiarizada com a Federação Brasileira. Mais através até dos ex-atletas brasileiros que moravam lá. [...] Então a gente treinou lá um mês. No melhor ginásio de Frankfurt que era no meio de um bosque maravilhoso. A gente pegava um trem na estação, ia para casa, ou para passear, sei lá, para outros lugares e depois tinha o dormitório e era maravilhoso tudo. Não dormíamos no ginásio, a gente dormia na casa desses brasileiros. E o trem dava numa estação em um bosque. Então você atravessava o bosque dava na DTB, que era o Deutsch Turner-Bund, algo assim. É o centro lá (órgão nacional de ginástica na Alemanha). E o ginásio era assim, parede toda de vidro para o bosque. E lá já tinha uma cabine de vídeo que analisava corrida, já nessa época! Filmavam os treinos e depois analisavam. E lá, era assim um prédio: embaixo tinha o tablado, em cima tinha esse ginásio. Engraçado, porque normalmente a gente tem aquela visão tradicional, um galpão, formato de ginásio. E aí foi bom. Então assim foi um treinamento “A” (muito bom) (LUISA PARENTE, p.6).

Fora os estágios que eu te falei, eu treinei fora do Brasil duas vezes em Moscou e nos Estados Unidos com Bela Karoly. Foram todos muito bons. Foi bom também para ver que o caminho era esse do treinamento árduo, forte. Que não tem treininho fraco mesmo não. Não tem milagre. Se não treinar... A rigidez é muito grande. E a mecanização e a repetição e foco, foco, foco (LUISA PARENTE, p.16-17).

[...] Fiz vários estágios fora do país. Com o meu pai eu fiz nos Estados Unidos, fiz no México. Já no Flamengo fiz nos Estados Unidos, fiz na Argentina, na Alemanha, em Cuba, fiz em vários. E o máximo de tempo que fiquei fora foram dois meses. Meu pai deixava muito assim, por exemplo, a Andréa João levou a equipe dela do Fluminense

para ficar dois meses nos Estados Unidos. E eu ainda treinava com meu pai em Brasília. Mas, eu fui junto com essa equipe. Então foi onde eu aprendi também bastante coisa. Onde tinha oportunidade meu pai me colocava para eu ter outras vivências. Bem interessante (SORAYA CARVALHO, p.5).

Para Atenas a gente não fez nenhum intercâmbio. A gente foi treinar antes de Atenas na Ucrânia. Mas a gente não teve intercâmbio porque a gente não treinou com elas em nenhum período. A gente só usou o espaço. Para treinar, para ir antes para Atenas, porque aqui é muito ruim para a gente já ficar climatizado. Antes eu já tinha feito intercâmbios com a Adriana pelo União. A gente ia muito para a Espanha. Antes, muito, muito. Íamos no período entre março, abril e maio. Nesse período normalmente que a gente ia treinar lá. O clube que pagava isso (DAIANE DOS SANTOS, p.12).

Em relação a estágios fora do país, só assim na Olimpíada. A gente foi para Ucrânia e ficou um mês, quase um mês na Ucrânia, antes da Olimpíada. A gente ficou lá no centro de ginástica, onde as meninas da seleção da Ucrânia também treinam. A gente treinava de manhã e de tarde, e dormia num hotelzinho que tinha lá, para a gente se habituar também ao clima diferente, à estrutura diferente (ANA PAULA RODRIGUES, p.6).

É possível notar que nos intercâmbios destacados pelas ginastas, alguns fazem parte de uma preparação para campeonatos importantes, como os Campeonatos Mundiais e Jogos Olímpicos. Além dos intercâmbios anteriormente destacados houve outros detalhes da preparação das ginastas para CM e JO. Daiane dos Santos relata que: “o último ano para Atenas acho que foi o ano que a gente estava bem focado também. Os dois anos. Tanto 2001 quanto 2004, não teve muita diferença na verdade. Em 2001 a gente estava bem com foco” (p.11).

Na preparação para Barcelona eu acho que foi bem diferente. Foi em vários sentidos. Mas foi tão pesada quanto em termos de treinamento. Duas sessões diárias, muito treinamento, muita carga. Do outro lado eu estava mais velha também. Então estava mais consciente. Para Seul era um treinamento de puro prazer, que assim eu estava lá, porque eu gostava de treinar. Lá em Barcelona já não: “Eu quero ir porque eu quero ir para segunda Olimpíada, vou ser a primeira ginasta a ir a duas Olimpíadas”. Já tinha uma consciência maior. Também 19 anos! (LUISA PARENTE, p.15).

Nunca teve exatamente um treinamento para os Jogos Olímpicos. Pelo menos não me foi passado. Porque eu sempre, o que eu sempre recebia era: “oh... esse ano tem isso, isso e isso.” (p.8).

Nesse ano, em 96 para os Jogos Olímpicos, eu viajei muito. Competi muito, tiveram muitas competições. Eu lembro que em seis meses eu fiquei um mês e meio no Brasil, dois meses, foi muito. Eu chegava e ficava um tempo, fazia a mala de novo e ia. Tive muitos campeonatos. Nesses campeonatos, ou eu ficava depois mais tarde para continuar treinando ou chegava mais cedo. Saía dali já ia para outro país. A rotina de treino foi a mesma, só aumentou o volume de competições.

Para os Jogos Olímpicos, eu fui um mês antes para Houston no Texas. Onde tem o centro de treinamento do Bela Karoly¹⁶³. Eu fui um mês antes e comecei a treinar lá e o

¹⁶³ Ex-técnico da Nádja Comanecchi

volume e intensidade de treinamento aumentaram e diminuiu a minha alimentação. Então, eu treinava duas vezes por dia aqui e lá três vezes. [...] Muita intensidade. Muito! Muita cobrança. E acho que desde aí estava com *overtraining*. Eu sentia muita dor na perna. Muita dor na perna, muita dor. [...] Então foi assim esse mês. [...] Em Atlanta, eu já cheguei, [...] e falei: “olha, eu não estou bem” (pausa longa e choro) (SORAYA CARVALHO, p.10-12).

Na preparação para Sydney a gente treinou o tempo todo no Brasil. Só o tempo que a gente foi antes para treinar na Austrália. Só que a gente não treinou com a equipe da Austrália porque a técnica de lá, a gente não podia ficar nem numa portinha de vidro que tinha lá. E a técnica que foi da Shanon Miller¹⁶⁴ e agora é a chefe da Austrália. Nessa época a gente não podia ficar nem ali atrás, a gente tinha que ficar atrás de uma parede esperando elas terminarem o treinamento. Não podia ver nada.

Para Atenas foi um ritmo forte, foi um ritmo tão forte quanto para Sydney, só que já era um momento diferente porque não era uma disputa para duas vagas. Então, a nossa visão para Atenas já era diferente. Era equipe. Então na verdade, não cobrava só de uma ou duas atletas que estavam indo para a Olimpíada. Era cobrança no grupo. Então, aliviava, querendo ou não, aliviava para todo mundo. Porque quando tem pressão em cima de uma ou duas, é uma coisa. Agora, quando tem pressão em cima de um grupo, já é totalmente diferente, porque teoricamente, eu tenho que fazer a minha parte, ela tem que fazer a dela, para que tudo isso dê certo (DANIELE HYPÓLITO, p.10-11).

Na verdade para mim, o ano 2000 foi uma evolução que nem eu esperava. Se você pegar uma fita minha de 99 e uma de 2000 não é a mesma pessoa. Foi quando a Iryna estava, para você ter uma idéia eu sempre tive estafa¹⁶⁵, eu tive dez anos de estafa e em um ano eu tirei a minha estafa, que é difícil. No ano da Olimpíada eu tirei, eu treinava com a mão aberta (bolhas), sangue puro, que não tinha como eu treinar e mudei minha paralela inteira. [...] A única coisa que ficou da minha série foi o duplo esticado de saída, só, o resto mudou tudo e foi onde eu tive maior nota na Olimpíada, então para mim era tudo novo. Foi onde minha concentração, meu jeito de se concentrar foi mudando. Em 2000 que eu aprendi a me concentrar de uma forma que eu nunca imaginei, foi com a Iryna, ela me ajudou, com o técnico russo e com a Iryna (CAMILA COMIN, p.10-11).

Eu nunca treinei tanto na minha vida. Meu Deus! A gente em 2003, porque o Brasil nunca tinha conseguido um resultado tão bom quanto a classificação da equipe completa para JO. A gente treinou igual malucas! A gente treinava muito, muito, e a gente ia competir de domingo lá nos JO, e então a gente fazia avaliação de domingo, oito horas da noite aqui em Curitiba. Sabe a gente se sacrificou ao máximo, todas, foi bem puxado para todo mundo. Mas quando a gente chegou lá, que a gente estava mostrando uma ginástica bonita, diferente, a gente falou: nossa! Valeu a pena! Ficamos empolgadas, conseguimos a vaga para a Olimpíada. Voltamos achando que o treino ia ser mais tranquilo, que nada, continuou a mesma intensidade, treino forte para preparar para Olimpíada e foi por um pouquinho que a gente não classificou em Atenas.

Antes dos JO de Atenas a gente ficou fazendo um período de climatização lá na Ucrânia por causa de fuso horário, então a gente ficou 15 dias na Ucrânia antes de ir para a Olimpíada. A gente ficou treinando lá para ir acostumando e até então não estava decidido quais seriam as seis ginastas. Tinham oito meninas, a gente fazia avaliações direto lá, aí foram escolhidas as seis e as outras duas voltaram e a gente foi para Olimpíada. Saíram a Thaís e a Merli (CAROLINE MOLINARI, p.4-5).

¹⁶⁴ Ginasta americana que ganhou sete medalhas olímpicas

¹⁶⁵Protetor de mãos das paralelas assimétricas, também chamado de “courinho”.

Fomos desenvolvendo um treinamento só para a Olimpíada de 2004. A cada ano tinham as Copas do Mundo. Sempre antes das Copas faziam as seletivas para ver quem ia. Eu sempre participei de várias, sempre. Estava me destacando bem.

[...] Em 2004, foi acho que o ano mais difícil da minha carreira na Seleção. Porque no começo do ano a gente começou bem pesado o treinamento. Como a competição ia ser domingo de noite, a gente treinava de terça, quarta, quinta, sexta, sábado e domingo. Aí a gente fazia exercício no domingo de manhã, esperava até umas sete da noite para fazer avaliação. Então eram todos os domingos avaliações assim. Para gente se habituar ao horário. Folgava segunda. Então eram sempre anotações de quantas séries acertavam, foi um treino bem, um ano bem puxado, mas valeu a pena.

[...] Na Ucrânia, antes dos JO, os treinos foram bem mais rígidos, mais pesados, difícil no início para se acostumar com a aparelhagem, que era diferente da nossa. Mas com o tempo a gente foi se habituando. Aqui a aparelhagem era melhor, a estrutura do Ginásio era maior. Mas lá era bom porque era muito frio, às vezes o Ginásio tinha calefação e então era bem quente assim. Uma estrutura boa lá. Então a gente já ia dando uma olhada nas ucranianas para ver o nível.

O treinamento para a Olimpíada ficou mais duro. Foi bem mais puxado. Mas a gente tinha que acertar mais e mais vezes. A gente sempre fazia anotações e tinha sempre planejamento de treino para a semana. Todo dia era um planejamento, por exemplo: de segunda-feira: três séries de Paralela, seis de Trave, duas de Solo completas e Salto, quinze saltos. Aí terça-feira mudava. Na quarta-feira era um treino mais leve porque era só um treino, de manhã, era o dia mais leve. E sábado também era um pouco reduzido. Mas os outros dias eram bem fortes. Tinha um quadro que a Iryna colocava o treino da semana. No ano da Olimpíada a Iryna fez o planejamento para o mês já. Colocava cada semana o que ia fazer. Todo mundo igual. Havia um controle do treino, mas de elementos não. Mas séries sim. Acho que no finalzinho assim da semana ela fazia uma contagem de quantas séries ia dar. Deixa eu ver, dava quase quarenta séries de Trave. Porque eram de manhã e de tarde as séries. Paralela umas vinte, solo umas vinte séries também. Salto mais porque era quinze por dia, contando os dois períodos (ANA PAULA RODRIGUES, p.1-8).

Depois já sabendo que a gente estava classificada para a Olimpíadas foi, nossa! Chegando o ano de Atenas na Olimpíada, a gente treinou muito, muito, muito puxado, até chegar lá (p.2).

Normalmente eles¹⁶⁶ fazem tipo um controle: “oh meninas, a gente vai começar esse mês já, a preparação para o Mundial então, a gente fez aqui essa tabela que é o treinamento de vocês”, e colocam lá na parede e a gente tem que ver o que tem em cada aparelho. E normalmente tem um treino firme assim, de quinta-feira normalmente é forte, de terça e de quinta. Aí por exemplo de terça tem duas séries de solo completa, sete séries de trave e três sem saída, só com saída em mortal esticado, paralela normalmente três séries, e quatro é o máximo e o salto eles colocam a quantidade de saltos, que não é muito. Normalmente nós treinamos os elementos antes. Eu aqueço mais paralela, eu vou e faço o giro, meia volta, meia volta, giro, giro, saída. Às vezes tem que estar pronta já para fazer série. Ou senão eu subo mais uma vez e aqueço, o que é mais difícil na minha série: stalder, por exemplo, ou uma pirueta, meia volta na cubital, mais para aquecer. Mas, às vezes, quando está chegando bem próximo mesmo da competição, a gente chega e nem faz o aquecimento. O Oleg fala: “olha meninas, sem aquecimento por que tem que acostumar, às vezes na competição acontece de não aquecer e ter que fazer série. Então ele faz isso para a gente meio que acostumar. Então, normalmente é isso que a gente faz no dia de treino. E à tarde, às vezes a gente repete algum elemento, que errou na série, na trave a gente sempre faz série de novo à tarde, coisa de duas ou três. À tarde não é tão puxado é mais para repetir elementos mesmo, essas coisas. O treinamento antes para o Mundial é mais ou menos essa base. Então, é a mesma coisa.

¹⁶⁶ Técnicos ucranianos

Do jeito que foi para o Mundial foi para a Olimpíada. Eu achei, para mim, que para a Olimpíada foi mais difícil. Achei que foi mais ritmado. A gente não teve nenhum descanso, assim mesmo, não teve nenhuma semana que foi duas de paralela, ou cinco de trave, não teve quase. A gente ficou sempre naquele gráfico ali: reto! Não teve queda nem nada (LAÍS SOUZA, p.7).

Em relação à estrutura das sessões de treino, é possível verificar por meio dos depoimentos que sempre existiu uma estrutura básica constituída de: aquecimento, preparo físico e treinamento específico de elementos e séries nos aparelhos, desde as pioneiras até a nova geração. O que variou em alguns momentos foi o fato de realizarem a preparação física depois do treino nos aparelhos, ou até mesmo antes. Atualmente as ginastas fazem a preparação física especial antes dos aparelhos incluindo, inclusive, a parte de acrobáticos de solo, já como uma preparação para o aparelho. Apenas nas falas de Cláudia Magalhães e Tatiana Figueiredo não é mencionado o treinamento dos quatro aparelhos diariamente. Todas as outras ginastas relatam a realização de sessões diárias de treinamento que envolviam os quatro aparelhos sempre.

Arkaev e Suchilin (2004) apresentam a estrutura básica da sessão de treino de ginastas russas também semelhante à vivenciada pelas ginastas brasileiras: aquecimento com exercícios gerais e específicos como a parte acrobática de solo, uma segunda parte chamada de básica, na qual é desenvolvido o treinamento de aparelhos e uma última parte composta de exercícios de preparação física especial e procedimentos de recuperação. Mais especificamente, o treinamento diário é dividido em três sessões:

1. Primeira sessão de treino: ativação e desenvolvimento de força do aparelho locomotor, preparação física especial para desenvolvimento e manutenção das capacidades físicas necessárias, melhora da combinação de exercícios físico-técnicos, corrida com carga (cordas elásticas), quatro a seis tentativas de saltos para a mesa com condições mais facilitadas ou dificultadas de realização, exercícios de força e educativos na barra-fixa e cerca de 100 exercícios na trave de equilíbrio.
2. Segunda sessão de treino: considerada normalmente como a principal sessão diária, é composta de: séries e elementos de alta dificuldade e valor em todos os aparelhos femininos, resistência especial, manutenção do nível de prontidão da performance competitiva e preparação física especial individual. Essas sessões possuem alta intensidade de treino, variando de dois a três e meio elementos por minuto e execução de seis séries por hora.

3. Terceira sessão de treino: assim como a primeira, consideram-na como sessão auxiliar com trabalho na técnica de elementos isolados (sem séries) e correção de séries também, desenvolvimento e aperfeiçoamento das capacidades físicas especiais. Nesta sessão não há necessidade de passar por todos os aparelhos, focalizando principalmente os aparelhos mais fracos, ou com exercícios mais difíceis, ou exercícios que estejam sendo aprendidos. Nas quartas e quintas-feiras realizam um circuito de treinamento de força.

Apesar do presente estudo apresentar limitações, devido ao fato de, por vezes, não se conseguir uma descrição minuciosamente detalhada da estrutura do treinamento das atletas, parece que há semelhanças substanciais entre a estrutura do treinamento de ginastas russas e a estrutura de treino das ginastas de transição e, principalmente, das ginastas da nova geração.

3.4.6. ASPECTOS NUTRICIONAIS NA GINÁSTICA ARTÍSTICA

Os aspectos nutricionais foram bastante relatados nos depoimentos orais das ginastas participantes de JO. Além disso, sabe-se que pela necessidade de um baixo peso na modalidade, muitas vezes existe uma cobrança por parte dos técnicos e nem sempre há a orientação de um profissional especializado nesse aspecto.

Na geração das ginastas pioneiras, nenhuma delas teve orientação nutricional com profissionais especializados, mas todas comentam sobre a pressão dos técnicos para emagrecer. Luisa Parente relata: “nutrição também era “por fora” e muita coisa às vezes era do próprio treinador. [...] Enfim, era uma época que não se tinha estrutura” (p.17). Tatiana Figueiredo também recorda-se: “não tínhamos acompanhamento psicológico, nem nutricional, não. Só ter que manter o peso. Mas não tinha orientação profissional (p.3).

Nutricionista também não tinha direito. Nenhuma orientação, só pressão, só pressão: “tem que perder peso!” e pesava. Pesava mais a gente que procurava se interessar e aprender. Mas não tinha muita paranóia com isso não, tinha sorte da equipe ser magra. Tinha aquele exame anual ou semestral que eu te falei. Eles mediam o percentual de gordura, faziam aquele teste tudo direitinho. E eu lembro que nossa equipe era magra, os meninos eram esqueléticos, que eu me lembre tinha 9% de percentual de gordura. Era

bom não era? Eu era uma das mais magras, tudo magrinha (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.11-12).

Nesta mesma geração, alguns problemas relacionados à dificuldade na manutenção de peso são revelados pelas ginastas, sobre si mesmas ou sobre colegas de treinamento:

Em Barcelona, a expectativa era a mesma. Nós não sabíamos da nossa realidade. Olimpíada ainda não tinha como uma medalha, disputar medalha, mas nós podíamos já melhorar a classificação. Então o objetivo seria ficar entre as vinte, talvez. [...] Mas eu no refeitório, me apaixonei pelo Magnum (risos). O Magnum é o Picolé Mega, da Kibon ou sei lá da Yopa. E eu não o conhecia. E só tinha lá. O lançamento era lá em Barcelona. Depois é que veio para o Brasil. O de amêndoas então! E não foi só isso não. Havia já um desgaste também. E já era mais velha, a Georgette já não me dominava muito. Tinham outras coisas que de alguma maneira talvez influenciaram negativamente. Não de concentração porque você vai ver depois durante a competição, você foi bem, mas aconteceu, essa questão da ansiedade. A ansiedade! Acho que isso não foi um fato isolado, alguma coisa que gerou ansiedade e que com isso fez com que você não controlasse a alimentação. De fato, eu estava em um treinamento em Madri, que a gente passou um mês lá com intercâmbio antes da Olimpíada. E lá eu estava bem, estava com peso bom, ideal. E lá no dia da Olimpíada, que começou a competição, eu estava com dois quilos acima desse meu peso de Madri (LUISA PARENTE, p.9-10).

E quando eu já estava parada, me chamaram para voltar e participar do último Pan-americano de 95. Eu tive que emagrecer, porque existe essa situação das ginastas que dessa fase de encerramento, de transição. [...] Pela primeira vez que eu tive algum medicamento para ajudar a emagrecer porque era um tempo muito curto, de janeiro a março que eu tinha que entrar em forma, e eu estava cinco ou mais quilos acima. Então fiz uso de medicamento acompanhado de médico. Mas só fiz porque realmente o prazo era curto, senão não teria feito isso, até porque gosto de alimento saudável e poderia fazer dieta (LUISA PARENTE, p.11).

Distúrbio alimentar, na faculdade eu tinha colegas que tinham bulimia, não crônicas, mas elas comiam muito e vomitavam (risos). Tinham outras que controlavam as calorias, por exemplo: eu vou comer só um saco de batata frita, é a única coisa que eu vou comer o dia inteiro, porque eu gosto, minhas calorias vão ser só consumidas disso. Existia isso. As pessoas perdidas. Não tinham uma orientação ou às vezes têm, mas não seguem. Então ficam soltas. Por exemplo, em Curitiba é uma coisa controlada. É mais fácil. Difícil é a pessoa ter a consciência e seguir isso. Principalmente adolescente. É muito difícil (TATIANA FIGUEIREDO, p.3).

Na geração das ginastas de transição, todas tiveram algum acompanhamento, mesmo que seja apenas a partir do apoio da Confederação Brasileira de Ginástica, com a seleção permanente. Das quatro ginastas deste grupo, apenas Soraya Carvalho não foi beneficiada pela estrutura multidisciplinar relatada pelas ginastas na seleção permanente a partir de 2002. Daniele,

Daiane e Camila puderam usufruir de uma estrutura mais adequada para as ginastas representantes brasileiras. Sobre a orientação nutricional que tiveram, expõem:

Nunca tive apoio psicológico. Nenhum. Nutricional em 96, no início do ano de 96 nós fomos num SPA. Foi a Luisa e foi a Georgette. A gente foi dar uma pequena palestra sobre alimentação de atletas. Mas a partir daí tinha um medico, um nutricionista do SPA. E esse SPA disponibilizou esse médico para fazer o meu acompanhamento nutricional. Então, foi a primeira vez que eu realmente segui e foi quando eu senti uma melhora na minha disposição para o treino, para agüentar o treinamento de quatro horas seguidas. Eu ia treinar quatro horas de manhã e, no meio desse tempo, eu não comia nada, não havia nenhuma reposição e ele que introduziu isso. Então, eu agüentava o treino até o final, eu me senti bem, eu realmente “sequei”, eu me senti mais forte (SORAYA CARVALHO, p.10).

Em relação à estrutura médica e nutricional, no início era mais difícil. Agora não. Desde que foi montada a estrutura da seleção permanente sempre teve a estrutura de médico, nutricionista, fisioterapeuta. [...] Acho que a parte nutricional ajuda sim, a orientação, tudo, porque a gente tem que cuidar bastante, mas muitas vezes não adianta ter a parte nutricional se a gente não cuida, se a gente mesmo não cuida da nossa alimentação (DANIELE HYPÓLITO, p.14).

A partir dos 18 anos sentia que cansava mais, o cansaço ia acumulando, na sexta feira parecia que tinha passado um trem em cima de você. Então esse apoio médico veio em boa hora, nutricionista, saber o que comer para ter um rendimento melhor, comer mais proteínas, carboidratos, comer menos gordura e mais legumes, facilitar a digestão. Aí começa a ter problema renal porque não faz xixi direito, porque tem muito impacto, a gente começou a fazer exames. [...] Começamos a tomar complemento alimentar porque treinava de manhã e de tarde, faculdade de noite, estresse da faculdade, estresse do treino, meu dia era 24 horas com atividade física, tinha uma hora que eu ia pirar. Com certeza, não tem como não. Então essa parte foi bem, comecei a tomar muito complemento vitamínico, proteína, poli - vitamínico, “ginseng” para ter mais energia, mais fôlego, para o organismo acompanhar essa evolução. A gente tinha a técnica, mas o corpo não obedecia por conta do cansaço (CAMILA COMIN, p.19-20).

Nesta geração também há relatos de problemas relacionados à dificuldade de manutenção de peso que, muitas vezes, tornam-se problemas psicológicos, o que também pode ser influenciado pela pressão que é imposta pelo ambiente da ginástica, pela cultura de restringir a alimentação sem orientação profissional¹⁶⁷:

Para os Jogos Olímpicos, eu fui um mês antes para Houston no Texas. Onde tem o centro de treinamento do Bela Karoly¹⁶⁸. Eu fui um mês antes e comecei a treinar lá. Sinceramente, eu acho que faltou conhecimento para minha técnica. Ela não tinha esse

¹⁶⁷ Nesta parte não será revelado o nome das ginastas para que não fique explícita a identidade das pessoas.

¹⁶⁸ Técnico romeno, que treinou a ginasta Nádia Comaneci e mora nos EUA, onde trabalha há mais de 20 anos, tendo sido algumas vezes técnico norte-americano.

conhecimento. Um mês antes da Olimpíada ela aumentou volume e intensidade de treinamento e diminuiu a minha alimentação. Em todos os campeonatos, ela nunca teve muita noção assim da quantidade que a gente podia comer. Então assim, “oh, o café da manhã vai ser só um iogurte light e meia fruta.” A gente comia aquilo. Na hora do almoço, uma alface. Mas quando ela ia para o quarto dela, a gente ia para o nosso e comia muito. Então no final das contas, até compensava, balanceava. Só que nesse “camp” de treinamento, era no meio do mato. Então, não tinha para onde correr. Porque não tinha loja ali do lado que a gente pudesse comer, não tinha. Eu lembro que o cara da alimentação ia com uma van lá, montava o restaurante, retirava tudo e ia embora. [...] Ai eu fiquei durante esse mês inteiro e sentia muita fome. Eu ia dormir para não sentir, para parar de sentir fome (p.12).

Quando voltei da Olimpíada, fiquei uns dez meses treinando e aí parei. Eu tentei voltar várias vezes, mas não consegui. Eu engordei muito. Engordei uns catorze quilos depois que eu parei e aí era muito difícil voltar a treinar, muito difícil de aceitar você com esse corpo. Porque, é tão valorizado o corpo na ginástica, que qualquer coisa fora é inadequada (p.16).

Este último depoimento, assim como de outras gerações pode ser comprovado por meio de outras pesquisas desenvolvidas com ginastas e que apresentam resultados compatíveis com os relatos, assim como Berry e Howe (2000) revelam em sua pesquisa com atletas de modalidades relacionadas a aspectos estéticos, que essas atletas demonstram maior insatisfação com seus corpos, indicando neste público, com frequência, distúrbios alimentares.

Na nova geração, as ginastas foram mais influenciadas durante as suas formações desportivas pelas condições de melhor estrutura, oferecidas pela CBG, pois treinavam em Curitiba, como é o caso de Ana Paula Rodrigues e Caroline Molinari, ou transferiram-se para lá, como Laís Souza. Portanto, todas tiveram acompanhamento nutricional na sua formação desportiva:

Em relação a outros profissionais trabalhando na preparação para os Jogos Olímpicos, a gente teve uma psicóloga no ano da Olimpíada. [...] Nutricionista também. A gente teve. Estava sempre com a gente ali esse ano. Ela deu um cardápio para cada uma seguir. De acordo com seu peso, a sua altura, referente da menina, para a gente seguir certinho. Não sair da linha mesmo. Para comer o que tinha que comer. [...] A gente sempre tinha uma escapadinha. Porque no chocolate acho que era a nossa necessidade e não tinha. Aí a gente perguntou para ela como que a gente podia fazer, e aí a gente almoçava e a nossa treinadora, a Iryna dava uma barrinha de cereal, um chocolate antes do treino da tarde. A gente seguia certo assim (ANA PAULA RODRIGUES, p.6-7).

Temos nutricionista e ela fala disso, fala tudo direitinho. É mais uma orientação mesmo. Não tem um cardápio. Antes até tinha, mas agora, nessa seleção mais recente cada uma tem seu controle, sabe o que tem que comer para não engordar e sabe o que não pode comer, como por exemplo, às vezes uma não pode comer muito pão porque é fatal. Vai acabar, mesmo, engordando demais. Ou chocolate, ou doce, mas eu, por exemplo, como

de tudo. Eu como pizza, como lanche, como tudo que for “engordiet”. Mas eu sei a hora de comer e a hora de parar. Então, tem que ter esse controle. Muitas vezes eu engordo. Muitas vezes. Mas eu procuro me controlar para não ficar com esses problemas, esse estresse (LAÍS SOUZA, p.10).

Problemas relacionados a esse assunto também ocorreram nesta nova geração, o que demonstra mais uma vez o descontrole das ginastas em relação à alimentação e a pressão de seus técnicos¹⁶⁹ que oferecem uma orientação, muitas vezes, sem bases científicas, apesar das ginastas possuírem orientações profissionais de nutricionistas:

Voltei dos JO e ainda treinei um pouquinho, mas eu já nem treinava muito por causa da minha fratura por estresse na perna e, conseqüentemente, por causa do remédio que eu tomei para canela (cápsulas de cálcio). Eu fiquei com cálculo renal. Porque eu não podia beber muita água, não sei se a Camila comentou isso com você. A gente não podia beber água demais no treino, porque diziam que engordava. Não sei, tem um fundamento eu acho. Se eles falam, é porque deve ter alguma coisa. Não podia beber muita água, tinha que segurar o peso e eu tomava essas cápsulas de cálcio nos JO para tentar recuperar a fratura da canela, só que não adiantava e quando eu voltei, eu tinha muita dor no rim, eu estava com 12 cálculos. Eu nunca tinha tido cálculo renal, nunca ninguém da minha família teve. O médico disse que foi por causa disso, uma conseqüência daquilo: treinando igual uma maluca naquele calor de Atenas e não repondo todo líquido necessário, aconteceu isso. Acabou que formaram os cálculos e eu tinha muita dor, cólica renal e não conseguia treinar mais. Eu já estava com vontade de parar mesmo, e meio que juntou tudo (p.8).

Em 2006 eu comecei o ano assim... fui levando. Chegou começo de fevereiro eu estava desanimada, comecei a engordar, estava difícil, complicado. O meu técnico começou a me chamar à atenção, eu fui desanimando, não sei. Acho que já tinha dado o meu limite (p.4).

Depois da ginástica, muita coisa mudou depois que eu parei de treinar, muita coisa, minha cabeça mudou. Sabe eu era muito, acho que todas as ginastas são, “menininhas” e eu era muito certinha e exigente comigo mesma. Se a Iryna falasse que eu tinha engordado eu ficava triste, eu chorava porque aquilo me magoava profundamente, ainda mais vindo dela que eu gosto muito, parecia que era uma ofensa. [...] Então depois disso eu comecei a amadurecer e via que as coisas que ela fazia eram só para o meu bem. Às vezes você acha que é para implicar, mas não é isso. Minha mãe não comprava as coisas para eu comer para eu não engordar, não era para eu ficar sem comer, era para me ajudar, todo mundo queria ajudar. Mas a gente não consegue ver isso, só depois que pára de treinar que a gente vê. [...] Agora eu posso sair, posso comer o que eu quiser (p.9-10).

Mas sobre a alimentação, acho que é a parte mais difícil para a atleta de alto rendimento. A gente aqui da seleção, principalmente a partir do momento que você começa a se desenvolver, quando dá uns dezessete para dezoito anos, que é a parte mais difícil mesmo. Porque tem que controlar muito e se você respirar um pouquinho mais, já vai engordar. Porque a gente sempre tem que estar naquele peso. Então, se você come um

¹⁶⁹ Nesta parte não será revelado o nome das ginastas para que não fique explícita a identidade das pessoas.

pouco a mais... “túm”... “estoura”. E esse negócio de peso é importante, muito importante porque, por exemplo, você está acostumada a carregar esse peso na hora de treinar e a hora que dá meio quilo a mais, você já não vai mais conseguir fazer a mesma coisa porque você já está no seu auge (limite). Para fazer uma série de paralela, alguma coisa assim, você já está fazendo seu máximo e ainda colocando mais meio quilo, ou um quilo, você vai sofrer muito mais. Vai fazer o dobro de força. E a gente está preparada para fazer só aquele ali.

Olha agora eu estou com bastante problema de peso. Eu nunca tive, assim, problema, até dezesseis anos, até dezessete eu não tive muitos problemas. Depois de menstruar que fica muito complicado. Menstruei com dezessete anos. A partir daí foi meio complicado. No começo eu não podia nem beber muita água que eu chegava na balança e engordava. E não entendia. Por que será que está acontecendo isso? Daí logo eu menstruei, e estava aí a explicação. E então começam os hormônios a saltar assim de você. Agora distúrbio alimentar eu nunca tive. Mas têm várias ginastas quando dá essa idade assim, começa a dar loucura. Porque ela quer treinar, mas ela não consegue porque está com peso a mais. Então, muitas meninas acabam tendo bulimia até anorexia (p.10).

Petrie (1993) apud Kerr et al (2006) verifica, em seus estudos sobre desordens alimentares com ginastas colegiais norte-americanas, que 61% das ginastas apresentam indicação de desordens alimentares e 50% gostariam de ser mais leves, e vai ao encontro também do estudo, anteriormente citado, de Berry e Howe (2000) sobre a insatisfação com os próprios corpos em modalidades como a GA.

É interessante observar também que entre as dez ginastas estudadas, não há uma homogeneidade em relação à dificuldade de manter o peso, sendo que algumas falam do assunto sem muitos problemas durante a carreira desportiva, enquanto outras enfatizam a dificuldade neste aspecto:

Eu nunca tive nenhum distúrbio alimentar. Eu nunca tive problema com peso. Eu sempre fui magra e nunca passei do peso que tinha que estar. Então para mim não foi difícil manter o peso porque eu comia ali o que tinha que comer e ficava no peso normal. Comia alguma coisinha a mais, não engordava assim. Só de uns anos para cá 2005, que eu já comecei a mudar o corpo e comecei a engordar. Mas eu nunca tive problema de peso. Eu menstruei só quando eu saí da Ginástica, com 18 anos, 17 para 18 anos. (ANA PAULA RODRIGUES, p.7).

Eu tenho um pouco de dificuldade com peso, sim, porque a minha família tem. Eu puxei a parte da minha mãe, então, a parte da minha mãe sempre teve problema com peso, então acabei puxando a parte da minha mãe. Mas isso não é só você não se cuidar. Você tem que ver também, que muita coisa a gente pega da genética, então, eu tenho que me cuidar bastante porque se eu não me cuido, qualquer descuido que eu tenha, eu engordo muito fácil (DANIELE HYPÓLITO, p.13-14).

Relacionando os depoimentos orais das ginastas com a literatura levantada sobre aspectos nutricionais e ginastas, é possível verificar que o conteúdo dos depoimentos vai ao encontro das pesquisas realizadas com ginastas e atletas de alto rendimento desportivo. Ribeiro e

Soares (2000) verificaram em seus estudos com ginastas brasileiras um consumo energético abaixo dos preconizados para adolescentes, com consumo de cálcio e carboidratos abaixo do esperado e Constantini et al (2000) verificaram a deficiência de ferro.

Esses dados podem justamente ser evidenciados por meio dos depoimentos das ginastas, que relatam dietas inadequadas, muitas vezes indicadas pelos próprios técnicos, ou realizadas pelas próprias ginastas como uma alternativa que pode ser considerada extrema, após momentos de compulsão à comida, devido à necessidade da manutenção de baixo peso.

Eu não vi casos de bulimia, porque acho que você não vê isso, não na minha geração. Nem na anterior, mas assim, nessa geração atual... Até as meninas de outros países, a gente sabe de alguns casos e tiveram casos atualmente. Eu nunca tive. Eu tive compulsão. Chegava sábado, terminava o treino, como a gente sabia que sábado à tarde não tinha treino e domingo também não e ninguém ia pesar a gente, eu comia compulsivamente. Não só eu, como todas as meninas, de comer até passar mal, aí depois usar laxante. Eu nunca vi um caso de anorexia e bulimia na minha geração. [...] Mas a gente usava esses métodos. Íamos correr depois, passava um tempão sem comer, porque a gente sabia que já na segunda-feira ia ter que pesar (SORAYA CARVALHO, p.11).

A questão de manter o peso é a única coisa que eu acho que a gente tinha que aprender a lidar, na Ginástica, no mundo inteiro. Porque todas as ginastas sofrem com isso. Podem ir a qualquer lugar do mundo e vai ter atrito entre ginasta e treinador, em relação ao peso. Nós sabemos que tem que ter. É uma questão estética, é questão de integridade física, de evolução técnica. Mas, por que há o descontrole? Geralmente não é porque tem um problema hormonal, porque senão ela também não estaria no alto nível. Então é uma questão de ansiedade. E essa ansiedade, pode ser gerada por vários fatores. Então geralmente é a pressão psicológica. Ou a insegurança em relação a uma competição, ou a insegurança, ou a insatisfação. Então tem que descobrir. Então teria que ter alguma coisa que possa estudar isso, um mecanismo que possa ajudar as ginastas a se conhecerem melhor e controlarem essa ansiedade. Que não possam descarregar no chocolate que comem escondido, porque todo mundo come. Enfim, eu me lembro que mais velha a gente já sabia que não podia comer, sabia que estava errada (LUISA PARENTE, p.17-18).

A conscientização das atletas nem sempre se transforma em atitudes adequadas, pois a maioria das ginastas desta pesquisa relata a existência de nutricionistas na sua formação e não há um resultado satisfatório, ou seja, nem sempre a informação e orientação adequadas formarão ginastas com atitudes pertinentes, coerentes e necessárias com a vida de uma atleta de alto nível.

Deutz et al (2000) em pesquisa desenvolvida com ginastas americanas, algumas participantes de JO de Atlanta (1996), apresentam dados de desequilíbrio energético devido a restrições ou dietas inadequadas, o que pode ser visto nos depoimentos de algumas ginastas ja

mencionados anteriormente. Esse desequilíbrio, segundo os autores, gera disfunção de ciclo menstrual, aumento de lesões, diminuição da densidade óssea, diminuição de gasto calórico em repouso e, conseqüentemente, aumento do tecido adiposo.

Essas conseqüências podem ser vistas na carreira das ginastas, quando Soraya Carvalho, Caroline Molinari e Laís Souza relatam fraturas por estresse e ingestão de cápsulas de cálcio para suprir a deficiência, após a fratura, o que gera outros problemas, como cálculos renais, relatados por Laís e Caroline.

As restrições, ou dietas inadequadas, ainda podem ser observadas na orientação de técnicos que não deixam suas ginastas efetuarem a reposição de líquido adequada, justificando que a ingestão de água pode fazê-las engordar. Esse tipo de orientação vai totalmente contra qualquer princípio fisiológico, não havendo fundamentação científica sobre o assunto, inclusive podendo gerar quedas na performance das ginastas, além dos problemas de cálculos renais mencionados.

Em reportagem do jornal desportivo Lance, em 28 de dezembro de 2007, retrata-se esse fato com a seguinte manchete: “Falta de água internou Laís”. Na reportagem noticia-se que Laís Souza esteve internada por cinco dias em Curitiba com problemas de cálculos renais e menciona-se a seguinte explicação dos médicos: “O problema foi causado basicamente pela baixa ingestão de água”, complementado pela fala de Laís: “A gente bebe menos água do que o normal e acaba dando problema, como aconteceu comigo. A Jade também teve algo parecido com o que tive. O peso é uma preocupação da gente também, né!” (RAMOS, 2007, p.23).

Algumas ginastas não relatam problemas graves com peso, mas a pressão dos técnicos em relação a essa questão é mencionada com frequência nos depoimentos, tornando-se uma cultura dos ginásios de ginástica, muitas vezes sem necessidade, como relata Soraya Carvalho, que viveu alguns anos com ginastas pioneiras, de transição e com as da nova geração quando atuou como técnica, e diz que observou essa questão da comida descontrolada em todas as ginastas:

Eu acho que na ginástica você sempre tem problema com peso, mesmo que você seja magra. É essa coisa da ginástica, louca, de proibição de comida, que eu comecei a ter depois que começaram a me proibir. [...] Eu vejo isso de geração em geração. Você vê o filme da Nádia tem isso. A Luisa tinha isso. E passou varias táticas para a gente. E vai

passando isso de geração para geração. Eu estava no centro lá de excelência (Curitiba), eu morava com as meninas, e era a mesma coisa (p.10-11).

Muitas destes distúrbios que podem vir a acontecer com ginastas de elite não são aparentes e, muito menos divulgados pela mídia, o que pode ser observado na pesquisa realizada por Kerr et al (2006), na qual verificou-se que 92% dos pais das ginastas não imaginam a possibilidade de distúrbio alimentar em suas filhas e 81% consideram que os técnicos orientam de forma apropriada. Ainda neste estudo, 54% dos técnicos disseram que eles mesmos determinam a necessidade de manter o peso, por meio da aparência das ginastas e 20% dos árbitros disseram já terem visto técnicos encorajando suas ginastas a praticarem técnicas não saudáveis de emagrecimento.

Ribeiro e Soares (2000) sugerem orientações com as pessoas envolvidas na vida das ginastas para que se tenha um resultado mais adequado:

[...] o planejamento de ações conjuntas para reforçar os conhecimentos em nutrição de técnicos, de pais, de responsáveis e principalmente das atletas, visando uma melhora na conduta alimentar, a fim de garantir que a nutrição não seja um fator limitante, no rendimento e na saúde destas adolescentes (p.189).

Alguns depoimentos relacionados aos problemas para lidar com a manutenção de peso e à pressão muitas vezes exercida pelos técnicos, acabam causando um ansiedade em relação a esse aspecto, muitas vezes prejudicando a atleta. A ginasta Soraya Carvalho menciona que seu pai, no início, como não era do ambiente gímico, não a proibia de se alimentar normalmente e lidava com a manutenção do peso com naturalidade, mesmo porque ela não tinha dificuldades com isso. A partir do momento que o “alertaram” em relação a essa questão e ele começou a controlar sua alimentação, ela começou a ficar ansiosa em relação ao ato de comer, gerando inclusive uma compulsão à comida.

Eu sempre fui magra, forte e como meu pai era do judô, para ele, atleta tem que comer para ter energia. E as pessoas, outros treinadores, começaram a falar com ele. Porque meu pai, às vezes ele vinha e me dava um chocolate antes do treino e isso era uma rotina diferente das outras ginastas. E os outros treinadores começavam a falar para o meu pai: “olha, não deixa ela comer assim. Não pode ficar dando chocolate para ela”. Mas começaram a falar tanto, que meu pai começou a me proibir. E pai, é aquela relação. Pai e treinador, então na minha casa eu era proibida. Então eu comecei a ficar com essa coisa de: “ah, eu quero comer.” E mesmo se você não tivesse vontade você comia. Então, teve uma época que eu dei uma aumentada, daí eu emagrecia. Eu nunca tive

grandes problemas de peso. Eu sempre consegui manter. Mas era assim, aquilo fica dentro de qualquer ginasta. Essa coisa de alimentação: “agora eu quero comer um doce, agora eu quero comer isso, o treinador foi embora, vamos comer igual umas desesperadas” (SORAYA CARVALHO, p.11)

Luisa Parente também aborda o assunto alertando para a necessidade de estudos a ele relacionados para que os técnicos saibam lidar melhor com essa questão, pois não se trata apenas da informação, como já foi discutido no tópico de aspectos nutricionais. Luisa reflete, portanto, sobre algumas possibilidades da ansiedade das ginastas com a alimentação, o que passa a ser um problema psicológico.

Caroline Molinari em citação anterior, também fala desta ansiedade e da importância dada a esse aspecto a ponto de abalá-la, de não conseguir enxergar que a sua família não comprava determinados alimentos para ajudá-la a manter o peso e de se sentir aliviada por poder comer atualmente.

E não são apenas estes aspectos que cercam a vida de uma ginasta, outros influenciam na pressão para as competições, na concentração, na motivação e permanência na modalidade, nos medos, entre outros, havendo muitas vezes a necessidade de um profissional da psicologia para um trabalho multidisciplinar, tópico que será discutido a seguir.

3.4.7. ASPECTOS PSICOLÓGICOS E A GINÁSTICA ARTÍSTICA

Diversos aspectos psicológicos foram abordados pelas colaboradoras desta pesquisa e alguns deles estão desenvolvidos em outros tópicos mais específicos, assim como a questão da relação do encerramento desportivo com os aspectos psicológicos, ou até mesmo, problemas de distúrbios alimentares que se relacionam muitas vezes diretamente com problemas psicológicos, não sendo apenas de trato do nutricionista, principalmente nos casos mais graves.

Novamente divididas por geração, será apresentada a estrutura de apoio psicológico em diferentes momentos da GA no Brasil:

“Na Gama Filho tinha a parte de medicina esportiva da universidade. Psicólogo acho que não tinha não. Éramos nós mesmas uma ajudando a outra e o mestre.” (CLÁUDIA MAGALHÃE, p.10).

“Eu fiz muito teste quando eles reuniram os atletas nesse CEFAM (Projeto Impacto). Eles fizeram tudo: teste físico, teste psicológico. Fizeram uma bateria de testes com a gente. [...] Não tínhamos acompanhamento psicológico, nem nutricional, não.” (TATIANA FIGUEIREDO, p.3).

“Diversas épocas tivemos outros apoios como o psicológico. [...] e muita coisa às vezes era do próprio treinador. [...] Enfim, era uma época que não se tinha estrutura. Hoje se tem.” (LUISA PARENTE, p.16).

Na geração de pioneiras da GA brasileira, não houve um apoio suficiente ou contínuo para um acompanhamento adequado de profissionais da psicologia do desporto. Quando houve essa oportunidade na formação das ginastas, pode-se notar que trabalhos pontuais e, possivelmente, sem uma disponibilidade de tempo que ofereça uma continuidade e um acompanhamento psicológico adequado para ginastas de alto rendimento desportivo.

Nas ginastas de transição, verifica-se que só houve apoio psicológico na formação das ginastas a partir do momento que tiveram a contribuição do centro de excelência de GA na sua formação, como é possível observar nos seus depoimentos: “Nunca tive apoio psicológico. Nenhum.” (SORAYA CARVALHO, p.10).

“Apoio psicológico a gente teve durante quatro anos que foi o período das Olimpíadas de Sidney a Atenas, que foi também essencial para a gente se manter, se conhecer, saber as dificuldades, saber esperar, foram esses fatores os principais.” (CAMILA COMIN, p.4-5).

“A gente já tinha preparo psicológico com a Ruth, que ainda é. Já fazia. Em 2000, na verdade a gente começou” (DAIANE DOS SANTOS, p.6).

Daniele Hypólito não menciona este aspecto complementar na sua preparação desportiva, porém viveu o mesmo período que Camila e Daiane na seleção permanente.

Nas ginastas da nova geração, o apoio psicológico também desenvolve-se no Centro de Excelência apenas na preparação para os JO de Atenas, como Ana Paula Rodrigues explica:

Em relação a outros profissionais trabalhando na preparação para os Jogos Olímpicos, a gente teve uma psicóloga no ano da Olimpíada. Toda quarta-feira a gente tinha uma reuniãozinha. Ela falava com a gente, fazia alguns testes, algumas brincadeiras. Aliás, tem um quadro ali que a gente pintou com ela também. Ela conversava e eu acho que ajudou bastante isso. Deu para a gente ir bem mais tranqüila. Refletir muito mais. Ajudou bastante. [...] A parte de psicologia era em grupo. E era sobre a Ginástica. Sobre a vida pessoal, ela falava individualmente. Pegava cada uma que estava com algum problema e perguntava se tinha alguma coisa e falava ali o pessoal. Em grupo era mais sobre a ginástica, as competições, ela perguntava como tinha sido a nossa semana (p.6-7).

Muitas vezes os próprios técnicos acabam desenvolvendo também essa parte psicológica nas ginastas, por falta de estrutura ou condições financeiras para a contratação de um profissional, ou por opção, como acontecia na ex-URSS e acontece na Rússia, de acordo com as informações de Smoleuskiy e Gaberdouskiy [199-] e Arkaev e Schilin (2004), os técnicos optam por não ter psicólogos orientando as ginastas, pois consideram que os treinadores conhecem melhor cada uma delas, que estão com eles desde pequenas. Utilizam os psicólogos do desporto apenas para testes psicológicos que determinam o perfil de campeões e no processo de detecção e seleção de talentos desportivos.

O problema deste tipo de opção é que, apesar de conhecerem realmente as ginastas, nem sempre a atitude que tomam é adequada em relação ao acontecimento, muitas vezes não sabem lidar com as situações que emergem dos treinamentos diários e competições. Luisa Parente, ao comentar que não conseguiu manter um peso adequado para os JO de Barcelona, tendo engordado dois quilos na Vila Olímpica, comenta:

E não foi só isso não. Havia já um desgaste também. E já era mais velha, a Georgette já não me dominava muito. Tinham outras coisas que de alguma maneira talvez influenciaram negativamente. Não de concentração porque você vai ver depois durante a competição, você foi bem, mas aconteceu, essa questão da ansiedade. A ansiedade! Acho que isso não foi um fato isolado, alguma coisa que gerou ansiedade e que com isso fez com que você não controlasse a alimentação (LUISA PARENTE, p.9-10).

O técnico de GA trabalha durante anos com crianças, essas crianças vão crescendo e o tratamento continua sendo bastante infantil, uma relação “materna”, como se fosse de mãe para a filha, com uma autoridade construída durante anos, que gera uma barreira intransponível. Gervis e Dunn (2004), que estudam relação entre técnico e atleta explicam que esse relacionamento pode ser o mais significativo que a criança tem com um adulto. De fato, o atleta pode perceber o técnico como sendo mais importante que os próprios pais, [...] gerando considerável influência sobre as crianças e deixando-as vulneráveis aos seus abusos emocionais.

Como mencionado na revisão de literatura, Máximo (1996) aponta que as ginastas que não se sentem capazes de falarem sobre seus medos com seus técnicos são sérias candidatas a lesões e riscos de segurança. O fato de muitos ginastas terem medo de falar com seus técnicos é uma cultura na GA, obviamente estimulada pelo comportamento e postura dos técnicos em relação aos atletas jovens. Soraya Carvalho relata: “o mundial pré-olímpico foi difícil porque eu estava machucada, sentia muita dor, e tinha [...] muita pressão, muita coisa desnecessária” (p.8). E complementa sobre sua preparação para os Jogos Olímpicos:

[...] E eu emocionalmente assim, eu estava muito abalada. Como foi muita tensão durante um mês inteiro que antecedeu os JO, treinando sozinha em Houston. Eu sempre fui muito independente. Eu chegava no outro país, eu ligava: “Mãe, cheguei está tudo bem”. No ultimo dia que eu ligava: “mãe, vou sai daqui assim, assim, vou chegar no Brasil tal horário”, para ela ir me buscar. No meio desse mês, assim eu ligava para minha família com mais frequência, chorando, assim: “tô cansada!”, eu só estava cansada. Chorava um choro livre, que você não consegue segurar. Então foi muito massacrante. (SORAYA CARVALHO, p.12).

Soraya Carvalho, não chegou a competir nos JO, pois foi detectada uma fratura por estresse em sua perna e, logicamente, isso foi uma experiência bastante negativa para ela e para a técnica também. Ela relata que sente muitas mágoas em relação à técnica até hoje, e que nunca houve uma conversa entre elas sobre o que aconteceu. Essa autoridade dos técnicos sobre as ginastas fez com que ela não conseguisse se comunicar diretamente com a técnica e impor os seus limites, o que acabou causando uma grave lesão, assim como foi abordado anteriormente por Máximo (1996). O difícil é dimensionar a lesão psicológica causada numa situação como esta, na qual 12 anos após o acontecimento, a ginasta ainda chora o mesmo choro livre de anos atrás, relatando situações humilhantes.

Logicamente esta é apenas uma visão parcial do acontecimento, pois na presente tese não foi tomado o depoimento dos treinadores, no entanto a literatura aborda a cultura de abuso emocional exercido por técnicos com crianças atletas. Gervis e Dunn (2004) realizaram um estudo no Reino Unido sobre o abuso emocional de crianças atletas de elite por seus técnicos e confirmaram a falta de conhecimento e/ou de atitudes adequadas dos técnicos no trato com crianças no desporto. Os resultados deste estudo objetivaram evidenciar o comportamento de alguns técnicos como uma ameaça ao bem estar psicológico de atletas jovens de elite.

Na GA, as próprias características específicas da modalidade, como por exemplo a exigência de precisão e perfeição na execução de movimentos que muitas vezes envolvem um risco à segurança da ginasta, geram uma tensão tanto nos treinamentos como nas competições. Segundo Gervis e Dunn (2004), há uma grande divulgação dos resultados no desporto, mas não dos métodos para se alcançar o sucesso. “O treinamento é sempre chato, repetitivo e longo. É uma demanda física e psicológica, que requer que os atletas forcem-se a limites extremos” (p.216). Em relação a essas situações vividas, algumas ginastas abordam esses momentos e como lidaram com essas situações:

Depois, isso foi 77, em 78 o treinamento já ficou mais forte, a gente já se preparava para ir representar o Brasil no mundial pela primeira vez em Strasburg na França, e pela primeira vez na história a equipe do Brasil foi completa para um campeonato mundial. Foi maravilhoso! Em 78 e eu fiz parte dessa equipe. Eu só sei que era tudo festa, tudo diversão e eu não tinha preocupação, medo de estar em um campeonato internacional, pressão. Era tudo divertimento, era tudo alegria (risos) para mim (risos), era uma festa só. Eu acho que para as outras ginastas também. Eu não sei, o meu perfil era esse, eu só fazia por prazer, mas claro que eu era muito competitiva e sempre que eu competia eu fazia melhor do que no treino. Eu era especialista, eu era boa competidora, não caía na competição. Qualquer problema que eu tivesse no treino, se alguma coisa não saía, eu sabia que na competição eu ia me dar bem, então eu tinha esse costume de plantar isso na minha cabeça. Então, eu chegava lá e já sabia que era um presente competir, que eu ia fazer um milagre e sempre foi assim (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.3-4).

Sabe por que eu fiquei em 1º lugar no CM pré-olímpico? O meu joelho estava machucado, eu estava com problema de uma torçãozinha, tinha até feito um tratamento intensivo com os médicos da Gama Filho, tive que tomar cortisona e tal, repouso para depois conseguir. Então na hora da competição eu não estava preocupada em ganhar, ficar em 1º ou em ficar em 2º, pegar a vaga para a Olimpíada, eu só estava preocupada em fazer o mais sensato possível para não me machucar, e conseguir vencer a dor e os problemas de não ter treinado firme como eu gostaria. Então minha concentração não era no medo de pegar a vaga ou não pegar a vaga, mas só em passar de leve com meu joelhinho. Eu acho que foi isso que deixou a tranquilidade de conseguir de repente ser invencível, e as duas melhores, que eram a Lillian e a Silvia, que era esperado que uma delas pegasse a vaga, ficaram empatadas, com a mesma pontuação logo abaixo de mim, em 2º lugar. Engraçado né? Aquilo ali foi um choque para todos (risos). Elas eram do Tijuca, era esperado que uma delas fosse para os JO e foi Cláudia Magalhães (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.6).

Fiquei lá um ano e meio. Fiquei até 83, quando eu consegui a classificação para a Olimpíada. Depois eu não agüentei mais, voltei para o Brasil. Porque o treino era muito puxado na época. Acordava às cinco horas, seis horas já estava treinando. Dois períodos já. Depois ia para escola, voltava, treinava mais. Então... longe de casa... tudo isso. Eu fiquei lá um ano e meio, depois eu voltei. Quando eu voltei, eu já fui para o Flamengo, que já era o melhor clube na época. (TATIANA FIGUEIREDO, p.2)

A rigidez é muito grande. E a mecanização e a repetição e foco, foco, foco. Mas assim, ao mesmo tempo em que a gente via que era isso, isso dentro de mim não é uma coisa que é aceita tão facilmente, sem contestar. Eu acho que não é só isso. Eu acredito muito no treinamento mental. Muito. Teve uma época que a gente teve apoio psicológico lá no Flamengo e eu fiz o curso de DOM, “Desenvolvimento e Orientação Mental”. Na época, foi muito utilizado na Seleção Brasileira de voleibol, na época do Bernardinho. Eu acho que isso pode até aliviar sobrecargas físicas de algum treinamento em algum momento. Não é que substitua. Nunca vai substituir o treinamento físico, mas é um outro treinamento que pode ser um aliado muito forte (LUISA PARENTE, p.16).

Eu tenho todos os títulos: mirim, infantil, até o adulto. Então todos os eventos que eu já tinha entrado, eu já tinha ganhado. A não ser que meu pai também, como ele era do esporte, o negócio dele era ganhar experiência. Então eu era uma menina de nove anos e ele me colocava para competir campeonato adulto. Aí realmente eu não tinha êxito. Mas assim, ele sempre falava assim: “não... não tem importância o negócio é ganhar experiência”. Eu competi muito. Sim, eu lidava bem com isso porque meu pai era assim, eu lembro dessa frase muito bem. Ele, no dia da competição, ele dizia: “olha, você vai lá e se você errar tudo, não tem problema. Para mim, eu quero que você vá, compita e você vai ganhar experiência e devagarinho você vai conseguir. Então, não tem problema nenhum”. Então, eu vejo hoje as meninas de hoje com os treinadores. Eu passei um ano e meio lá no Centro de Excelência (Curitiba), e já é uma tensão assim para competição, para elas competirem já é aquela adrenalina, aquela coisa. Eu não tive isso. Eu sempre competi muito tranqüila. Eu tinha a minha cobrança, nunca gostei de perder, de errar. Mas vindo do treinador eu não tinha. Só fui ter, quando eu fui treinar no Flamengo. Bem mais tarde. Nem no Pinheiros. Muito tranqüilo (SORAYA CARVALHO, p.4).

Ficava muito nervosa. Mas assim, muito controlada. Isso eu só fui saber muito tempo depois. Eu fazia minha parte. E uma vez o Ricardo¹⁷⁰ que estava me contando, dizendo que eu ficava isolada. Ninguém falava com você, porque sabia que era seu jeito de se concentrar. Pensavam: é o jeito dela. Faz o trabalho dela.

Eu ficava num nível de concentração tão alto que eu não via a competição acontecer. Eu sabia da minha hora, eu só dava uma olhada para saber qual era a minha vez. Mas eu ficava ali, passando a serie na minha cabeça. Eu ficava tensa, mas sabia canalizar, controlar.

Eu lembro, assim, nos dois últimos campeonatos de pódio¹⁷¹, nas duas vezes que eu entrei na trave de equilíbrio, subi no pódio e pensei: “ai... eu acho que é a ultima vez que eu vou fazer isso. Por que eu preciso passar por isso?”. Um nervoso! Aquela concentração para você não se perder. Você tem que estar o tempo inteiro vigiando aquele nervosismo para você não sair do controle (SORAYA CARVALHO, p.9).

[...] Foi onde minha concentração, meu jeito de se concentrar foi mudando, em 2000 que eu aprendi a me concentrar de uma forma que eu nunca imaginei, foi com a Iryna, ela me ajudou, com o técnico russo e com a Iryna. Nessa parte de concentração eu acho que não dá para se aprender muito, você tem, só melhora aquilo que você tem, por isso eu acho que o profissional de educação física tem uma força muito grande, porque ele vê isso quando a criança é pequena. [...] Então, na verdade, eles mostram é que quem domina você é você mesmo, então se eu não me conheço ele não vai me conhecer, porque quem manda em mim sou eu (CAMILA COMIN, p.10-11)

¹⁷⁰ Ricardo Pereira: na época auxiliar da Georgette Vidor. Atualmente técnico principal do Clube de Regatas do Flamengo.

¹⁷¹ plano elevado onde são colocados os aparelhos na competição)

Foi bem bacana em Atenas, mas foi bem intenso. Foi uma etapa, assim da minha vida muito tensa. Porque tinha aquela expectativa, expectativa de milhões de pessoas ao mesmo tempo. Então foi uma coisa que foi bem estressante. O meu foco estava todo ali. Em Atenas, no Solo principalmente que era o meu aparelho mais forte. Não que eu treinasse mais Solo, mas o foco principal estava no Solo. Mas foi difícil.

Eu acho que faltou maturidade! Que o fato de eu crescer na Ginástica, é a maturidade que você tem. De você saber lidar com tudo isso. É difícil de você saber lidar com a pressão, é difícil de você saber lidar, tudo ali na mão. Porque naquele momento eu tinha tudo na mão. Era aquela coisa, se você não errar você vai ser campeã olímpica. E foi um passinho a mais que não deu. Não foi nem a força que faltou, foi a força que foi demais! Então acho que é maturidade, que você vai ganhando aos poucos. Só que isso não adianta! Você vai ganhando nas competições. Só você competindo uma vez lá que você vai ganhando isso. Você não tem como passar de uma pessoa para outra. Então, alguém perguntou: “se você pudesse voltar atrás, você faria a mesma série?”. Faria! Faria. Só que se eu tivesse a cabeça que eu tenho hoje, eu seria mais controlada do que eu era naquela época. Então na verdade é falta de controle às vezes, que você tem e que faz você perder a medalha (DAIANE DOS SANTOS, p.14).

Hoje em dia eu não fico nervosa quando compito. Esse ano (2007) eu fiquei bastante nervosa. Todas as competições que eu fiquei nervosa, na trave eu errei, porque eu sei que é o meu aparelho forte e eu sabia que eu tinha chance de ganhar uma medalha no Pan-americano. Sabia que, talvez se eu fizesse uma série que eu costumo fazer em treinamentos eu podia estar ali, ou na final, ou como reserva da final do Mundial. Então, foi uma chance. Eu não fiquei triste porque, erros acontecem, não é? Mas eu sabia que se eu me mantivesse calma como todos os outros anos que eu competi na trave, competi calma, eu poderia ter conseguido.

Então é uma coisa que eu tenho que mudar, talvez a minha concentração desse ano na trave não foi tão forte como era nos outros anos. Tem que ver em que ponto que eu errei ali, porque eu sei que é o meu aparelho forte. E que é um aparelho que se eu faço ele bem feito, eu sei que, hoje em dia, é o aparelho que eu tenho chance. Então, é uma coisa que eu fiquei meio assim porque eu vi que eu podia estar na final de Trave, ou senão, como reserva. Que já é uma coisa muito difícil.

Mas eu me relaciono bem com essa característica da modalidade (da precisão), porque eu acho que conforme você treina você tem as oportunidades. Claro que toda oportunidade que você tem, você não pode desperdiçar, também. Mas é um esporte que assim... não foi dessa vez mas se eu mudar a minha concentração, se eu me focar bem, me mantiver tranqüila como eu competia antes na trave, eu sei que é um aparelho que eu vou ter chance (DANIELE HYPÓLITO, p.12).

A competição lá (JO) para mim não foi muito boa, porque eu competi na trave apenas, eu fui muito mal, eu não gostei. Eu fazia 10 séries cravadas (sem quedas e desequilíbrios) todo dia e chegou na hora eu fazer aquilo? Eu não gostei nem um pouquinho. Aquela porcaria! Eu caí duas ou três vezes da trave, porque eu fiquei extremamente nervosa, apavorada, eu tinha uns tiques nervosos na hora da competição e era uma coisa inexplicável, porque eu fazia 10 séries sem mexer no treino, tudo cravado. Com a perna machucada eu fazia, treinava. Ah! Acontece, igual a Daí (Daiane dos Santos) errou o solo na final, todo mundo está sujeito a isso! (CAROLINE MOLINARI, p.5-6).

A gente conversava sobre essa pressão toda, porque é difícil você estar ali, você tem que treinar bem, porque sempre tem um árbitro te olhando, um treinador te olhando. E você não pode chorar, não pode fazer cara feia. Era mais difícil. Vai chorar e a nossa coordenadora estava ali olhando e se chorasse ou fizesse cara feia, ela falava. A gente sabia que não podia.

Foi uma das competições (JO) que eu fiquei... não fiquei tão nervosa quanto eu achei. Que como dizem, a Iryna e todo mundo fala que eu sou, pareço a mais calma das meninas. Então eu sempre iniciava o aparelho, porque eu era a mais calma e fazia assim mais tranquila. Não tinha tanto problema. E a gente começou na Trave. Eu fui a primeira. Então, eu estava muito nervosa porque aquele ginásio imenso, tanta gente te olhando. Dá um nervoso, mas eu fui muito bem (ANA PAULA RODRIGUES, p.8-9).

Assim como mencionado no embasamento teórico desta pesquisa, essas características da modalidade, além de proporcionarem prazer aos praticantes, requerem um grau de concentração alto dos ginastas para conseguirem desempenhar com precisão suas complexas habilidades no momento certo, ou seja, a competição.

Macneill (2007) estudando a preparação de atletas canadenses medalhistas olímpicos de inverno, de modalidades como skeleton e patinação de velocidade, verificou em suas entrevistas que o trabalho psicológico desenvolvido auxiliou consideravelmente estes atletas. Alguns faziam aula de meditação, outros atletas treinavam visualizações de até 3 horas seguidas das diversas possibilidades de sua corrida, corrigindo e solucionando quaisquer problemas que pudessem acontecer no momento da prova. Um dos atletas aborda um plano holístico de treinamento, que misturou preparação física e mental para os dias dos JO, como: como finalizar a corrida, como me destacar na pista, como me aquecer, quando deveria fazer massagem, como lidar com as várias distrações, e assim por diante. O uso de música também foi inserido para auxílio na concentração antes das provas desde os treinamentos, mesmo para os atletas que não estavam acostumados, na busca de isolá-los do contexto atrativo dos JO.

Brandão (2005) a esse respeito comenta “o uso do treinamento mental parece essencial para minimizar ou, até mesmo, eliminar a interferência dos fatores psicológicos negativos em busca de uma excelência de performance” (2005, p.113).

Outro aspecto que pode colaborar com a permanência das ginastas na modalidade apesar das expressões e outras situações difíceis na GA é a motivação das atletas para a prática e as competições. Lopes e Nunomura (2007) em artigo sobre motivação e ginastas expõem quatro fatores chamados de extrínsecos de motivação na GA: família, técnico, mídia e o círculo de amizades, enfatizando que o técnico talvez seja o principal fator de permanência do ginasta no desporto, sendo responsável em manter aceso o prazer pelo desporto. Sobre esses fatores, a ginasta que mais se manifestou em relação à motivação e demonstrou enorme prazer pela prática foi Cláudia

Magalhães, como é possível observar em seu depoimento, ressaltando o técnico, a família e os amigos:

Eu acho que o que foi essencial para mim na minha formação foi a parte psicológica, motivacional, clima de motivação, amor, respeito e eu fazer com muito prazer para o meu técnico. O meu técnico era meu ídolo, a gente assistia filme juntos, todo mundo. A gente fazia cabaninhas no ginásio para assistir filmes, cineminha, daqueles “super oito” nas férias.

[...] Não tinha medo, nem insegurança, era muito autoconfiante e como eu era muito competitiva, eu tinha vontade de ser a melhor, eu queria ser melhor em tudo, eu queria ganhar, eu queria a medalha de ouro, eu queria fazer mais. Enquanto eu não fizesse perfeito, o técnico tinha que me expulsar do ginásio, podia sangrar a mão, eu punha espuminha, esparadrapo e corinho e eu ia fazer de novo. Todas as minhas amigas eram assim, era um tesão fazer ginástica, acho que foi isso que levou a gente a chegar aonde a gente chegou. (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.12).

E nas finais quem competia antes de mim, que era por sorteio, e ficava aquela mesma ordem nos quatro aparelhos, foi a campeã dos Jogos Olímpicos de Moscou, a Davidova, Elena Davidova. Nos quatro aparelhos de finais, ela acabava a série dela, campeã olímpica, todo mundo só focalizava nela, e depois dela era eu (risos), tem uma foto num jornal, ela está descendo uma escadinha e eu vou subindo toda feliz (risos). Eu nem me esquentava, era muito só felicidade (risos), e o nosso clima na Gama Filho era assim, muita motivação, muita alegria, muito amor, o técnico era um amor, era nosso paizão, ele era muito engraçado, era duro mas com maior palhaçada (CLAUDIA MAGALHÃES, p.5).

Minha família também só me apoiou, minha mãe e meu pai sempre me deram força, sempre eu fui muito querida e elogiada. [...] Tudo o que eu fazia, eu era a mais linda do mundo, eu era a mais bonitinha, sabe tudo muito positivo. Não eram pais de ficarem se metendo em nada, não eram pais que ficavam se metendo e querendo que eu ganhasse, ficar me cobrando. Qualquer coisa eu era a mais linda do mundo, então eu acreditava neles. Eles diziam que eu era, então eu era! Não tinha medo, nem insegurança, era muito autoconfiante e como eu era muito competitiva, eu tinha vontade de ser a melhor, eu queria ser melhor em tudo, eu queria ganhar, eu queria a medalha de ouro, eu queria fazer mais (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.12).

Soraya Carvalho que passou por difíceis momentos em sua carreira como ginasta, aborda a questão da motivação relacionada ao pai-técnico e aos amigos:

Meu pai teve uma influência muito grande na motivação. Muito grande. Tanto de forma espontânea quanto de forma obrigada. Muitas vezes eu não queria treinar e ele: “Não! Vai treinar”, assim. A função do meu pai e treinador, elas se confundiam assim. Não tinha uma diferença com “aqui eu sou só treinador”. E tem um limite não só de você para mim como de mim para você. Não tinha isso. “Eu sou seu treinador, sou seu pai e eu mando em você, mas você me respeita como treinador” e então era uma coisa.

Várias vezes eu quis parar. Mas meu pai sempre tinha umas técnicas de conversa: “olha, se você quiser parar eu te dou todo o apoio. A gente vai só ficar estudando, você pode procurar outra modalidade, mas é seu sonho ir para a Olimpíada e quando você for professora você vai dizer que foi para uma Olimpíada”, então eu acabava ficando. E

tinha uma parte emocional. Minhas duas irmãs pararam. Meu pai adorava esporte. E ginástica eu via ele, muito empolgado, muito determinado, muito esforçado para construir material. Às vezes, a gente não tinha lugar fixo para treinar. [...] Aí eu via meu pai com o colchão gordo em cima do carro dele indo para outro lugar, os aparelhos dentro do carro. Então era assim, uma mão de obra. E, quando minhas duas irmãs pararam, eu também não queria mais. Porque meu pai era muito chato, muito exigente, não tinha parte lúdica. Era uma coisa difícil de treinar com ele. E eu também não estava mais a fim de treinar. Estava chato. Mas eu fiquei: “mas meu pai é tão esforçado, vai ficar tão triste”. Não queria decepcionar. Então acabei continuando porque eu não queria que meu pai sentisse, sei lá, mas acabou sobrando para mim isso (SORAYA CARVALHO, p.5).

Quando eu fui para o Pinheiros, eu queria ir porque eu queria deixar de treinar com meu pai (risos). Qualquer lugar, eu queria ter outros aparelhos, eu queria ter amiguinhas treinando e lá tinha. Porque treinando com meu pai eu já tinha ido para muitas seleções, então, quando eu ia e me sentia fazendo parte de uma equipe e tinha treinador, eu achava aquilo o máximo. E quando eu voltava...

Quando eu viajava para competir, meu pai ia. Era uma tristeza porque enquanto todas ficavam muito a vontade e tal, eu estava lá com meu pai acompanhando porque era meu técnico (SORAYA CARVALHO, p.6).

Ainda sobre os fatores extrínsecos motivacionais, Daiane dos Santos destaca no seu depoimento, os amigos e a mídia:

Então uma coisa que foi muito importante para gente em Anaheim, foi que o grupo estava muito entrosado. Todas as meninas! A gente estava como uma só! Então não era aquela coisa: “Fulaninha num canto, fulaninha no outro canto”. Não! Como a gente morava junto, a maioria, então lá: “Vamos fazer tal coisa?”, e então todo mundo estava fazendo tudo junto. Então todas tinham o mesmo pensamento. A gente tinha aquela coisa muito forte na cabeça de querer levar a equipe para a Olimpíada. E para a gente foi melhor ainda, porque não só levou a equipe como entrou entre as melhores do mundo. Foi muito bacana assim para a gente (DAIANE DOS SANTOS, p.10).

Eu tenho noção do que isso representou para o Brasil pelo o que as pessoas me falam: “Ah! Você não sabe, o Brasil parou! Eu não fui trabalhar nesse dia, falei que estava doente!”. Eu vi as pessoas dizerem isso. É legal isso. De você ouvir que as pessoas pararam para te ver. Nunca que ia passar isso na minha cabeça. Várias coisas! Ter sido campeã mundial, ter ido para a Olimpíada, ter feito Ginástica Olímpica, ter sido campeã mundial, olímpica. As pessoas dizem: “Eu páro para ver você!”, é legal isso mas te causa aquela coisa assim... nossa! [...] Mas você tem aquela coisa na cabeça: “Nossa! Eu sou exemplo para milhares e milhares de pessoas” (DAIANE DOS SANTOS, p.14).

Laís Souza destaca os amigos como um dos fatores motivacionais extrínsecos da sua carreira:

Devo ter ficado um ano ou dois anos no máximo lá. [...] O treino já era bem mais forte, porque teve uma época que o COC era uma das melhores equipes do Brasil (p.3). Então era bem forte assim e tinha bastante meninas e dava bem mais empolgação para treinar,

tinham as meninas mais velhas também que faziam mais coisas, então, a gente já meio que se espelhava nelas. (Laís Souza, p.3)

Em relação aos fatores motivacionais intrínsecos (prazer interno), segundo Lopes e Nunomura (2007), três foram os expostos pelos ginastas: o desafio da prática e da competição (superação), a sensação de domínio do próprio corpo e a auto-realização. Sobre esses fatores, é possível perceber no depoimento de Luisa Parente seu prazer com a prática da modalidade, com a rotina de treinamentos, com as conquistas diárias. Ela era uma ginasta que gostava de participar dos treinamentos e não tinha apenas metas de sucesso na modalidade.

Soraya Carvalho em seu depoimento fala de sua experiência com as ginastas de transição e da nova geração, além de Luisa Parente com quem ela também teve contato quando ginasta e relata:

O que considero a parte comum a todas as ginastas de destaque [...] é uma coisa assim que eu só não vi isso na Daiane, mas assim, essa coisa de desânimo para treinar: “vamos treinar”, com essa cara de: “vamos treinar” (expressão de desânimo). Não tem: “cara! Vamos treinar, que coisa legal!” (expressão alegre). “Cara! Consegui tal coisa!”. E isso, essa coisa assim eu só vi na Daiane, de alegria em treinar. Não sei se diferencia porque ela entrou na ginástica com onze anos. A menina entrou na ginástica com onze e já treinou muito. Ela já passou por muitas histórias. E um pouco na Luisa. Eu vi isso também na Luisa. Uma coisa mais tranquila. Não é igual a da Daiane não, mas vi na Luisa. Mas todas as outras, essa coisa assim de ir arrastada. É um trabalho. Você vai lá, vai cumprir metas. Tem seus momentos de alegria, é óbvio, senão ninguém conseguiria ficar. Têm muitos momentos de alegria. Mas essa coisa sofrida de ir para o treino, isso eu vi em todas. A questão da comida e dessa parte de treinamento (p.17).

Outras ginastas de diferentes gerações também falam sobre a motivação intrínseca, que em muitos depoimentos envolve a questão da superação:

Nesse ano (79) eu comecei a ganhar no campeonato carioca, porque quem ganhasse o carioca representava o mesmo peso do nacional, eram as mesmas meninas, todas cariocas. Nessa época as paulistas não conseguiam pegar e era muita competição, a rixa de Tijuca e Gama Filho, a gente tinha muito talento e era muita disputa, então a gente treinava muito por causa da pressão de um querer ganhar do outro e ficava boa essa competição saudável (risos), desenvolvia bem. (CLÁUDIA, MAGALHÃES, p.4).

Eu acho que a gente fica nisso tanto tempo porque a gente sabe e a gente quer do mesmo jeito, o querer é maior que o sofrimento, o querer estar, o querer ser, pelo menos para mim, para Dani e para Daiane. Por exemplo, a Bruna, para ela não era, ela ficou um ano e saiu (da seleção brasileira), então para ela o objetivo maior não era estar lá, era querer estar na seleção por querer. Já que ela viu que era aquilo e não era aquilo que ela queria, que não era só alegria, que era ralação, ela saiu. Ela foi para o mundial, viu que o estresse na competição não era aquele de campeonato brasileiro que ela foi, então ela viu

que não era o que queria e saiu. Para mim era. Para eu estar competindo lá valia toda a pena. O que eu passaria para chegar no meu objetivo. Então meu objetivo pesava mais do que aquilo, então por isso que a gente agüenta tanta coisa, mas tem gente que não agüenta e sai muito antes, tendo talento ou não (CAMILA COMIN, p.14-15).

Eu acho que o que mantém essas pessoas ali, assim, a criança... ela entrou ali com seis anos. E isso vira uma realidade. Ela não conhece outra realidade, assim, ela nem sabe que ela pode e ela tem até medo de vivenciar outras realidades. Deixa eu ver. Vou tentar falar de uma forma mais clara. Eu entrei com seis anos e eu achei que eu não tinha outra opção. Que aquilo era a vida. Era ir lá e treinar. Que a vida era aquilo. Tinha aquela parte ruim mas você vai. Eu acho que isso é um ponto forte, que faz as meninas ficarem. Outro, é o medo de se arrepender, e isso eu já conversei com outras meninas: “Se eu parar vou me arrepender e não vou parar”. E outra porque tem seu lado bom também, você viaja muito. Tem aquela confraternização daquela equipe também que acabam sendo irmãs ali. Eu estou falando meio por mim e algumas coisas que eu escuto das outras. Mas por mim foi isso. Eu fiquei porque eu achei que aquilo, eu não conhecia uma outra vida... eu não sei explicar. Eu nasci dentro daquele negocio. Para mim aquilo era vida. (SORAYA CARVALHO, p.17-18).

Daiane dos Santos fala do prazer da conquista do respeito das outras ginastas de destaque no mundo, após essa evolução da GA brasileira, que também demonstra superação de desafios e que ela, Daniele e Camila viveram, pois fizeram parte de uma geração que não estava acostumada com esse respeito pelo Brasil, viveram essa transição:

Porque só a gente ficou na seleção (risos). “Nossa! O que elas estão fazendo?”. Então as pessoas tinham esse cuidado. De cuidar do treino, do que está fazendo, se ia atrapalhar alguém, se não ia, se mexia com alguém, se não. Então para a gente foi muito bacana a experiência. Para mim foi legal, porque foi um período que a gente ficou muito segura, eu acho, de tudo. Assim realmente a gente estava ali porque a gente realmente merecia, estava ali porque a gente lutou muito. E as pessoas tinham medo da gente. Então esse sentimento era bom para a gente (risos). É! De ver que as pessoas se preocupavam com você. Porque se sentiam ameaçadas. Não era uma simples brasileira. Aquela coisa: “o Brasil está vindo, tem aquela menina boa, mas as outras não são tão boas!”. Não! Eram todas as meninas. “Nossa! É o Brasil!”. Então foi bem legal (DAIANE DOS SANTOS, p.12).

Outra mudança vivida por essas mesmas ginastas, e também como consequência dessa rápida evolução, foi o aumento da popularidade da GA e mais especificamente destas ginastas, que passaram a ter acesso à mídia com frequência, aproximando a GA do público em geral. Daiane dos Santos, talvez a ginasta que mais tenha vivido o ápice dessa popularidade, relata em seu depoimento:

A partir desse Mundial (2003) minha vida mudou muito. Muito (risos)! Essa mudança foi muito difícil! Foi muito, muito complicado porque quando a gente chegou do

Mundial, [...] eu achei que ia ser assim... ganhei mais uma medalha como qualquer outra medalha para as outras pessoas. Porque a gente não estava acostumada a ver aquilo, pelo menos, acho que nem eu e ninguém.

Quando eu cheguei no aeroporto tinha muita gente. Muita! Cheguei aqui de caminhão de bombeiro, aquela coisa toda. E não podia sair de casa, não podia ir nem no portão de casa porque tinha gente o dia inteiro na frente da minha casa! Então para mim foi difícil no começo. Foi um choque de realidade muito grande. Eu acho. De uma hora para outra assim. Então acho que é uma coisa que assusta no começo. E não é fácil de você se acostumar. Demora! Demora um tempo para você pegar assim o ritmo, de como as coisas iam se tornar a partir dali.

Hoje eu já lido bem. Não sempre! Porque você não tem mais privacidade. Você vai jantar num restaurante e não adianta, você vai parar, todo mundo olha, você tem que parar às vezes, dar autógrafa, você tira foto. Você tem que ter essa paciência com as pessoas porque é a retribuição que você está dando pelo carinho que elas estão te dando também (p.10-11).

Daniele Hypólito também viveu essa transição para uma popularidade da modalidade, que iniciou provavelmente com maior intensidade a partir da primeira medalha conquistada em CM pelo Brasil na GA, quando ela foi medalhista de prata:

Em 2001, para mim foi um ano que eu tinha vindo dos Jogos Olímpicos, a gente fez um Pan-americano em que eu não me sai muito bem, no Pan-americano adulto e logo depois, um mês, um mês e um pouquinho depois, que a gente foi totalmente desacreditada, que ninguém sabia o que era ginástica no Brasil, em um ano que eu tive muita sorte, porque, o futebol não estava bem, o vôlei não estava bem, o Guga não estava bem, então foi um ano que o Brasil estava meio carente de atletas se destacando. E eu conquistei uma medalha, que foi a primeira medalha em Mundial do Brasil na ginástica, que para mim foi uma alegria enorme, poder ser a pessoa abençoada, de conquistar a primeira medalha. Não imaginava como ia ser quando eu chegasse ao Brasil porque já lá em Ghent (Bélgica), muito repórter me ligando, eram as meninas me ajudando a me arrumar, porque logo em seguida era a festa de encerramento. Repórter ligando, as meninas me ajudando, o telefone não parava, não parava e, acho que foi uma expectativa muito grande da minha chegada aqui no Brasil.

Quando eu cheguei, a pessoa que estava como assessor, que era na época assessor do Flamengo, ele falou assim “Olha Dani, não se assusta que tem um pouquinho repórter”. Quando ele falou um pouquinho de repórter, eu acreditei e imaginei assim: Ah, não deve ter muito mesmo porque realmente, é Ginástica. Quando eu saí do portão de desembarque do aeroporto a minha vontade era voltar (risos). Era muita gente. Era muita gente, muita gente mesmo. (p.2-3)

[...] Agora não! Agora está muito diferente. A gente chega às competições, tem que ter segurança, é uma coisa que a gente não está acostumada com isso, porque eu acho que quando tem essas competições, as pessoas que vão, vão porque querem ver a gente de perto, porque a gente se tornou ídolo do nosso país. Então, eu às vezes fico meio assim, porque a gente não consegue atender todas as crianças, porque para mim é assim: o adulto, se você fala: “olha... não vai dar!”, ele entende, mas como é que a gente vai explicar para uma criança que naquele momento a gente não podia dar atenção para ela? [...] Então, é uma coisa que o adulto tem aquela paciência, agora, criança já não tem a paciência. (p.10).

Essa popularidade tem seu lado positivo, que valoriza a prática da modalidade e, conseqüentemente, existe uma facilidade maior de apoios financeiros e divulgação da própria modalidade, mas logicamente também aumenta a pressão para uma modalidade desportiva que já tem a pressão como característica, tanto nos treinamentos pela repetição e perfeição, como nas competições pela precisão. Caroline Molinari, aborda essa pressão sobre a ginasta Daiane dos Santos, durante os JO de Atenas, no qual ela disputou uma medalha olímpica: “E foi aquela expectativa toda em cima da coitada, todo mundo falando: a Daiane vai ganhar! A cabeça da menina estava explodindo. Aí aconteceu que não deu” (p.6).

Muito diferente da geração de pioneiras, que talvez tenha começado a aparecer mais na mídia a partir de Luisa Parente. Cláudia Magalhães relata em seu depoimento sobre os JO de Moscou a ausência de torcida para o Brasil:

Lá em Moscou, foi muito lindo! Treinava, treinava, treinava em um dia e competia no outro, treinava, treinava, treinava no outro e ia realizando. O João Luis¹⁷², eu nem assistia porque ele também não me assistia, o dia que ele competia, eu estava me arrebrandando nos treinos. Não tinha torcida, não tinha gente, não tinha ninguém nosso assistindo, mas eu fiz tudo certinho, não errei nada também (p.6).

Todos esses aspectos psicológicos envolvidos na modalidade, requerem pessoas com um determinado perfil psicológico, que se adapte ou lide com essas situações de uma forma positiva, que as canalize para superações e desafios, pois afinal, o estudo trata de ginastas de destaque na GA, ginastas de sucesso. Arkaev e Suchilin (2004) apóiam a existência do profissional da psicologia na modalidade quando há o interesse em realizar testes psicológicos para traçar o perfil dos campeões e detectar esse mesmo perfil em crianças que fazem parte do processo de detecção e seleção de talentos na GA.

Segundo Brandão (2005):

Uma combinação de fatores contribui para o sucesso esportivo: a predisposição genética, o treinamento intensivo e as qualidades psicológicas. Dentre essas se destaca, primeiramente uma ‘figura mental’ clara que o ginasta tem sobre o que está buscando. Paga-se um preço muito alto para alcançar o rendimento máximo e vencer as competições. As expectativas são, em geral, muito altas. Há muita pressão, não se tolera a falta de esforço e de intensidade e, diariamente, há uma dose alta de cansaço. [...] Podemos dizer que o ginasta que efetivamente utiliza a sua força mental desenvolve grande controle sobre suas emoções e tem maiores possibilidades de competir em estado de *flow* (fluência). Esse estado está relacionado a um sentimento especial de confiança

¹⁷² Ginasta masculino representante do Brasil nos mesmos JO.

em suas próprias possibilidades e o faz acreditar que tudo dará certo. O ginasta está focado, absorvido e envolvido com a tarefa que não percebe mais nada ao seu redor, nada pode afetá-lo (p.111).

Por meio dos depoimentos das ginastas, é possível perceber algumas manifestações que podem sugerir determinadas características nas ginastas, como: determinação, responsabilidade, disciplina, foco, entre outros.

Laís Souza é uma ginasta que lida bem com as pressões da modalidade, a rigidez dos técnicos e dos treinamentos, distância da família, sendo uma das poucas ginastas a não falar sobre sofrimentos na carreira ou de grandes lamentações. Ana Paula Rodrigues, da mesma geração que Laís Souza, também lida bem com as pressões e mostra-se bastante calma nas competições, normalmente sendo a ginasta a iniciar em cada aparelho¹⁷³, como mencionado anteriormente em parte de seu depoimento. Laís relata suas estratégias para lidar com a seriedade dos técnicos ucranianos e o ritmo forte dos treinos:

Em relação ao treino com os ucranianos, eu sou bem humorada. Então eu procuro sempre estar sorrindo, sempre estar fazendo uma piadinha, alguma coisa assim. Às vezes o treinamento está muito pesado, está todo mundo com aquela cara, [...] e então eu procuro fazer alguma coisinha para o pessoal melhorar, porque aí o treino rende mais e você vai com mais vontade de fazer. Porque eles são bem mais frios. Nossa, muito mais! Para eles darem uma risada nesse ginásio tem que... sei lá (p.8).

Cláudia Magalhães também apresenta uma perfil parecido com o de Laís Souza, mais relaxada, sem se abalar emocionalmente com facilidade e em seu depoimento não relata sofrimentos, e fala muitas vezes do prazer de fazer ginástica.

Quando minha família, por exemplo, saía de férias para viajar ou conhecer o nordeste, minha irmã, meu pai, minha mãe eles faziam aqueles turismos, eu não permitia que eles me levassem. Se eles me levassem e tivesse que faltar no final de semana ou cinco dias para sair de férias com eles, eu ia ficar a pessoa mais infeliz do mundo. Então eu dormia na casa da Altair, dormia com minhas amigas, com a outra amiga Andréia, mas eles viajavam e eu ficava. Sempre! (p.2).

A responsabilidade nas ginastas também é uma característica comum que se reflete não apenas na ginástica, mas em outros contextos de suas vidas:

¹⁷³ Normalmente os técnicos tendem a colocar uma ginasta segura para iniciar a equipe em cada aparelho, visando uma boa impressão da equipe perante a arbitragem.

E eu era muito responsável, se tivesse que estudar eu acordava 5 horas da manhã, porque à noite eu não conseguia, desmaiava quando chegava em casa. Era só sentar no sofá e bum, dormia. Mas se estivesse que estudar para prova, coisa e tal, a gente acordava cedo e estudava e ia. Então era um apoio de todo mundo. No ginásio mesmo era todo mundo torcendo um pelo outro (CLAÚDIA MAGALHÃES, p.15).

Fiz a faculdade no tempo normal e não peguei nenhuma dependência, não peguei nenhuma prova final. Sempre fui boa aluna, desde a escola, nunca tirei nenhuma nota vermelha. É a personalidade da pessoa, não é só da ginástica é na escola e em qualquer lugar e um dos motivos que meu pai me deixou na ginástica, no começo, foi tirar boas notas na escola. Então se eu fosse mal na escola ele me tiraria da ginástica, então eu prestava muita atenção na escola para compensar, porque eu não tinha tempo para estudar (CAMILA COMIN, p.10).

Outras características comuns às ginastas são a independência e a determinação, como Ana Paula Rodrigues relata: “Ah! Eu acho que o quê a equipe tem em comum é sempre querer fazer melhor do que a outra. A gente sempre quer fazer o melhor para poder ficar numa colocação melhor. Acho que todas têm isso, a garra e a vontade de querer aquilo” (p.10).

É uma coisa que todo mundo sonha: “quero ir para a Olimpíada”, para mim era impossível. Então aos pouquinhos foi se realizando. Quando eu comecei a viajar, os primeiros campeonatos, eu falei: “não pode ser possível!”. Mas tem que ter muita dedicação, muito esforço, sabia que o caminho não era de mar, era de pedra, mas se era isso que eu queria, então falei: eu quero! (CAMILA COMIN, p.5).

Eu tinha essas metas claras. Como eu não despontava em nenhum aparelho, eu era uma ginasta regular, então meu objetivo tinha que ser nesse padrão, então era pegar uma final olímpica, então foi aí que eu comecei treinar, mais quatro anos. Eu fui me aperfeiçoando na paralela, na trave, no solo, no salto, para manter aquela media e conseguir. Então foi tudo objetivado, não foi “peguei a final porque peguei”, meu objetivo já era esse. Eu me preparei psicologicamente para pegar uma final olímpica (CAMILA COMIN, p.12-13).

E eu, eu não, eu quero¹⁷⁴! Eu quero, quero, quero, quero. Aquela coisa bem de teimosa mesmo. Aí voltei e comecei a treinar tudo de novo, continuei treinando. Nos treinos normalmente eu sou sempre bem humorada. É difícil estar de mau humor. Quando estou de mau humor é visível no meu rosto. Mas é muito difícil estar de mau humor. Normalmente eu estou sempre bem humorada. (DAIANE DOS SANTOS, p.8).

Mas eu me relaciono bem com essa característica da modalidade (da precisão), porque eu acho que conforme você treina você tem as oportunidades. Claro que toda oportunidade que você tem, você não pode desperdiçar, também. Mas é um esporte que assim... não foi dessa vez mas se eu mudar a minha concentração, se eu me focar bem, se eu mantiver tranqüila como eu competia antes na trave, eu sei que é um aparelho que eu vou ter chances (DANIELE HYPÓLITO, p.12).

¹⁷⁴ Reação depois de ir como reserva para os JO de Sidney (2000) e retornar aos treinamentos, quando outras ginastas que também não conseguiram a vaga pararam de treinar.

No próprio campeonato eu soube da classificação para os Jogos Olímpicos. Eu sabia que se eu acertasse a competição eu entraria. E eu não sei explicar. Porque era uma coisa já esperada. Dentro de mim assim: “eu tenho que fazer o que eu tenho que fazer”. Eu nunca nem pensei na possibilidade de não ir. Isso nunca passou na minha cabeça, de não me classificar. Esse era o campeonato auge da minha vida que eu ia participar e dali eu ia ver como é que eu ia encerrar minha carreira.

[...] “Nossa, quero parar”, não, mas eu vou me arrepender. Como eu vou me ver? Me esforcei todo esse tempo. Não, minha meta é a Olimpíada (SORAYA CARVALHO, p.9).

E foi divertido também, a primeira viagem internacional. Todas as mães das outras meninas preocupadas, porque as filhas estariam sozinhas com 11 anos viajando. E a minha mãe quase que rindo, porque eu já tinha decidido com quem é que eu ia sentar no avião. Eu não estava nem aí se estava viajando sem a minha mãe ou não entendeu? Eu estava toda feliz porque estava viajando com o grupo. Eu me lembro de ela comentar isso comigo que as mães estavam preocupadas em deixar os filhos e ela não tinha essa preocupação porque ela via que eu estava bastante confiante lá na viagem. (LUISA PARENTE, p.3)

A introspecção, o voltar-se para si própria, é também uma característica destacada tanto por Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-], como por João e Fernandes Filho (2002), como Soraya comenta:

Porque era uma característica minha, eu era muito individualista. Eu sabia das minhas coisas apenas. Não via muito, via o que eu ouvia das meninas, os resultados, eu olhava e tinha uma diferença muito grande da minha pontuação já para a segunda. Então eu me comparava mais com as outras meninas de outros países que também estavam tentando a classificação (p.8).

As características marcantes das ginastas, interpretadas a partir de seus depoimentos, de responsabilidade, de determinação, de não se abalar emocionalmente com facilidade, de perseverança em continuar em busca de novos desafios e superações, de independência, de ser mais introvertida do que extrovertida e de confiança vão ao encontro de dados apresentados pela literatura. Segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy [199-] as principais características de ginastas são: precisão e estabilidade emocional, alto domínio e capacidades volitivas, capacidades altamente desenvolvidas de concentração e atenção durante os movimentos e concentrar-se a ponto de “desconectar-se” das situações exteriores indesejáveis. João e Fernandes Filho (2002) em estudo com ginastas brasileiras de destaque verificaram respostas baixas nos graus gerais de sensibilidade emocional e alta média nos testes de afirmatividade.

Bortoleto (2004) em observação dos principais ginastas espanhóis de Ginástica Artística Masculina, durante um ano e meio, relata que uma das características observadas foi a

paciência, pela dificuldade em visualizar os objetivos a longo prazo. “A natureza do treinamento também exige uma altíssima capacidade disciplinar, de obediência às regras e, por que não, de ‘submissão’ a um sistema rigoroso e sistematizado de ensino, fundamentado na repetição e na obediência às ordens dos treinadores” (p.407). Além disso, o mesmo autor ainda destaca a coragem e a valentia, relacionados tanto aos exercícios desafiadores, como pelo enfrentamento das difíceis situações que emergem dos treinamentos.

Tani, Teixeira e Ferraz (1994) citados por Simões, Böhme e Lucato (1999) apontaram que algumas preocupações chamam a atenção dos familiares, estudiosos e pesquisadores da criança dentro do esporte de competição, especialmente de aspectos que se relacionam com a formação e desenvolvimento da personalidade infantil. Esses autores abordam ainda a questão da transferência de comportamentos sociais adquiridos, estimulados ou construídos na vida desportiva, dizendo que muitos acreditam que a competitividade infantil é levada para a vida social dos indivíduos, enquanto que outros acreditam que a dedicação, disciplina e a cooperação desenvolvidas no desporto contribuem para a formação das crianças.

Encerrando este tópico de aspectos psicológicos apontados nos depoimentos das ginastas desta pesquisa, percebe-se que apesar de todas as situações de estresse vividas pelas ginastas, a resposta é positiva quando se pesa os pontos positivos e negativos da modalidade, com uma sensação de “valeu a pena”.

Sabe, as meninas vêem o treinamento como um castigo, um sofrimento. “Nossa! A gente treina sete horas por dia! Nossa! Às vezes não tem final de semana!”. Eu penso que nada vai ser sofrimento se te dá prazer de fazer. Ginástica é uma coisa que não tem como fazer se você não gosta. Se você não tem prazer, não tem como você levar, sete horas todos os dias treinando, sem você gostar. Então, para as pessoas, eu abdiquei tantos anos da minha vida, 13 anos da minha vida para Ginástica, abdiquei de ficar com a minha família, de ter namorado, de casar, de ter filho. Não vejo assim porque por outro lado, por causa disso eu fui campeã mundial, eu fui para outros países, eu conheço um monte de gente, eu tenho muitos diplomas, um monte de condecorações. Quase ninguém tem isso. Então é aquela coisa: tudo na vida você tem que abdicar de alguma coisa para ganhar outra. Se tivesse que fazer tudo de novo faria. Faria! Numa boa. Porque não me arrependo de ter treinado tudo que treinei, de abrir mão (DAIANE DOS SANTOS, p.16).

Estou na ginástica há 19 anos. Acho que o que me mantém tanto tempo assim é o prazer, porque, na verdade, eu sei que o patrocínio é para me dar uma estrutura, para me dar um apoio, mas não tem dinheiro que me faça ficar, a partir do momento que eu falar “não quero mais”. Eu continuo na ginástica, não pelo dinheiro. Dinheiro é importante, sim. Mas se você faz uma coisa obrigado, isso passa a perder aquele gosto. Ai você não fica, você poderia ficar 20 anos, você acaba ficando dez. Então, é realmente, o gosto mesmo de fazer ginástica (DANIELE HYPÓLITO, p.16-17).

O lado bom da ginástica, eu acho que é viajar o mundo inteiro. A primeira viagem para o exterior foi com 12 anos, sozinha. A gente foi fazer um treinamento, fiz um intercâmbio, fiquei um mês nos EUA treinando, mas a minha primeira competição mesmo foi o campeonato pan-americano [...] na Colômbia. Então, você aprende e vive muitas culturas diferentes, aprende a lidar com dinheiro, com moedas diferentes, com pessoas diferentes, línguas diferentes, você tem uma noção. Hoje falam para mim: quantas línguas você fala? Não sei, mas eu me viro em qualquer lugar do mundo (CAMILA COMIN, p.23).

Acho que quando eu tiver filhos... ah eu não sei. Eu acho que eu vou colocar na GA. Colocar eu vou. Se ela tiver jeito, se eu perceber que ela tem jeito. Se ela tiver jeito e ela quiser, ela vai fazer. E eu vou me esforçar para ela continuar se ela quiser parar. Mas assim, eu não sei assim, não pensei muito a respeito. Porque é realmente muito sofrido, mas sempre tem o lado bom. É... tem que ter o lado bom. Eu tive muitas alegrias. Muitas. É aquilo que eu falei para você no início, eu tenho o maior orgulho de tudo que eu conquistei, do que eu vivenciei sem eu ir... e tem uma bagagem assim. Muitas coisas eu aplico na minha vida. Essa questão de responsabilidade, de não desistir (SORAYA CARVALHO, p.18).

Talvez uma forma de verificar realmente que o saldo dessa vivência foi positivo é que, das sete ginastas já aposentadas, cinco dedicaram-se à profissão de professoras de GA após o encerramento da carreira desportiva, uma ao trabalho com condicionamento físico em academias, mas tem o sonho de ter um ginásio de GA e outra é artista do Cirque de Soleil e pretende um dia ser técnica da modalidade.

3.4.8. LESÕES RELACIONADAS À CARREIRA DESPORTIVA COMO GINASTAS

A perfeição e precisão de movimentos na GA faz com que os ginastas necessitem de uma elevada e constante repetição de habilidades da modalidade, com relativo impacto na maioria dos aparelhos, o que tem como consequência um número considerado de lesões.

Separando as ginastas por geração, é possível perceber se há diferença entre as diversas épocas da GA no Brasil e sua relação com as lesões. Sobre a estrutura médica e fisioterápica destas ginastas, Cláudia Magalhães tinha uma boa estrutura na Universidade Gama Filho, quando a representava. Já Tatiana Figueiredo menciona em seu depoimento que teve apoio fisioterápico apenas nos EUA e Luisa Parente diz ter no Flamengo, mas não muito adequado:

A gente fazia o da medicina esportiva: cardiovascular, aquela coisa, resistência, bicicleta, esteira, o cardiologista que era o Edmundo Novaes, Ele era muito fera sempre envolvido com todo esporte da Gama Filho. Tinha o Dr. Manoel que ia com a gente nos campeonatos brasileiros, a equipe da Gama Filho tinha seu próprio médico, era igual às profissionais. A gente ia para o campeonato de Campinas quase todo ano, quatro ou cinco anos seguidos e a nossa equipe era “chiquerrima”, tinha médico e até massagista. Quando acabava o treino, tinha tudo para a gente de fisioterapia ali mesmo, do lado do ginásio: fisioterapia, forno, aquele forno com toalha (risos), tinha ultra-som, massagem. Eu lembro que eu tinha problema de digestão, de ir ao banheiro constantemente, eu estava sempre presa, não sei se era tanta ginástica e pouca comida (risos) e o massagista que fazia massagem para ajudar a funcionar e funcionava (gargalhada). Qualquer dor, qualquer problema tinha uma sala de fisioterapia do lado do nosso ginásio. Gama Filho era um luxo, épocas assim de ouro (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.10).

Nos EUA era fantástico! Lá na Universidade também. Eu tinha todo apoio, fora a educação, eu tinha hospedagem, auxílio médico, tudo. Antes da faculdade não, era tudo particular (p.4). [...] Fisioterapia só nos Estados Unidos, na Universidade. Aqui a gente não tinha, mas quando precisava fazia. Mas foi pouco. Fazia acupuntura também que eu gostava muito (TATIANA FIGUEIREDO, p.7).

Diversas épocas nós tivemos outros apoios. Sempre que estávamos machucadas nós tínhamos lá a parte de fisioterapia do clube, que nunca foi muito forte, então a gente sempre buscava particular. [...] E muita coisa às vezes era do próprio treinador, que era tudo isso: “bota um gelinho, amarra assim”. Enfim, era uma época que não se tinha estrutura. Hoje se tem. [...] E então a gente buscava, ia na fisioterapia que conseguia ir. Mas eu também acredito que há sim a sobrecarga do esporte, causa lesão e nesse caso não é sinônimo de saúde, mas a prevenção ela é muito importante. Em algum momento do nosso treinamento a gente fez muito condicionamento preventivo. Mas eu acho que não é dado ênfase nisso de maneira geral, não só na Ginástica, mas em outras modalidades. E deveria ser (LUISA PARENTE, p.16).

Na geração de transição, as ginastas também retratam sua estrutura em relação à parte médica e fisioterápica. Soraya Carvalho teve acompanhamento fisioterápico a partir do momento que começou a treinar em clubes, dizendo: “Sempre era atendida pela fisioterapia do clube, Nada especial. Só quando eu quebrei o cotovelo me ofereceram uma fisioterapia diferenciada que era fora do clube, mas também assim, que eu não via muita diferença” (p.16). As outras ginastas, tiveram apoios médico e fisioterápicos semelhantes com a estrutura do centro de excelência em GA em Curitiba:

Essa parte complementar de fisioterapia, nutricionista teve um peso grande. Porque a partir do momento que a gente começa muito cedo, eu comecei com seis anos, até a Olimpíada eu não tive problema sério de lesão por esforço físico. A partir de Sidney que eu estava com 18 anos que a idade começou a pesar. [...] Então esse apoio médico veio em boa hora. [...] A gente começou a fazer aquela bateria de exames para ver oxigênio, para ver o nível de flexibilidade, para ver se está tendo encurtamento ou não para saber se eu podia ter crescido mais ou não, para ver se meus ossos estão com cálcio suficiente, então essa parte foi essencial também. [...] Então para ter um patrocínio, tem que ter o apoio de um hospital para ressonância magnética, raios-X, era tudo feito. Tenho dor, não

vou esperar um mês para ver o que é, eu já vou semana que vem, já trato naquela semana, na outra já não tenho nada, para não deixar acumular e chegar numa lesão, num rompimento. E então foi bem importante essa questão do patrocínio, foi onde a gente teve uma opção de ter um recurso melhor dentro do esporte. (CAMILA COMIN, p.19-20)

Na verdade quando eu estava no União eu já tinha esse apoio médico e fisioterápico. Porque lá sempre teve por ser clube. Não sei! É que eu só tive lá como clube então, não tenho a base de outros clubes. Mas pelo o que eu vejo nos outros também é isso. Departamento médico, fisioterapia, etc. Vão te levar para fazer ressonância, exames, para essas coisas todas. Isso é importante para o atleta. Porque se você vai tirar isso do bolso, é caro. Então é bom. Para você saber como o atleta está, ter uma noção se a lesão é muito grave, se é um pouco grave, e é sério, se não é sério (DAIANE DOS SANTOS, p.9).

Em relação à estrutura médica e nutricional, no início era mais difícil. Agora não. Desde que foi montada a estrutura da seleção permanente sempre teve a estrutura de médico, nutricionista, fisioterapeuta. O Namba é o médico que acompanha a gente já desde antes de ter essa estrutura toda montada. Então, é um médico que está com a gente desde o nosso primeiro Pan de Winnipeg (1999), ele está com a gente há bastante tempo. Isso ajuda bastante, ele conhece bem a gente, realmente já sabe: “com ela não vai dar certo isso, mas dá isso”. Ele aprendeu a conhecer a gente também (DANIELE HYPÓLITO, p.12).

Em relação a essa estrutura a nova geração de ginastas, Caroline Molinari, Laís Souza e Ana Paula Rodrigues também se assemelham por terem tido acesso à estrutura do Centro de Excelência, oferecida pela CBG, em idades mais baixas do que as ginastas de transição e abordam o apoio com naturalidade, não mencionando em seus depoimentos como um diferencial, pois sempre fez parte das suas carreiras:

Fisioterapia. Ah! Todo dia tinha fisioterapia. A gente treinava de manhã, ia para aula e treinava a noite. A gente fazia fisioterapia de tarde, depois do treino à noite. As meninas da faculdade (ginastas que já estavam na universidade) faziam de tarde. Fisioterapia era todo dia, todo dia a gente tinha uma dorzinha, massagem também. Exercício para fortalecer era todo dia (ANA PAULA RODRIGUES, p.7).

Portanto, por meio dos depoimentos é possível perceber que sempre houve uma relativa estrutura de apoio médico e fisioterápico nos locais de treinamento destas ginastas, havendo uma evolução dessa estrutura com a mudança de gerações, principalmente a partir do período de transição com as ginastas Daniele Hypólito, Daiane de Santos e Camila Comin, que em sua preparação para os JO, puderam ter acesso a uma estrutura próxima à ideal no Centro de Excelência de GA em Curitiba.

Mais diretamente abordando as lesões das ginastas e sua relação com os treinamentos e competições, percebe-se que muitas das ginastas treinaram e competiram muitas vezes machucadas, o que em alguns momentos acabou agravando a lesão e trazendo consequências para a ginasta, como Soraya Carvalho, que treinou em sua preparação para os JO de Atlanta com uma forte dor na perna, que acabou evoluindo para uma lesão mais grave, que a impediu de competir no campeonato alvo de sua vida. Outras situações semelhantes aconteceram com as principais ginastas do Brasil:

Outra lesão que eu tive foi na véspera da Olimpíada, deixa eu me lembrar, em 79 que eu tive uma lesão no menisco, tomei cortisona uma ou duas vezes, competi muito bem mais com medo do joelho. Cheguei a operar, mas só quando eu estava no Flamengo. Deixa eu ver em que ano foi, em 84, e eu já estava com o joelho com uma segunda lesão. Eu fiz um duplo no treino e caí bem abaixadinha, que a gente chamava de purê de batata, que amassava a batata (risos). Deu a dor final do exercício, aliás, eu machuquei a primeira vez no campeonato brasileiro em 79 antes do mundial que deu uma mordidinha no meu menisco, eu caí em pé no salto Tsukahara¹⁷⁵ esticado, foi lindo, caí “cravadinha” (sem dar passo algum) e deu um beliscão: pá! Falei: o quê que é isso? Foi tão bonito o meu salto, até ganhei, fiquei em primeiro lugar no salto e beliscou o menisco. Voltei devagarzinho, fiz o segundo salto com o joelho machucado, ganhei o salto, peguei medalha de ouro naquele salto machucado e o último aparelho era a paralela, graças a Deus, porque não faltava mais trave, nem fazer solo. Eu fiz a paralela com um pulinho na saída, fiz a série toda e a saída de sublançe-mortal com joelho machucado: “pá!”. Caí em pé, foi tudo bem, mas fui direto para o gelo sem andar, e isso eu tive que tratar até o campeonato. Eu cheguei lá no campeonato quase que eu não podia competir. Acho que estou misturando, essa já foi no outro ano de 83, não foi da Olimpíada. Em 83 foi que eu estava com o joelho machucado assim, ou eu ia competir ou era a Denilse. Fizeram um teste com a gente lá e eu consegui fazer tudo de novo nas vésperas, e eu peguei minha vaguinha que estava em perigo e competi em 83 em Budapeste (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.15).

No primeiro um Pan de 87 que foi muito bom, nos Estados Unidos. Então a infraestrutura era maravilhosa. Estava tudo já em ritmo de competição internacional. E aí foi uma medalha de bronze e por pouco não foram mais três ou quatro medalhas, porque eu fiquei em quarto no individual geral por 0,05. Como eu machuquei a costela, eu tinha pego três finais. Só competi Paralela para poder garantir, porque era minha prova mais forte, mas peguei final de salto e final de trave também, mas não competi. Machuquei a costela durante o treinamento, na pirueta na trave. Foi uma decisão da treinadora [...] da seleção também naquela ocasião, de me inscrever, de me colocar, me confirmar só na Paralela. Tirei medalha de bronze. Quase não respirava, doía muito. Trincava os dentes, com hematoma, tudo preto. Nossa! De repente, até houve fissura. E nem fez exame nenhum (risos). Já para não piorar. Sabe como é? Só de respirar já doía, imagina se pendurar. Então, uma loucura! Mas realmente era o que tinha de ser. Não tinha como deixar de fazer a Paralela (LUISA PARENTE, p.4-5).

As histórias dos Mundiais também são sempre muito sofridas porque eu estava sempre com uma lesão. O Mundial de 87 foi uma fatalidade, que classificou para Olimpíada de

¹⁷⁵ Duplo mortal para trás com um giro no eixo longitudinal.

88. O treinador do Sul, o Fischer estava me auxiliando porque ele era o treinador do masculino. [...] E eu havia treinado muito na DTB (Alemanha) com força e tudo mais, então pediu um auxílio para eu fazer Tsukahara¹⁷⁶ no solo. E ele não sabia o meu tempo, não sabia nada. A gente não se conhecia. Não treinava junto. Então ele na primeira pirueta do primeiro mortal, ele me parou de girar. Então eu girei duplo mortal de lado e caí de lado no chão. Na hora começou a inchar o joelho, líquido sinovial. Então, quer dizer, a articulação sofreu alguma lesão. Também, o médico alemão nos deu assistência lá, graças ao conhecimento e tal. Enfaixei com um negócio aqui (mostrou o joelho). E aí fazia assim, vinha uma onda (mostrando onde estava inchado e enfaixado) (risos). Então competi com o líquido todo. Então foi sofrida a classificação e no final da competição, até a Georgette me abraçou e aí eu falei: Não Georgette pode deixar não está doendo muito não. [...] E eu: não, vai ficar tudo bem. Já passou. Nem está doendo mais agora o joelho. E ela já sabia... estava abraçando porque já sabia que eu tinha classificado para a Olimpíada.

Competi super machucada, várias vezes. E nesta competição fiz o Tsukahara e caí em pé. [...] Eu acabei que tinha que fazer tudo. Era tudo ou nada. Se não fizesse não ia classificar (LUISA PARENTE, p.7-8).

Para Barcelona, no Mundial de 91, em Stuttgart, eu também estava com uma coisa aqui no punho. A já de treinar Rondada Flick, o Yurchenko, a gente começa a ver a sobrecarga da lesão do punho. Já treinava com aquele negócio (protetor de punho), mas também tive que fazer uma punção depois que eu saí da competição. Então fui lá e o cara tirou seis seringas no joelho (no mundial de 87). E então nesse Mundial (91) ele tirou também uma punçãozinha, mas ele tirou só uma seringa e meia (risos) (LUISA PARENTE, p.8-9).

O mundial pré-olímpico foi difícil porque eu estava machucada, sentia muita dor. [...] Eu estava com o pé machucado. Mas era outro problema, não era tendão não. O meu pé é muito arqueado, então eu estava com uma inflamação aqui (mostrou o pé). Porque estava muito impacto. [...] Porque, sei lá, porque mesmo você lesionada, você treina, e você só recebe bronca e tal. Foi difícil, assim (SORAYA CARVALHO, p.8).

Sobre minhas lesões, eu tive uma fratura no cotovelo, coloquei um pino e daí três meses eu tirei. Tendinite nem conta: punho, cotovelo, ombro, muito no ombro. E aliviava o treino um pouco. Continuava treinando sempre. Nunca parava. Entorse no pé muito também. De quebrar mesmo, eu quebrei o cotovelo, a canela, o tornozelo, um ossinho do dedinho do pé, só isso. Acho que os pés em uns quatro lugares (SORAYA CARVALHO, p.16).

Sobre lesões na verdade quando eu fui fazer o Mundial teve o negócio da cirurgia do joelho direito, toda aquela coisa. Pouco tempo de recuperação e tudo mais. E essa lesão ocasionou outra lesão que foi um pouco antes da Olimpíada, que foi da cartilagem. Porque as duas lesões, na verdade, tive muito pouco tempo de recuperação. Um mês, entre as duas lesões. Então o quê aconteceu? Isso ocasionou assim um problema que ainda gera no meu joelho até hoje! Eu tenho dor quando está muito frio! Ele não dobra e não estica direito. Isso tudo devido ao pouco tempo de recuperação. Então acho que o atleta quando ele lida com a lesão, apesar de que todo atleta vai ter uma dorzinha. É difícil você ver um atleta que diz: “Eu não tenho nada de dor!”. Ou ele vai ter uma dor muscular, ou sei lá, vai ter um “distensãozinha”, às vezes não é uma lesão muito grave! Às vezes uma lesão normal de treino, cansaço, por estresse, alguma coisa. Mas tem vários tipos de lesão. Agora, eu quando lido com uma lesão... tem gente que diz: “você

¹⁷⁶ Salto com entrada de meio giro no eixo longitudinal no primeiro vôle e mortal para trás no segundo vôle.

não se abala?” E eu falo: “Se eu me abalasse não tinha que ser atleta, porque todo atleta vai passar por isso” (DAIANE DOS SANTOS, p.8-9).

Em 2003, que é um ano Pré-olímpico de novo, que foi o Pan de Santo Domingo, foi no Pan em que eu me saí muito bem, fui para o Mundial de 2003 com uma dor na perna que eu não agüentava. Só que o que passava na minha cabeça: “eu preciso ajudar o meu país a levar uma equipe, porque eu não quero passar o que eu passei em 2000¹⁷⁷”. Então, o pensamento acho que, de lembrar o que a gente passou, a dor acabou sendo pequena perto do que a gente queria para não passar pelo que passou em 2000.

Chegando ao Mundial, que foi logo em seguida do Pan-americano, a gente conseguiu, não só classificar a equipe, mas também entrar na final por equipes. E o nosso objetivo era classificar. Então, na verdade foi muito melhor do que a gente esperava. [...] Na minha final, que era a final, que era competição importante para mim, e não tinha nada a ver com a equipe, eu realmente, foi a hora que eu não agüentei mais. Eu fiz a primeira passada de Solo, já cheguei um pouco faltando. Quando eu fiz a segunda passada eu já não agüentei mais e aí eu tive que sair da competição. Mas na hora que era a final para mim apenas. Então, na verdade, ao mesmo tempo em que eu fiquei triste, claro, porque eu queria ter terminado a competição no individual geral, mas eu estava feliz porque eu sabia que o Brasil todo estava classificado (DANIELE HYPÓLITO, p.3).

Lá em Atenas eu fiquei com fratura por estresse na canela (tíbia), então eu estava muito ruim, não conseguia pisar direito no chão. Eu estava fazendo fisioterapia, tomando remédio, cápsula de cálcio para tentar recuperar, só que eu tinha muita dor. Isso ninguém sabe, as pessoas nunca vêem esse lado e você começa a ficar super saturada: “está chegando”. Você está com dor e você começa a ficar desesperada. Mas tinha que treinar do mesmo jeito, tinha que agüentar a dor. Então têm muitas dessas coisas que ginasta tem que passar. A gente ficou duas semanas treinando em Atenas e já foi a competição. A competição lá para mim não foi muito boa, porque eu competi na trave apenas, eu fui muito mal, eu não gostei. [...] Eu caí duas ou três vezes da trave, porque eu fiquei extremamente nervosa, apavorada, eu tinha uns tiques nervosos na hora da competição e era uma coisa inexplicável, porque eu fazia 10 séries sem mexer no treino, tudo cravado. Com a perna machucada eu fazia, treinava (CAROLINE MOLINARI, p.5).

É importante notar que, independente de geração e da evolução da ciência e de apoio, as ginastas continuam convivendo com a dor e competindo ou treinando machucadas. Um fato relevante que deve ser considerado, principalmente pela maioria estar ainda em fases importantes de desenvolvimento. E, além disso, muitas vezes, lidam com isso com naturalidade, considerando como atitudes corretas, ou seja, faz parte do contexto em que foram formadas e isso dificulta o afastamento ou a luta contra esse tipo de situação, sendo possivelmente condição de continuar pertencendo à elite da modalidade.

Além das lesões mencionadas anteriormente, algumas ginastas falam mais sobre suas lesões durante as suas carreiras desportivas. Tatiana Figueiredo e Camila Comin são as ginastas que disseram ter menos problemas com lesões, o que muitas vezes pode ser relativo, pois

¹⁷⁷ Disputar com as próprias companheiras pelas vagas para os JO.

como comentado anteriormente, as lesões fazem parte do seu cotidiano, portanto o que parece pouco para elas, pode ser considerado como muito em outros contextos. É possível verificar isso pelo depoimento de Tatiana: “Eu tive sorte de não ter muitas lesões, nada que precisasse de cirurgia. Quebrei o pé, quebrei o braço, fora as coisas comuns de ginastas: “canelices” (periostite), tendinites” (risos) (p.7). Camila Comin, de outra geração, também considera ter tido “poucas” lesões: “eu nunca me machuquei sério, nunca quebrei nenhum osso, nunca tive uma luxação, nada até hoje, nunca tive nenhum problema físico. Tive inflamação, tendinite, essas coisas de tanto repetir exercícios que acaba ocasionando, mas nenhuma lesão grave. Nunca tive!” (p.3-4). Outras ginastas também complementam suas lesões já citadas anteriormente:

Não tive muitas lesões. Eu me lembro que no final da carreira quando eu já estava no Flamengo, eu sempre tinha dor, dor nos punhos e dor nos tornozelos, sempre tinha um pouco de inchadinho e eu treinava com esparadrapo para dar uma estabilidade. Só tive quando era novinha na ginástica, fazia uma rondada-mortal, que nem era usada, era assim minhas primeiras macaquices, eu quebrei um ossinho aqui no pé, coloquei a botinha e fiquei toda feliz com a botinha de gesso. Fiquei boa num instantinho. Por exemplo, o meu técnico queria que eu voltasse o mais rápido possível, tirar o gesso e treinar, aí minha mãe não deixava, tinha que ficar 21 dias. Eu lembro dela brigando com meu técnico, ela me protegia para fazer aquilo que era saudável (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.14).

Em 98, eu tive que parar durante seis meses para operar o joelho. Foi uma época que eu fiquei bastante triste, achando que não ia conseguir voltar a tempo do Pan-americano de Winnipeg (1999), que era o meu primeiro Pan-americano. Só que com o tempo eu vi que minha recuperação foi bastante rápida e objetiva, então em 99 eu fui para o Pan de Winnipeg (DANIELE HYPÓLITO, p.2).

Como eu já estava desanimada, chorando nos treinos, eu cheguei para Eliane e falei: olha Eliane eu não quero mais treinar mesmo, porque eu posso influenciar as meninas por esse meu desânimo. Eu falei que ainda estava com muitas dores, sempre tinha machucado o pé. Sempre tive fratura no pé. Quase todo ano eu tinha aquela fraturinha assim por estresse. Mas ia levando. Dores no ombro. Já estava me cansando assim essas dores. E eu cheguei, falei para ela que eu não queria mais mesmo (p.4).
[...] Acho que toda semana tinha uma dor, mas como a gente já estava acostumada e tinha que fazer, acho que a dor era uma coisa que a gente suportava. Ia aprendendo a lidar com ela. Mas avisava a fisioterapeuta (ANA PAULA RODRIGUES, p.7).

Lesões! É uma complicação para mim. Não só para mim, para várias, mas sei lá, para mim foi fogo. Eu tive muitas coisas. Quando eu era mais nova não atrapalhava muito. Tinha as dores lá, mas não atrapalhava muito. A partir do momento que fiz dezoito anos começou a vir. Um desastre. Veio dor na perna, e dor não sei o quê, e dor nas costas, e dor em tudo que for. E não é coisinha assim, dorzinha que pára em uma semana e melhora. É dor mesmo. Continua. Eu tive fratura por estresse, tive que operar o joelho.

Estou com um problema agora no pé¹⁷⁸, então têm várias coisinhas que atrapalham mesmo. Convivo com lesões (LAÍS SOUZA, p.8).

Destaca-se, para melhor compreensão, as principais lesões de cada ginasta no quadro 23, no qual é possível perceber uma incidência maior de lesões nos membros inferiores, sendo joelho, perna e tornozelo os principais pontos. No estudo de Dixon e Fricker (1993) é abordada a distribuição das lesões de ginastas masculinos e femininos. No feminino, assim como as ginastas desta pesquisa, o tornozelo é a articulação que mais sofre lesões agudas. Nas “lesões crônicas” das ginastas, os estudos de Dixon e Fricker (1993) apontam a de coluna lombar/sacral como mais incidente, seguida de joelhos. No caso das ginastas brasileiras, os joelhos foram mais mencionados, com quatro ginastas que realizaram cirurgias entre as dez destacadas. Como já mencionado na revisão de literatura, as ginastas de GAF sofrem mais lesões nos membros inferiores devido à utilização maior destes segmentos nos aparelhos característicos da modalidade, que exigem mais dos membros inferiores de seus praticantes.

É interessante ainda notar que as lesões e sua localização não diferem de geração para geração, mesmo com a evolução tecnológica dos aparelhos da modalidade, que atualmente possuem sistemas de amortecimento e impulsão dos ginastas mais aprimorados do que em gerações anteriores. Essa semelhança apesar da evolução pode ser também influenciada pelo aumento da complexidade dos exercícios e, conseqüentemente, do volume e intensidade dos treinamentos que se aperfeiçoaram com a mudança de gerações e atualizações do código de pontuação.

¹⁷⁸ No dia seguinte ao depoimento Laís Souza ia operar os dois pés.

QUADRO 22 - Principais lesões mencionadas pelas ginastas brasileiras participantes de JO

Ginastas/Lesão	Tornozelo	Perna	Cotovelo e braço	Ombros	Tronco	Punhos
Cláudia Magalhães	Torção e fratura	Cirurgia no joelho				
Tatiana Figueiredo	Fratura	Periostites	Fratura de braço			
Luisa Parente		Lesão no joelho			Lesão nas costelas	Tendinite
Soraya Carvalho	Fratura várias vezes em quatro lugares diferentes	Fratura por estresse	Fratura de cotovelo e tendinite também	Tendinite		Tendinite
Daniele Hypólito		Cirurgia no joelho				
Camila Comin						
Daiane dos Santos	Torção e cirurgia	Cirurgia no joelho				
Caroline Molinari		Fratura por estresse				
Laís Souza	Cirurgia nos dois tornozelos e dorso do pé ¹⁷⁹ , além de fratura por estresse (com frequência)	Cirurgia no joelho			Dor nas costas	
Ana Paula Rodrigues	Fratura por estresse (muitas)			Dor		

¹⁷⁹ Registro do Jornal Lance (RAMOS, 2007)

Sands (2000) levanta a discussão da atualização do código de pontuação, que direciona o trabalho dos técnicos no mundo, e que muitas vezes considera mais a estética dos movimentos e a mídia, do que as investigações científicas sobre a carga dos treinamentos das habilidades requeridas para os ginastas e a tendência mundial de lesões de determinados exercícios.

3.4.9. A PARTICIPAÇÃO EM JOGOS OLÍMPICOS

A idéia deste tópico é registrar a participação das ginastas nos principais campeonatos oficiais da Ginástica Artística, enfatizando os Jogos Olímpicos, principal critério desta pesquisa. Contudo, não se pretende apenas registrar a participação, mas também detalhes que as próprias ginastas consideram relevantes e sua percepção sobre representar seu país no campeonato que culturalmente é almejado pelos atletas.

Com a evolução do Brasil em suas participações na GAF em Campeonatos Mundiais (CM) e Jogos Olímpicos (JO), é possível observar essa diferença na expectativa das próprias ginastas nas diferentes gerações, apesar do sonho da participação em JO ser comum a todas.

Na geração das ginastas pioneiras do Brasil a participarem de JO, elas percebem a sua classificação e participação da seguinte forma:

Eu fui para Olimpíada, meu técnico e eu, e o João Luis¹⁸⁰ com o técnico dele. Foi muito legal, eu consegui também competir bem, apesar de estar lá sozinha, sem equipe. Olimpíada, maior peso e eu nem me esquentava, eu só queria treinar, treinar e fazer o melhor. É engraçado que eu consegui também não errar nada e eu consegui me classificar para as finais. Fase de séries obrigatórias¹⁸¹ foi tudo bem, séries livres e tudo bem e me qualifiquei entre as 36 melhores, pelo que me lembro eu fiquei em 33º, mas tem que até ver porque tantos anos que eu não sei, eu acho que nas finais eu fiquei em 30º lugar¹⁸². Eu sei que eu lembro de ter ganhado de mais umas três, melhorei minha qualificação. Foi o máximo, primeira vez! Finais, primeira vez também. [...] Eu nem me esquentava, era muito só felicidade (risos), e o nosso clima na Gama Filho era assim,

¹⁸⁰ Ginasta masculino representante brasileiro nos JO de Moscou (1980)

¹⁸¹ As séries obrigatórias são séries totalmente iguais que todas as ginastas apresentavam no primeiro dia de competições para demonstrar uma base mínima de ginastas de elite. Esse tipo de competição aconteceu até os JO de 1996.

¹⁸² O correto é 31º. lugar.

muita motivação, muita alegria, muito amor, o técnico era um amor, era nosso paizão, ele era muito engraçado, era duro mas com maior palhaçada (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.5).



Foto 40: Cláudia Magalhães (à esquerda) treinando na Vila Olímpica - 1980

Na Olimpíada foi muito bacana. Porque foi a realização do meu sonho. Que você buscou, que eu busquei a vida inteira. Apesar de todas as dificuldades, foi muito bacana. É pena que naquela época também não tivesse muita condição. O COB não tinha muitos recursos. Então eles só queriam mandar os atletas que tivessem chance de medalhas. Eu tive até que fazer uma avaliação antes. A Berenice Arruda avaliou, ganhei média 9,50 e eles me mandaram, mas não mandaram técnico. Só podia ir um técnico feminino ou masculino. Então foi o técnico do Gerson (ginasta masculino), o Mário Pardini. Então, a Lillian Carrascoza (técnica), a CBG pagou por fora e ela teve que ficar fora da vila. Era bem diferente. Eu fui bem, mas eu fui melhor na final individual geral. Na preliminar eu falhei na paralela um pouco, na saída da trave, mas depois eu fiquei em 27º. lugar. A meta era ir para a final, ficar entre as 36 melhores ginastas (TATIANA FIGUEIREDO, p.5).

E aí lá em Seul, nosso objetivo era ficar entre as 36 finalistas. E aí eu me classifiquei em 34º. Então atingi o objetivo e depois cai uma posição nos dias das finais para 35º. Mas aí foi muito bom e foi um dos momentos mais emocionantes porque estava aguardando ali o placar lá, subindo os nomes, as finalistas. E sempre quando me perguntam dois momentos importantes, eu destaco um, esse que é mais emocionante para mim e o outro as duas medalhas do Pan (Havana/91) que foram marcantes pela história de quadro de medalhas, pela repercussão aqui no Brasil de retorno.

Então, em Seul – 88, olhando o placar e na última puxada, que puxava de oito em oito, então no último quadro que apareceu o meu nome classificado. Então fui para o terceiro dia de competição. [...] A meta proposta era estar entre as 36 finalistas e foram 36 então está ótimo (LUISA PARENTE, p.6-7).

Em Barcelona, a expectativa era a mesma. Nós não sabíamos da nossa realidade. Olimpíada ainda não tinha como uma medalha, disputar medalha, mas nós podíamos já melhorar a classificação. Então o objetivo seria ficar entre as vinte. Talvez. Assim,

tecnicamente, eu tinha crescido um pouco mais do que eu esperava, eu já estava com dezenove anos, mas estava bem. Uma atleta, forte e tudo mais. E os obrigatórios¹⁸³ mesmo eram muito fortes. O que daria essa expectativa de poder se concretizar. Mas eu no refeitório, me apaixonei pelo Magnum (risos), o Picolé mega.

[...] De fato, eu estava em um treinamento em Madri, que a gente passou um mês lá com intercâmbio antes da Olimpíada. E aí, lá eu estava bem, estava com peso bom, ideal. E lá no dia da Olimpíada, que começou a competição, eu estava dois quilos acima desse meu peso de Madri.

Na competição, o primeiro exercício era Trave, primeira entrada, séries obrigatórias, parada de força. Aí eu fui, voltei e caí. Todo mundo: oh! E eu: ah! E agora? Aquela fração de segundos: “isso passou, isso aqui já foi, passado, agora você tem que fazer o melhor que você pode fazer da sua vida, você tem que competir como nunca você fez nada na sua vida”. Fui tentando isso nos passos seguintes ainda um pouco tensa! Mas consegui terminar a série de Trave. Aí fui, Solo, Salto e Paralela, foi a maior nota minha da vida: 9,812. Séries obrigatórias. Então assim, mostra como superar uma situação totalmente adversa. Primeiro, era assim uma Olimpíada, última Olimpíada provavelmente... você cai! Então, eu superei muito bem e fui às séries livres, foram boas. Agora, aí na classificação, eu fiquei em[...] 40º lugar. Então por pouco não entrei entre as 36 finalistas. Mas foram ossos do ofício (LUISA PARENTE, p.9-10).

Na geração de transição, houve o acontecimento frustrante da ginasta Soraya Carvalho, que infelizmente não pôde dar seu depoimento sobre sua competição, já que não conseguiu competir devido a uma lesão de fratura por estresse, na perna, na véspera dos JO. Soraya traz, obviamente, muitos ressentimentos e mágoas em relação a esse acontecimento, e à frustração e ao processo que viveu na preparação para os JO, que culminou nessa lesão que a afastou da competição. Sobre suas colegas da mesma geração: “Em Sidney eu competi bem, assim, era novinha ainda, não estava acostumada com um público tão grande que foi, porque aqui no Brasil, naquela época, não tinha público na competição, eram as pessoas que a gente conhecia: os pais dos atletas, pessoal dos clubes” (DANIELE HYPÓLITO, p.10).

Lá em Atenas eu competi super bem. Então, eu fiquei super feliz com a minha competição, a gente sentia a pressão, a gente tentava falar com a Dái (Daiane dos Santos), tudo, para que ela não se sentisse tão pressionada e a gente acabou puxando um pouco daquela pressão para ver se aliviava para ela. Só que não aliviava. Porque, eu acho que, depois que ela foi a campeã mundial, a TV ficou muito em cima. Então, era uma cobrança de todos os lados em cima dela. E acabou que o resto do grupo, na verdade, ficou sem pressão porque a gente estava com uma equipe para fazer a nossa parte.

Para representar bem o nosso país e para que mostrasse que a ginástica do Brasil veio para ficar. Veio para continuar como uma equipe durante muitos anos classificando uma equipe para a Olimpíada.

Em Atenas já foi diferente, eram outros técnicos, Iryna foi também para Sidney e para Atenas, só que já era com o Oleg, já era uma estrutura diferente, a gente estava com uma equipe, a nossa concentração já era totalmente diferente da de Sydney porque eu já

¹⁸³ As séries obrigatórias existiram até 1994 para que as ginastas mostrassem um nível técnico mínimo. Então o primeiro dia de competição era de séries obrigatórias. Hoje não existe mais esta competição.

estava mais velha, eu já sabia mais o que eu queria, não estava mais naquela (suspiro) deslumbrada porque eu já tinha ido para uma (DANIELE HYPÓLITO, p.11).

Depois da classificação para Sidney - Para mim, na minha cabeça a Olimpíada era aquele sonho, sonho de uma competição perfeita, uma competição tranquila, porque eu competi dando o meu máximo, o objetivo era eu ir bem, e aqui não, aqui (Atenas) já era o objetivo classificação (equipe e individual geral), já tinha uma pressão de final, eu comigo mesma, e para o país, porque o Brasil queria uma classificação, não só a Daniele, queria que a gente ficasse, o objetivo já era outro, não era participar, o objetivo era competir. Então no começo no Pan-americano, antigamente, a gente queria participar, agora a gente não ia curtir o campeonato, ia competir, então os seis dias de competição eram seis dias de estresse, então mudou totalmente meu conceito de competição, de Olimpíada. Foi em Atenas que eu vi que competição não era brincadeira, que competir não era aquilo que eu imaginava, a guerra não era simplesmente a medalha, era uma guerra que ganhava quem agüentava, superação total. É o limite do limite. Se você está ali não é por dinheiro, não é dinheiro que compra, é simplesmente talento e superação. Então para mim essa Olimpíada (Atenas) marcou muito porque a gente estava lá, as seis, e as seis queriam estar lá, mas ao mesmo tempo a gente não sabia que para chegar lá precisaria tanto. Tanto esforço, passar por tantas barreiras, porque isso não é dito. O sonho está lá, mas para você chegar lá você não sabe que o caminho é muito difícil. Hoje em dia eu reconheço pessoas que foram atletas porque não é fácil, só sabe quem é atleta (CAMILA COMIN, p.13).



Foto 41: Camila e Daniele (collant pretos) nos JO de Sydney (2000)

Lá em Atenas, na primeira Olimpíada competindo mesmo, acho que foi muito legal, porque a gente estava com uma equipe. Era uma equipe forte. A equipe era forte. A gente estava entre os melhores do mundo. As doze melhores do mundo. E ainda estava em oitavo! A gente era a oitava equipe melhor do mundo, então a gente não podia mostrar qualquer coisa. Tinha que mostrar mais coisa boa. Sem contar que ter ido para Atenas com a equipe e tinha mais eu ainda que podia ser campeã olímpica de solo. Tudo

isso! Então acho que foi uma coisa que aconteceu muito rápido. Que a gente falou: “Tudo aconteceu muito rápido!”. Eu acho. Pelo menos para mim, eu acho. Se você for contar, eu tenho doze anos de Ginástica. Treze, treze anos. Treze agora! Treze anos de Ginástica. A Dani tem dezoito anos de Ginástica! A Camila fez dezoito também, dezenove anos! Então para mim tudo tem acontecido muito rápido. A evolução foi legal porque eu peguei o começo, onde não tinha nada na Ginástica. Não tinha. E agora que tem praticamente tudo. A gente tem patrocínio, tem um lugar bom de treinamento, tem uma preparação realmente com condições.

Foi bem bacana em Atenas, mas foi bem intenso. Foi uma etapa, assim da minha vida muito tensa. Porque tinha aquela expectativa, expectativa de milhões de pessoas ao mesmo tempo. Então foi uma coisa que foi bem estressante. O meu foco estava todo ali. Em Atenas, no Solo principalmente que era o meu aparelho mais forte. Não que eu treinasse mais Solo, mas o foco principal estava no Solo. Mas foi difícil.

Eu acho que faltou maturidade! Que o fato de eu crescer na Ginástica, é a maturidade que você tem. De você saber lidar com tudo isso. É difícil de você saber lidar com a pressão, é difícil de você sabe lidar, tudo ali na mão. Porque naquele momento eu tinha tudo na mão. Era aquela coisa, se você não errar você vai ser campeã olímpica. Era aquela coisa... E foi um passinho a mais que não deu. Não foi nem a força que faltou, foi a força que foi demais! Então acho que a maturidade que você vai ganhando aos poucos. Só que isso não adianta! Você vai ganhando nas competições. Só você competindo uma vez lá que você vai ganhando isso. Você não tem como passar de uma pessoa para outra (DAIANE DOS SANTOS, p.13-14).

Da geração de pioneiras para a geração de transição, já é possível perceber diferenças relacionadas à pressão para uma boa competição, principalmente pela possibilidade de maior expressão existente já na geração de transição. Nas pioneiras havia uma certa despreocupação com a classificação a ser atingida, tanto que a própria Cláudia Magalhães não se lembra exatamente qual a sua classificação final nos JO, algo talvez inimaginável para uma ginasta da geração de transição que sabe onde quer e onde precisa chegar, pois já há um peso de uma cobrança de maior responsabilidade com o próprio país que espera algo mais delas. Na geração de pioneiras, Tatiana Figueiredo relata que após a sua classificação para os JO, voltou ao Brasil para preparar-se no último ano devido aos treinamentos nos EUA serem muito fortes, o que pode demonstrar que o principal e mais difícil era a classificação em si. Estando classificada, o objetivo era representar bem, mas sem grandes perspectivas, participar apenas. Luisa Parente também ao abordar o assunto do excesso de peso conquistado na vila olímpica, mostra certa despreocupação com uma possível queda de rendimento, não estando tão motivada como para Seul. Participar era a maior conquista até aquele momento.

Na nova geração de ginastas, o início em JO já é com uma grande pressão de conquistar algo, de estar entre os melhores, diferentemente da geração anterior que viveu o processo de transição da participação de ginastas individuais brasileiras em JO sem chances de

medalhas, para uma equipe com chances concretas de classificação e disputas de medalhas de finais individuais.

Lá em Atenas eu fiquei com fratura por estresse na canela, então eu estava muito ruim, não conseguia pisar direito no chão. Eu estava fazendo fisioterapia, tomando remédio, cápsula de cálcio para tentar recuperar, só que eu tinha muita dor. Isso ninguém sabe, as pessoas nunca vêem esse lado e você começa a ficar super saturada: “está chegando” e você está com dor e você começa a ficar desesperada. Mas tinha que treinar do mesmo jeito, tinha que agüentar dor. Então têm muitas dessas coisas que ginasta tem que passar. A gente ficou duas semanas treinando em Atenas e já foi a competição.

A competição lá para mim não foi muito boa, porque eu competi na trave apenas, eu fui muito mal, eu não gostei. Eu fazia 10 séries cravadas (sem quedas e desequilíbrios) todo dia e chegou na hora eu fazer aquilo?! Eu não gostei nem um pouquinho. Aquela porcaria! Eu caí duas ou três vezes da trave, porque eu fiquei extremamente nervosa, apavorada, eu tinha uns tiques nervosos na hora da competição e era uma coisa inexplicável, porque eu fazia 10 séries sem mexer no treino, tudo cravado. Com a perna machucada eu fazia, treinava. Mas acontece, igual a Dái, errou o solo na final, todo mundo está sujeito a isso!

Depois a gente ficou bem chateada porque a gente treinou tanto, tanto e foi por muito pouco que a gente não conseguiu ganhar, foi 0,10¹⁸⁴. Então a gente ficou pensando: “...se a Carol tivesse feito paralela, mesmo que ela caísse a gente tinha conseguido”. Isso é verdade, porque mesmo com queda minha paralela era melhor do que da Daiane ou da Laís, mas isso foi uma estratégia que os treinadores tentaram e infelizmente não deu. Às vezes até a gente brinca, eu falo para a Iryna: “está vendo, se eu tivesse ido, a gente tinha se classificado”. Ela fala: ai Molinari! (CAROLINE MOLINARI, p.5-6).

E lá eu também competi super bem. Fiz os quatros aparelhos, eu fiquei em vigésimo sexto. Foi um resultado super bom. Entrou a Dani (Daniele Hypólito) e a Camila (Comin). Eu fiquei acho que uma classificação atrás da Camila. Então por ser minha primeira Olimpíada assim, acho que foi um resultado super bom (ANA PAULA RODRIGUES, p.3).

Na competição eu fui bem melhor que nos treinamentos porque nos treinamentos é muita pressão e todo mundo ali te olhando. Dá um nervoso. É diferente. No começo foi difícil, mas depois a gente se habituou. A gente conversava sobre essa pressão toda, porque é difícil você estar ali, você tem que treinar bem, porque sempre tem um árbitro te olhando, um treinador te olhando. E você não pode chorar, não pode fazer cara feia. Era mais difícil. Vai chorar, e a nossa coordenadora estava ali olhando e se chorasse ou fizesse cara feia ela falava. A gente sabia que não podia.

Não fiquei tão nervosa quanto eu achei. Que como dizem, a Iryna e todo mundo fala que eu sou, pareço a mais calma das meninas. Então eu sempre iniciava o aparelho, porque eu era a mais calma e fazia assim mais tranquila. Não tinha tanto problema. Então, a gente começou na Trave. Eu fui a primeira. Então, eu estava muito nervosa porque aquele ginásio imenso, tanta gente te olhando. Dá um nervoso, mas eu fui muito bem. Competi. Não caí. Na Trave eu tive só uma ligação que eu não fiz, mas eu não errei. No Solo eu fui bem, na Paralela foi o meu melhor aparelho, eu fiz uma série perfeita digamos. Não errei nada e fiz tudo que tinha que fazer. E como era o meu melhor aparelho, foi muito bom para equipe. E Salto também fui bem, não errei nada. Então como foi nossa primeira Olimpíada, e a nossa equipe estava bem forte assim, bem

¹⁸⁴ Por 0,10 pontos o Brasil não se classificou entre as oito melhores equipes para disputar a final por equipes, ficou em 9º. lugar

preparada, acho que a gente deu o nosso máximo. Não teve nenhum erro grave. Então eles (os técnicos) ficaram normais. Falaram com a gente que a gente competiu super bem e como as outras equipes estavam mais fortes, não deu para ir para a final. Não foi dessa vez (ANA PAULA RODRIGUES, p.8-9).

Eu acho que eu poderia ter feito melhor lá, mas pela primeira vez assim, eu, como sempre a mais nova da equipe, foi normal para mim. Gostei bastante. Eu sou bem tranqüila assim para competir. Às vezes eu posso ficar com cara de nervosa, mas estou tranqüila, sei me controlar, mesmo na hora de subir na trave assim, na paralela.

Agora, para assistir a Daiane não. Quando você está fora da competição é um nervosismo, nossa! Eu quase morri. E tanto que quando a gente viu a nota da Dái assim, eu não sabia se ria ou se eu chorava, se eu abraçava as meninas, se a gente saía correndo para ver a Dái. Nossa! Eu fico muito mais nervosa fora, do que lá. Porque lá você sabe o que você vai fazer, sei lá, se errar, errou, já era, vai fazendo. Agora, quando você está fora e torcendo, é diferente (LAÍS SOUZA, p.7).



Foto 42: Delegação brasileira nos JO de Atenas (2004)

A pressão de fazer parte de uma das melhores equipes do mundo traz uma ansiedade muitas vezes descontrolada, como menciona Caroline Molinari, que acabou se descontrolando no momento da prova. Ana Paula também aborda a questão de ser observada por outras equipes, pelos árbitros, pois passam a ser ginastas importantes, de destaque na competição.

Outra situação que todas as ginastas que participaram dos JO de Atenas mencionam, é a pressão sobre Daiane dos Santos, ginasta que disputava uma medalha individual na prova de Solo, até então nunca tentado antes em JO. Situação totalmente distante de Cláudia Magalhães, que menciona sua tranqüilidade e divertimento na competição, sem deixar de cumprir seu papel, mas com uma responsabilidade menor pelo nível da GA do país naquele momento. A

mídia começa a dar mais atenção à GA, a partir dos JO de Seul, com Luisa Parente, que menciona que a imprensa interessava-se em saber e transmitir imagens da modalidade.

Na competição em Seul, o ginásio lotado, todo mundo acompanhando e valorizando todos os atletas que estavam lá. E a imprensa, lembro da imprensa brasileira também assim querendo acompanhar cada momento. Ainda eu me recordo agora. Os vídeos você vê alguns comentários, ainda com muito despreparo, desconhecimento. Não se tinha essa coisa de comentário específico que hoje se tem. Porque realmente, é muita informação para cada esporte. Mas eles estavam já reconhecendo esse esporte. Mexe muito com a emoção, que o povo brasileiro principalmente adora acompanhar e torcer. Então isso foi maravilhoso.(p.15)

Nos depoimentos ficam claras as expressões de relativo deslumbramento com os JO, fruto do sonho desta participação tão valorizada em nossa sociedade. Medina e Sánchez (2003), citados por Bortoleto (2004, p.378), expõem esta valorização: “Se trata de uma condição indispensável para poder começar um longo caminho até a realização do mito desportivo da vitória, da fama, da transformação em ídolo e, como consequência, a eternização de sua pessoa”.

Fica claro este deslumbramento nos depoimentos de muitas ginastas da pesquisa que mencionam mais detalhes sobre o local, os entretenimentos da vila olímpica, do que a própria competição ou desempenho durante a mesma. E isso acontece em diferentes gerações:

Sobre a Olimpíada, eu estava bem, não tinha nada de mais, nenhum machucado, estava ótima. Era uma festa, eram as coisas mais lindas do mundo, tudo eram flores. Em Moscou eu nunca vi tanta flor na minha vida, tudo decorado com aquele verão de flores, as pessoas pareciam que não sofriam nada, sorridentes, lindas, felizes, davam tchauzinho para todo mundo, eu estava no paraíso. Depois começaram as minhas folguinhas de poucas horas para passear na vila olímpica e comprar coisas e aqueles bichinhos “Misha” (mascote dos Jogos Olímpicos de Moscou – um urso) e era tudo tênis Mizuno. Tinha blusa, tinha a rota da tocha olímpica em todos os países, e tudo o que era “Misha” a gente podia comprar blusas, todas essas coisas bonitinhas, e eu não tinha preocupação nenhuma não. Tinha que se concentrar porque na hora de treinar eu só treinava, treinava, e fazia festa também (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.15).

Na Olimpíada foi muito bacana. Porque foi a realização do meu sonho. Que você buscou, que eu busquei a vida inteira. Apesar de todas as dificuldades, foi muito bacana. É pena que naquela época também não tivesse muita condição. O COB não tinha muitos recursos. Então eles só queriam mandar os atletas que tivessem chance de medalhas. Eu tive até que fazer uma avaliação antes. A Berenice avaliou, ganhei média 9,50 e eles me mandaram, mas não mandaram técnico. (TATIANA FIGUEIREDO, p.5)

Em Barcelona já tendo participado de Seul também eu acho que, pelo fato de ser uma cidade da Espanha, o ambiente, o clima mais verão. Não era frio. Em frente à praia, um clima maravilhoso! Cidade lindíssima para sediar os jogos. Tudo muito bacana, muito festivo. Então foi assim um ambiente muito, muito bacana também. Com alto nível já de

estrutura também. Isso te dava um ‘status’ assim, de realmente: Poxa! Atleta! Essa importância (LUISA PARENTE, p.16).

Passamos a mesma pressão juntas. Quando foi decidido que eu iria, eu não acreditava, eu não acreditava que era eu que estava indo. A viagem de Sidney desde o embarque até eu chegar no momento da competição, para mim era um sonho, tudo pra mim era lindo, tudo pra mim era um mar de rosas. A vila olímpica para mim era um lugar inesquecível, os atletas que passavam por mim e ficavam babando, sabe aquela criança que ganha o primeiro brinquedo, para mim tudo o que eu tinha passado de ruim, de chorar no treino de dor passou, apagou, foi tipo como uma borracha. Sabe quando você treina e fala: aquele técnico é chato, aquele técnico é isso, é bravo, para mim não tinha nada, para mim zerou, fez um balanço da minha vida. Competir ali foi um alívio. Como acabei, posso começar tudo de novo do zero que eu já realizei o que eu queria, foi o meu auge, foi a Olimpíada de Sidney (CAMILA COMIN, p.9).

Nesta minha primeira Olimpíada era tudo novidade, é uma coisa que eu lembro mais da primeira Olimpíada do que de Atenas em si, porque eu acho que, era a primeira Olimpíada, eu era conhecida como a mascote do Brasil, então, acabei conhecendo muita gente por causa disso, porque todo mundo queria saber quem era a mascote, eu era muito pequeninha, eu tinha completado... melhor presente do que esse foi completar 16 anos estando na Olimpíada. [...] Então, claro! Atenas foi tão marcante quanto Sydney, foi, porque foi minha segunda Olimpíada. Mas acho que não foi tão marcante e eu não fiquei tão assim abobada como eu fiquei em Sydney (DANIELE HYPÓLITO, p.9-12).

Ah... Acho que a Olimpíada é uma competição que todo mundo espera acontecer. E quando a gente chegou lá. Nossa! Lá é tudo diferente. É muito bonito. É parecido com o Pan-americano, mas não é tão grande, tão organizado assim como a Olimpíada. A gente chegou, ficou num apartamento a equipe do Brasil da Ginástica: as meninas, a treinadora e a Eliane num quarto. É um refeitório para todo mundo e então a gente vê todos os países, todos os esportes, é uma coisa muito diferente. Foto toda hora! Máquina na mão! Tem shopping lá, lojinhas, é muito legal (ANA PAULA RODRIGUES, p.8).

Três ginastas não relataram esse deslumbramento das anteriores: Soraya Carvalho, por motivos já mencionados anteriormente; Caroline Molinari, possivelmente por não ter conseguido o desempenho que desejava no único aparelho em que competiu e com fratura por estresse na perna; e Laís Souza, que revela que as outras ginastas que já tinham participado em outros JO anteciparam tantos acontecimentos, que ela estava com uma expectativa maior: “A gente chegou lá em Atenas mesmo e não foi aquela coisa: Nossa! Foi normal para mim. Mas a gente estava bem empolgada também, sempre unidas. A gente dava muita risada de qualquer coisa” (p.7).

Esse deslumbramento talvez seja um fator inevitável para diferentes países, com diferentes atletas e modalidades, mas possivelmente para um país que não possui uma classificação significativa no quadro geral de medalhas, seja algo com um simbolismo de inatingível, de heróico, de poder, maior do que para outros países, que podem tratar os JO como

algo mais possível, talvez mais comum, com reais chances de disputa de medalhas. O que talvez aumente esse deslumbramento seja a questão de um atleta, de um país que é uma potência mundial desportiva, ter sido preparado com todas as condições adequadas para disputar uma medalha, e para um atleta brasileiro, as condições de todo o processo de sua formação desportiva, provavelmente não foram as mais ideais para chegar aos JO e, no entanto, ele conseguiu se classificar mesmo assim. Esta situação de estar entre os melhores do desporto pode colaborar para esse deslumbramento de atletas em geral, o que pode gerar uma perda do foco competitivo.

O Instituto Inglês de Desporto (English Institute of Sport) desenvolve um trabalho psicológico com os atletas em potencial para JO, chamados de “elite learners”, preparando-os para as pressões de um campeonato internacional importante, visando a uma preparação psicológica para os JO de Londres (2012), quando os atletas ingleses competirão em seu próprio país com uma pressão maior do que em qualquer outra Olimpíada. O Instituto desenvolve cursos com os técnicos e atletas, sugerindo a implementação de situações de pressão nos próprios treinamentos.

Esse tipo de treinamento é também mencionado por algumas ginastas, dado pelos técnicos ucranianos. Consiste em realizar suas séries algumas vezes sem aquecimento para serem avaliadas, ou em dias que os técnicos estão mais frios e exigem mais, como um teatro algumas vezes para que as ginasta sintam uma pressão maior e os técnicos percebam como elas reagem nessas situações. Camila comenta em seu depoimento sobre essa preparação:

Em Atenas, quando eu peguei final (individual geral) olímpica, eu me senti. Porque quatro anos, são quatro anos. Então quatro anos com eles (ucranianos) parecem que são oito, é muito diferente o treino, o ritmo do treino, o objetivo do treinamento, a frieza com que eles trabalham com a gente. É uma frieza que também foi mudando em quatro anos. Se você me perguntar se eu mudei, de quando eu era pequena para hoje, eu mudei totalmente, eu não sou mais a mesma pessoa, nem a postura, disciplina, responsabilidade, como agir perto das pessoas, conceito de vida, de pessoa, de trabalhar, de como você por a pessoa no limite. De estressar a pessoa até a pessoa falar: chega! Não passa daqui! Eu sei qual é o meu limite, eu sei que eu estou aqui, mas eu posso ir até aqui, que eu sei que eu posso ir além dos meus conhecimentos físicos. Eu acho que posso agüentar tanto! Não! Eu posso agüentar um pouco mais, mas esse mais... essa distância de uma dupla e meia (mortal com giro no eixo longitudinal) para uma tripla, é meio giro, mas esse meio giro...é meio giro. É esse limite que aprendi a ver, não só no pessoal, no estudo, no trabalho, nas pessoas, em casa (CAMILA COMIN, p.15).

O Instituto Inglês de Desporto possui também um programa chamado PRIDE (Personal Responsibility in Developing Excellence¹⁸⁵), no qual atletas que já encerraram suas carreiras desportivas, que já viveram essas situações de pressão em outros JO e souberam lidar com elas saindo-se vitoriosos, tentam passar suas experiências para os atletas em formação para os JO, com o propósito de prepará-los para diferentes situações vividas nesses ambientes, num processo chamado de “mentoring”, como um aconselhamento. Essa preparação é desenvolvida pelo psicólogo de performance do Instituto Inglês de Desporto, Pete Linsay. O mesmo trabalho de “mentoring” foi desenvolvido com atletas canadenses medalhistas olímpicos na preparação para os JO de inverno e foi considerado pelos atletas de grande auxílio para a concentração, o foco na competição (MACNEILL, 2007).

De certa forma, o não-deslumbramento de Laís Souza, pode ter acontecido pelo processo de aconselhamento das ginastas que já haviam participado dos JO de Sidney e que, sem esse propósito, mas de uma forma espontânea, podem ter desenvolvido esse processo de aconselhamento, antecipando o que ela encontraria nos JO.

Alguns depoimentos explicam detalhes sobre seus treinamentos nos JO ou na preparação para eles, assim como Cláudia Magalhães nos JO de Moscou: “O treinamento não era forte, era tranquilo, era só de leve, só testando aparelho, conhecendo as passadas e medindo onde começa o salto e onde começa a entrada” (p.15). Outras ginastas também abordam o assunto:

Lá nos JO, eu confesso que... a minha mãe lembra que eu comentei com ela, que se fosse mais um dia de competição eu não ia agüentar. Então eu talvez estivesse assim realmente ou no ápice, ou talvez já numa descendência da forma física, mas que então foi assim, acho que foi um acerto. Minha mãe até acha que passou do ponto. O certo seria, você estar no auge esse tempo todo. E não já estar nesse... (expressão de cansaço). Mas é muito difícil. Ainda mais para uma pessoa que não tinha essa experiência. Acho que o Brasil não tinha escola e tudo mais, então acho que foi atingida a meta sim (LUISA PARENTE, p.6-7).

Os treinos lá eram todos escalados. A gente chegou e já tinham todos os horários de treino. Aonde a gente ia treinar, a gente treinava de manhã e de tarde. De manhã num ginásio, de tarde no outro. Treinava forte. No primeiro e no segundo dia, é sempre para habituar ao aparelho. A gente não faz série completa, mas se a pessoa já chega e se adapta ao aparelho, pode fazer série já. Mas era mais reduzido do que aqui, porque como tinham várias equipes, vários países, não tinha tanto tempo para a gente ficar no ginásio. Eram treino mais reduzidos (ANA PAULA RODRIGUES, p.8).

¹⁸⁵ Responsabilidade pessoal e desenvolvimento de excelência.

Chegando lá em Atenas, os treinos já não eram tão puxados, porque véspera da competição não pode, então tem os horários tudo certinho para treinar, mas a gente tinha todas as tarefas que se não cumprisse acumulava para o dia seguinte. Eles elaboraram para gente e a gente tinha que seguir aquela rotina de treinamento. [...] E a gente conseguiu não foi por sorte, não foi nada em vão, a gente treinou muito duro. Só nós que treinamos, sabemos o que passamos. Cada uma, sempre lembra como era difícil. Muito treino mesmo. Muito treino, exaustivo, eu chegava no fim do dia morta, eu não tinha ânimo nenhum nem para subir a escada de casa, foi bem exaustivo mesmo, mas valeu a pena, teve resultado (CAROLINE MOLINARI, p.5-6).

E os treinos lá na Olimpíada foram duros. A mesma coisa! Foi bem duro porque estava calor, bem quente e normalmente estava muito claro o ginásio. Entrava luz que até doía o olho. E acho que a parte mais difícil lá de Atenas, foi de acostumar com os aparelhos que eram JF (Janssen Fritsen), se eu não me engano. A trave era normal, paralela, a gente no terceiro dia já estava mais ou menos todo mundo meio que acostumando. O salto era muito duro, o solo jogava mais ou menos também, era meio fofo (LAÍS SOUZA, p.7).

É possível perceber a seriedade e certeza do trabalho desenvolvido com a equipe representante brasileira em Atenas, no qual houve um direcionamento e uma meta certa e realizada com a experiência de quem já viveu várias periodizações para JO. No depoimento de Camila Comin, citado anteriormente neste mesmo tópico de análise, ela fala da diferença da participação nos JO de Sidney e de Atenas, dizendo que em 2004 o objetivo não era mais participar, era competir, um diferença observada também nas gerações anteriores à Sidney, nas quais o objetivo era participar.

Sobre a experiência de Soraya Carvalho nos JO, foi possível revelar apenas o processo da descoberta de sua lesão e seu tratamento, ainda tentado na véspera da competição:

Essa historia é muito desgastante. Quando eu cheguei lá na Olimpíada, eu falei com a Vicélia e disse: “estou tão cansada”, assim eu realmente estava preocupada. Porque eu competi machucada muitas vezes e você vai. Sabe como é. Mas dessa vez eu estava realmente preocupada porque eu não ia conseguir assim. Estava muito aguda a dor. Quando eu cheguei, eu já fui para o médico direto, fiz alguns exames. Não, eu fiz só uma radiografia. Aí eles fizeram vários outros exames e tal, e falaram: “aparentemente, se ela não pisar, o pé no chão durante dois dias, se é que é possível, para a preparação dela, talvez ela consiga competir. Vamos tentar!”. Isso com tratamento intensivo. Eu tinha fisioterapeuta dentro do meu quarto na vila, da delegação, de uma hora em uma hora e meia ele colocava gelo. Ele ficou de plantão a madrugada toda para fazer um tratamento para ver se melhorava. E nesse ínterim, na época dos treinamentos eu ia fazer paralela, fazer parte de preparo físico. Sem tocar, estava de muleta, já.

Depois do segundo dia minha panturrilha tinha desinchado bastante. Mas assim, estava muito roxa. Aí o médico falou: “não, vamos fazer uma ressonância”. Aí que viram que eu estava com uma fratura por estresse e estava com sangramento nas áreas de crescimento, estava com quase rompimento do ligamento, tendão de Aquiles, esqueci como é que chama. Então assim, estava muito grave, era uma lesão muito, muito grave. E foi aí que o chefe médico falou: “olha, é uma atleta jovem. Está muito aguda. A fratura

está muito avançada e talvez da forma que ela cair em algum elemento pode dar uma fratura exposta, ela precisar de cirurgia, então, vamos poupá-la e quem sabe ela consiga participar de uma próxima Olimpíada”. E foi assim. Encerrou (SORAYA CARVALHO, p.13).

E após a passagem pelos JO, qual o sentimento que resta nestas ginastas? Em algumas, de dever cumprido, de alívio, em outras de decepção, em outras de querer voltar em outras edições. São sentimentos diferentes, a partir das experiências vividas nos dias dos JO: “Depois da Olimpíada, eu queria ir para a Olimpíada de novo. Depois que a gente vai para a Olimpíada, não consegue parar, dá muito, muito prazer, coisa mais maravilhosa do mundo. E eu falei: ‘eu vou de novo! Esse negócio é bom de mais.’” (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.6).

Então, foi muito desgastante porque eu tive esse resultado e esse resultado para mim foi muito ambíguo. Da mesma forma que foi muito triste, para mim foi um alívio, assim: “Ai, graças a deus. Não vou precisar fazer mais nenhum esforço. Não vou precisar treinar mais nenhum dia. Chega.” (SORAYA CARVALHO, p.13).

Quando eu voltei que caiu a ficha. Já realizei e agora? O que eu vou fazer, para onde que eu vou? Cheguei onde eu queria o que eu faço agora? Acabou assim, quando você faz uma meta e ponto. Dali não tinha mais para frente. Eu nunca me imaginei. Para mim a minha vida terminaria ali, como se o mundo acabasse no ano 2000 (CAMILA COMIN, p.9)

A gente ficou chateada, só que ao mesmo tempo que você fica chateado, você fica feliz porque acabou. Você fica chateado mas dá aquela felicidade: graças a Deus! Não vou treinar igual uma maluca! Acabou, sabe? Dá aquele alívio, independente do resultado você sente um alívio mesmo. Só que a gente não podia amolecer porque tinha a Dai ainda, competia a final de solo. Então até o último dia a gente ficou fazendo regime junto com ela, comendo pouquinho, tudo sabe (CAROLINE MOLINARI, p.6).

O sentimento de alívio de Soraya e Caroline pode demonstrar que a meta estabelecida para elas de participar dos JO, a responsabilidade de representar o seu país talvez fosse maior do que o prazer de estar ali. Soraya em seu depoimento menciona que várias vezes durante a sua carreira desportiva teve vontade de parar de treinar, mas teve medo de se arrepender, pois sempre teve essa meta, principalmente colocada por seu pai, que muito a influenciou, tanto que ela acaba se decepcionando mais por ele do que por seus próprios desejos, pela não participação nos JO de Atlanta.

Eu tive o resultado no hospital, tudo ali na vila olímpica. Quando eu voltei para o meu prédio, eu fui fazer uma sessão de fisioterapia e eu vi um telefone e falei: “ah, vou ligar para o meu pai”. Quando eu liguei para o meu pai eu falei: “oi pai, tudo bem?”, aí ele: “tudo bem e você?”, eu falei: “ah, está tudo bem” e ele: “está tudo bem nada. Eu já estou

sabendo”. A imprensa já tinha divulgado, todo mundo já sabia. E aquilo me assustou. E meu pai... isso doeu muito nele. Porque ele projetou. Meu pai foi atleta, ele foi para mundial. Então o sonho era dele, de ir para a Olimpíada. Então ele projetou na filha. E doeu muito. Ele investiu muito, para eu estar ali. E meu pai, antes de eu ir para Olimpíada, antes de eu sair para Houston, meu pai foi no aeroporto se despedir e me desejar boa sorte. E ali eu estava com uma distensão já na virilha. Eu já estava, eu acho que isso já veio das duas ultimas semanas que eu estava no Brasil, e o treino começou a apertar, a dar uma apertada. Então, assim, eu estava muito magra, eu estava já com essa dor na virilha. Eu acho que então o processo de desgaste já veio daí. Então no embarque meu pai viu e ficou preocupado. Não sei se ele chegou a falar com a minha técnica, mas comigo ele falou: “Olha você come, estou preocupado com sua distensão, você está mancando e vai para o hospital quando você chegar lá.”. Mas assim, não sou eu que decido isso (p.14).

Ao mesmo tempo é possível notar sentimentos positivos de valorização dos JO nas ginastas Camila e Cláudia, inclusive com Camila esperando tanto pelo momento da participação nos JO, como meta principal de sua vida que, quando acabou, ela sentiu-se perdida, o que ocorre também em muitas ginastas quando encerram suas carreiras desportivas, tópico de análise a ser discutido posteriormente. Já para Cláudia Magalhães, foi uma experiência tão prazerosa que retornou determinada a participar dos próximos JO, o que acabou não acontecendo, pois Tatiana Figueiredo estava melhor preparada para isso.

3.4.10. RELAÇÃO TÉCNICO-GINASTA

Na GA a relação técnico-atleta é um assunto bastante relevante a ser discutido, pois ela é estabelecida a partir de tenra idade e, portanto, representando muitas vezes uma relação familiar, que desperta em alguns momentos diferentes sentimentos construídos durante anos de treinamento: carinho, respeito, obediência e, muitas vezes, submissão.

Gervis e Dunn (2004) relatam que muitas vezes os técnicos podem ser percebidos pelas crianças como mais importantes que os próprios pais, sendo um significativo relacionamento criança-adulto na vida da criança. Assim como Lopes e Nunomura (2007) colocam, que os técnicos podem ser um dos principais fatores motivacionais do ginasta, mas por outro lado podem chegar ao ponto de humilharem seus ginastas nos treinamentos e deixar traumas para toda a vida (GERVIS; DUNN, 2004).

Para perceber mais profundamente esta relação, partes dos depoimentos serão apresentados. Para dar início serão apresentados os técnicos que passaram pela carreira de cada ginasta, como um registro histórico da modalidade e como valorização pelo trabalho desenvolvido, afinal o estudo trata das melhores ginastas do Brasil de 1980 a 2004.

Cláudia Magalhães fala de seu técnico Mário César de Carvalho como verdadeiro ídolo para ela. Considera-o como uma pessoa muito importante na sua carreira e nas suas conquistas, principalmente no aspecto motivacional, que fez despertar nela um imenso prazer pela modalidade. “Ele mandava a gente chamar de mestre, ele era um mestre e ele era mestre mesmo. A gente só chamava o Mario César de mestre. Ele era uma graça, era o pai da gente” (p.8).

E Cláudia fala do envolvimento do técnico com os ginastas e da integração que construiu com a equipe:

Era com muito amor que o Mario César treinava a gente. E era assim, ele levava a gente para a casa dele de vez em quando, às vezes eram os meninos, às vezes eram as meninas, às vezes era todo mundo, ele tinha um barco, depois ele mudou para a Barra, a gente ia dormir na casa dele, passar o final de semana. Dormia e fazia o “camão”, ele dizia o camião 76, 78, dependendo do ano e dormiam todas as meninas no chão juntas e os meninos no outro quarto. A gente treinava, era nossa família, uma família muito legal. (p.12)

Cláudia Magalhães também teve outros técnicos, antes do professor Mário César e depois:

O meu técnico Henrique, não me lembro o sobrenome dele, ele era muito simpático, muito bacana e dava muita motivação para gente. Até que um dia chegou o técnico novo, chegou o técnico novo na Gama Filho, o técnico Mario César de Carvalho. Ele na mesma hora montou lá, convidou as pessoas que ele queria, fez os testes e montou a equipe, ele era muito mais duro, bravo, e mais sério e ele chegou para fazer a melhor equipe que ele podia. Eu me motivei muito, adorei que a minha vida era ginástica, desde o primeiro dia em que comecei a fazer, o que mais me dava prazer na vida era treinar (p.1).

Todos os esportes maravilhosos da Gama Filho se acabaram e a gente teve que ir embora. Fomos para o Flamengo, a maioria das meninas foi para o Flamengo. [...] Os técnicos eram o Sérgio Jatobá e a Lillian Carrascoza, a Lillian que era minha colega de equipe, mais nova que eu até. Ela tinha começado a dar treino, e ela me treinou. [...] E nossa colega deu treino para a gente junto com o Sérgio Jatobá. Ele já estava lá desde sempre, ele que treinou todos os atletas lá, ele era o técnico masculino e logo depois, quando a Luisinha (Luisa Parente) era pequena e começou aquele talento todo, ele passou a ser o técnico feminino, porque ela era a esperança do Brasil. [...] E eu treinando com a Lillian, no finalzinho da carreira, só sei que era muito gostoso também (p.7).



Foto 43: Cláudia Magalhães e seu técnico Mário César de Carvalho em Moscou (1980)

Tatiana Figueiredo passou por vários técnicos na sua trajetória como ginasta. Ela começou a GA em São Paulo, depois mudou-se em função dos trabalhos de seu pai para o Rio de Janeiro, onde treinou por mais cinco anos aproximadamente, treinou nos EUA, durante um ano e meio e voltou para o Rio de Janeiro em outro clube.

Eu comecei em São Paulo, onde eu morava. Meu pai foi transferido para lá, na época. Eu comecei no clube Pinheiros. [...] Eu comecei lá com a Yumi Sawasato, no Pinheiros. Eu fiz um ano lá de Ginástica. [...] Acho que foi mais ou menos um ano, um ano e meio. Depois vim para o Rio de Janeiro. A Yumi indicou a Berenice Arruda na época. Meu pai veio de volta para o Rio. Eu fui para o Tijuca Tênis Clube. Então eu comecei a participar de campeonato estadual, brasileiro (p.1).

“Quando teve o Projeto Impacto aqui, a gente treinou com o técnico russo, com técnico chinês e com o técnico da Tchecoslováquia na época” (p.6) e quando finalizou o projeto a Tatiana Figueiredo não quis voltar para uma estrutura pior e conversou com seu pai para ir treinar nos EUA, onde treinou até a classificação para os JO de Los Angeles, no mundial pré-olímpico em 1983.

Acho que eu tinha treze anos. Eu fui morar nos Estados Unidos. Eu fiquei sozinha. Meu pai foi comigo, foi ver se estava tudo bem. Aí eu fiquei lá sozinha com outras atletas que também treinavam. Na época era o melhor centro lá. [...] Então tinha atletas dos Estados Unidos inteiro morando lá. Na casa do treinador mesmo, Dick Monvisiel (p.2).

Depois de sua classificação para os JO, Tatiana retornou ao Brasil para preparar-se para os JO, no Clube de Regatas do Flamengo. “A treinadora foi a Lílían Carrascoza, ela que foi para a Olimpíada comigo (p.2).

Depois dos JO, Tatiana retornou para os EUA para fazer universidade:

Fui para a Olimpíada e depois competi em 85 o Mundial, no Canadá. Nesse Mundial eu conheci a Beck, que era uma treinadora americana em Oklahoma. Tinham uns atletas brasileiros lá também. Ela me convidou para fazer faculdade lá fora, e eu fui para lá de novo (risos) (p.2).

Luisa Parente teve uma trajetória de técnicos e clubes diferente de Tatiana Figueiredo, pois toda a sua vida de ginasta ela representou o Clube de Regatas do Flamengo, tendo como principal técnica, que a levou para dois JO (Seul e Barcelona), Georgette Vidor, que sem grandes destaques anteriores, cresceu e aperfeiçoou-se juntamente com as conquistas de Luisa Parente, tornando-se uma das mais importantes técnicas do país, por formar ginastas para quatro JO (1988 a 2000). Sobre essa evolução juntas, Luisa fala sobre a preparação para os JO de 1988:

Eu estava com a Georgette que, a experiência dela internacional era a mesma que a minha praticamente, quer dizer, ela tinha tido um estágio na França muito tempo atrás com o Balé, depois conseguiu fazer com a Ginástica alguma coisa, mas ela é muito autodidata também. Pesquisava muito. E então foi treinando, foi treinando, e recebeu algumas dicas, então a gente foi (p.6).

Mas apesar de Luisa Parente sempre ter sua carreira relacionada à técnica Georgette Vidor, ela teve outros técnicos que também colaboraram com a sua formação como ginasta:

Depois que eu passei então para a equipe, passei a treinar diariamente. [...] Num dado momento, houve um descontentamento do grupo das meninas da minha faixa etária, com a professora que era muito rígida, a professora Vera. Porque ela beliscava a gente, ela exigia muito. E a gente estava cansada já e no fim então, a gente decidiu, um grupo de três ou quatro meninas, decidiu que não ia mais fazer ginástica olímpica, e que ia sair da Ginástica. Nós mesmas que decidimos. Porque a gente não agüentava mais a distinta professora. Eu tinha sete ou oito anos. Oito anos, talvez. E aí então o diretor da ginástica que era o Sérgio Jatobá, dispensou a professora e chamou uma nova professora. E nos foi comunicado isso: para a gente ir lá, voltar, conhecer a nova professora e ver se a gente gostava. Porque nós éramos realmente um grupo que além de ser muito unido, também era muito homogêneo, de meninas boazinhas (talentosas). Quando me falaram

isso, achei que era a Berenice porque era uma das mais afamadas na época. [...] E quando a gente foi lá, era a Georgette que ia ser a nossa professora dali em diante (p.1-2).

Além do Sérgio Jatobá e da Georgette Vidor, tive também como técnica a Lillian Carrascosa, que me deu treino uma época. E o Anatoly Silevanov, que foi um russo que teve uma época no Brasil. Fora os estágios, eu treinei fora do Brasil duas vezes em Moscou e nos Estados Unidos com Bela Karolyi (p.17).



Foto 44: Luisa e sua técnica Georgette Vidor [2003?] – www.ginasticaolimpica.com

Soraya Carvalho, primeira ginasta do período considerado de transição, também mudou algumas vezes de entidade e técnicos, tendo uma particularidade especial, pois seu próprio pai, Luciano Carvalho, foi seu técnico. Depois de discordar de outros técnicos que havia contratado para sua academia, ele mesmo sem experiência alguma na modalidade assumiu os treinamentos e treinou Soraya por mais de cinco anos, conquistando vários títulos, inclusive internacionais.

E nesse período, treinei com meu pai durante cinco anos, eu me desenvolvi bastante. Apesar de meu pai não ter conhecimento de ginástica. Eu vivia fazendo estágios, ou ia para o Pinheiros, ou ia para o Centro Olímpico ali de São Paulo, ou ia para o Rio, ia para outros países. Quando ele viajava que tinha um campeonato sul-americano, a gente sempre acabava ficando mais uma semana para treinar com um treinador local. Assim, meu pai ia pegando informações, o treinador ia também dando umas dicas daqui, dali. Meu pai chamou para Brasília a Berenice Arruda¹⁸⁶, a Andrea João¹⁸⁷. Sempre para fazer estágios, sempre para trocar conhecimento, porque, afinal de contas, meu pai não tinha formação nenhuma em ginástica, porém era curioso. E a gente sabe que da ginástica, é

¹⁸⁶ Ex-técnica da seleção brasileira de GAF

¹⁸⁷ Técnica do clube Fluminense/RJ na época.

uma coisa assim, a grande maioria dos treinadores, eles vêm da ginástica. São ex-atletas, que estavam ali. Então uma pessoa que não tinha nada a ver com o ramo, entrar é uma coisa muito exótica, até digamos assim. Então foi assim. Eu treinei durante cinco anos, tive ótimos resultados, e comecei a ter convite de outros clubes (p.2).

Outros técnicos também treinaram, por pouco tempo, Soraya Carvalho no início de sua carreira como ginasta. A primeira professora chamava-se Luciana¹⁸⁸, e em seguida foram os técnicos Carlos Corbuti e Jaqueline Pires. Após esses técnicos e mais cinco anos com seu próprio pai, Soraya muda-se para São Paulo, onde fica por aproximadamente um ano:

No Pinheiros, [...] infelizmente não foi uma experiência mesmo boa. Eu não lembro muito dos treinadores. Eu passei um período machucada, então eu lembro que eu ia muito para fisioterapia, eu treinava, mas eu não me dei bem com o Ulisses. Eu acho que esse é o ponto central. Eu não o reconhecia como meu treinador. É bem grave isso. Ele falava e tal, eu ia e fazia, eu era uma pessoa obediente lá, mas eu não tinha um entrosamento, não tinha um sentimento de carinho, de admiração por estar seguindo a pessoa. Então, foi uma coisa morna.

[...] Aí acabou o Pan-americano eu voltei para São Paulo ainda, eu fiquei mais até o final do período lá. Voltei para Brasília e já no início de janeiro no ano seguinte eu já estava no Flamengo. Aí sim, lá eu me senti muito estimulada assim a treinar. Era uma equipe grande. Tinha a Georgette, ela era a melhor treinadora do Brasil. Eu tinha uma coisa assim... uma admiração, queria seguir ela, aquela turma inteira. Ainda era o ciclo da Luisa Parente. Então estavam as meninas novas que já foram inseridas nessa equipe. Já estavam os dois ciclos treinando juntos (p.6).

¹⁸⁸ Soraya não se lembra do sobrenome dessa professora.



Foto 45: Soraya com seu pai/técnico Luciano Carvalho no Campeonato Brasileiro de 1989

“Até 94 eu tinha um técnico russo, a partir de 94 já veio o Casemiro Soares¹⁸⁹. Antes era o Anatoli. Vieram o Anatoli e o Vladimy, mas quem pegou mesmo, quem me treinou mais foi o Anatoli. Depois o Casemiro, o Casemiro com a Georgette”. (p.10).

¹⁸⁹ Técnico cubano, um dos maiores medalhistas de Cuba como ginasta, técnico de Clube de Regatas do Flamengo.



Foto 46: Soraya Carvalho com a técnica Georgette Vidor nos JO de 1996.

Depois de Soraya Carvalho, a ginasta Daniele Hypólito, assim como suas antecessoras, teve Georgette Vidor como técnica principal na sua preparação para os JO.

E em 95 eu fui para o Flamengo e foi aí que eu comecei mesmo um treinamento intensivo com a Georgette, que na época era a treinadora com que todo mundo queria treinar. Então eu me sentia privilegiada de poder estar tendo essa oportunidade. E quando ela me chamou para treinar no Flamengo, com ela, eu me senti mais privilegiada ainda. Porque eu ia treinar com a treinadora da Luisa Parente e meu sonho podia se realizar e não podia ser só um sonho de criança, podia ser um sonho realizado mesmo (p.6-7).

Além de Georgette Vidor, outros técnicos colaboraram na formação de Daniele Hypólito, segundo a própria ginasta:

Eu acho que o que foi determinante na minha carreira, primeiro a minha determinação de competir, de gostar de fazer o que eu faço. Segundo, eu acho que a Georgette foi uma pessoa... Georgette, Ricardo¹⁹⁰, Casemiro, o Ernesto Garcia¹⁹¹ (técnico cubano que também trabalhou no Flamengo com a Georgette Vidor), que são os treinadores que me deram toda a estrutura de base do início da minha carreira. Foram pessoas muito importantes para mim. A Patrícia Turina também, que foi a minha primeira treinadora em Santo André, assim, acho que foram pessoas muito importantes. E, passando essa fase que eu vim para a seleção permanente, já numa estrutura diferente, eu acho que o Oleg, a Iryna, a Nádia¹⁹² (p.14).

¹⁹⁰ Ricardo Pereira, atual técnico da equipe do Clube de Regatas do Flamengo e na época auxiliar técnico de Georgette Vidor.

¹⁹¹ Técnico cubano que também trabalhou no Clube de Regatas do Flamengo

¹⁹² Oleg e Nádia Ostapenko e Iryna Ilyashenko – técnicos ucranianos.



Foto 47: Daniele com sua primeira técnica Patrícia Turina [199-]

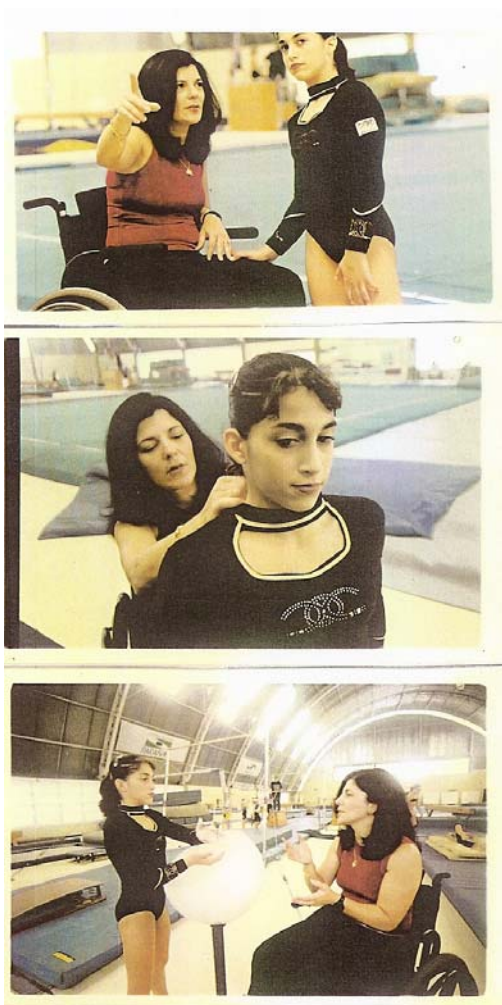


Foto 48: Daniele e Georgette Vidor - 2000

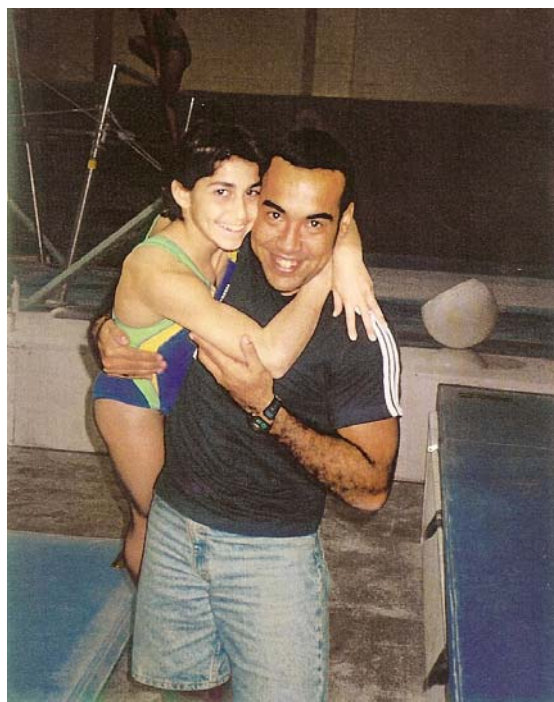


Foto 49: Daniele e seu atual técnico Ricardo Pereira [199-]

Da mesma geração e participante juntamente com Daniele Hypólito dos JO de Sidney (2000), Camila Comin passou por vários técnicos até chegar à estrutura da CBG em 1999, com os técnicos ucranianos orientando a seleção brasileira.

Falando dos meus primeiros técnicos, minha primeira técnica mesmo foi a Deise, que ela está aí até hoje, ela era professora de escolinha, ela faz essa parte básica que é mostrar o que é ponta de pé e a Inara Marcondes foi a segunda quando eu comecei a aprender quipe, paradas, essa parte mais direcionada ao treinamento (p.5).

Então quando eu mudei para essa outra escola de ginástica, que eu melhorei de nível, que era um segundo colégio particular. Eu comecei a treinar com o Rony, o Ronaldo Ferreira. Na escola paranaense e dentro da escola tinha uma escolinha de GO, que o Rony dava treino lá. O Rony e a Eliane Martins que começaram lá e foi quando eu mudei para lá com 10 anos. E com 10 anos que a professora falou aquilo¹⁹³ para minha mãe e minha mãe ficou super chateada e quando veio um técnico russo para cá e não tinha onde ele ficar, meu pai falou que ele podia ficar na minha casa.

Eu ia treinar, ele ia junto e ele ficava em casa. Ele me dava treino sábado e domingo. Ele ficava na minha casa e ele não falava nenhuma palavra em português, não fazia nada e quando a gente ia passear voltava de noite e ele: “Camila vamos treinar!”. Ele me forçava flexibilidade, me ensinava postura, mostrava vídeo de ginástica que ele tinha trazido das meninas russas e então isso foi me motivando cada vez mais a querer chegar em um nível alto. Acho que se eu não tivesse tido ele na minha casa, que eu teria desistido (p.2).

A Iryna foi assim, no começo, no primeiro ano que ela chegou (1999), como eu treinei a vida inteira com brasileiro, então meio que eu domava o técnico, tipo o técnico era meu técnico, mas eu com jeito conseguia domar, eu conseguia “matar” os exercícios, eu conseguia disfarçar, eu conseguia fazer aquilo que eu gostava, e não aquilo que era para ser feito. Com a Iryna não, ela deu ordens, era assim, desse jeito para ser feito, se eram 10, eram 10, não era nem oito e nem 12, eram 10, então tudo que ela passou para mim de ensinamento tanto de escolinha, de alto rendimento como ginasta, como aprender e como pegar, hoje em dia eu dedico a ela. Porque ela tem uma paciência, uma percepção de ginástica, que eu não tinha e que agora eu consigo ver (p.17).

¹⁹³ Falou que ela não tinha muito jeito para a GA e que desobedecia demais. Não gostava que a corrigisse.



Foto 50: Camila com a técnica Iryna Ilyashenko - 2004

“Então o técnico tem que ter uma visão muito grande para ser técnico. Não é qualquer um, e tem que treinar muito. O Oleg está há 50 anos no ginásio. Quem sou eu para discutir alguma coisa com ele? É muita experiência” (CAMILA COMIN, p.18).

A última ginasta da geração de transição, Daiane dos Santos, não passou por muitos técnicos, pois fez sua iniciação ao treino com a professora Cleusa no CETE de Porto Alegre/RS por menos de um ano e já se transferiu para o Grêmio Náutico União, no qual treinou toda a sua carreira antes de ir para o Centro de Excelência treinar com a seleção brasileira na seleção permanente, como a mesma explica: “Eu fui para o União e fiquei treinando lá no União e comecei a treinar com a Máira Avruch, depois eu treinei com a Adriana e com o Eliseu Burtet que foram os meus técnicos até 2005, que eu fiquei junto com eles” (p.1).

As pessoas perguntam: “Você acha que você foi feita pelo Oleg?”. Não! Ele me ajudou? Claro que ele me ajudou! Porque eu não posso nunca jogar fora o trabalho que foi feito pela Adriana. Imagina? Era diferente o Oleg me pegar... Eu entrei na Ginástica com onze anos. Porque a Cleusa me pegou, depois eu passei para a Adriana. Ele nunca ia me pegar com 11 anos! São pouquíssimos técnicos. Com doze na verdade. Na verdade eu entrei para o União com 12. Se fosse me pegar com doze anos! Ela (Adriana) sabe o quanto ela ouviu. “Nossa! Mas ela tem doze anos, ela está muito velha, ela não serve para fazer Ginástica!”, “Ela serve para fazer Atletismo!”. Eu ouvi muito isso. Ela ouviu muito isso. Então para a gente foi uma vitória eu estar aqui agora. Todos os resultados que eu tive, eu devo muito a ela. A ela e a ele, porque na verdade ela me fez e eu acho que ele fez foi a parte de lapidação. Arrumou muitas coisas. Tanto que quando eu fui para o Mundial, ele não entrou comigo. Quem entrou foi ela. Ele mandou ela entrar. Então ele tem essa noção. Isso que eu acho muito legal nele. Ele tem uma consciência do técnico que forma a ginasta. E ele gosta muito dela também. Então eu acho que foi tudo junto (p.12-13).

Em 2000 eu estava treinando direto lá no União. Eu comecei a treinar aqui (Curitiba) mesmo em 2002. E nesse período todo, a gente continuou treinando, tudo lá. E mudar de técnico, eu acho que é difícil porque quando você pega quem já te conhece desde pequena, você tem uma abertura mais fácil. Às vezes você não precisa falar nada para ele. Já te conhece! Do olhar! [...] Então, é difícil porque quando o Oleg chegou, a gente sempre se deu muito bem. Sempre, eu e ele. Desde quando ele chegou. Mas no começo era difícil porque ele não falava a língua. Era difícil de se comunicar, meio no gesto, na mímica e tudo mais. E o jeito dele era mais fechado do que o dela (Adriana Alves). Porque brasileiro tem aquela coisa: abraça, beija, e ele não tinha esse contato. Hoje ele já tem! Usa na brincadeira de abraçar e beijar, porque eles não têm essa coisa. Europeus, eles são mais fechados mesmo. Então, estranhei um pouco no começo, mas logo já mudou. A gente sempre conversou muito assim, eu e ele. Teve uma relação, acho que eu sempre tive com todos os técnicos assim. Eu tive sempre uma relação boa, de amizade mesmo (p.8).



Foto 51: Daiane e sua técnica Adriana Alves - 2002

As ginastas da nova geração, Caroline Molinari, Ana Paula Rodrigues e Laís Souza, apresentam bastante semelhanças pois pertencem às ginastas da seleção brasileira que foram beneficiadas pela estrutura do Centro de Excelência, assim como Camila, Daiane e Daniele. Caroline e Ana Paula assemelham-se ainda mais, pois passaram pelos mesmos locais de

treinamento e pelos mesmos técnicos na cidade de Curitiba, assim como Camila Comin. Caroline destaca, entre seus professores, o trabalho da técnica ucraniana Iryna Ilyashenko:

Eu treinei com a professora Inara e nunca tive vontade de querer parar, sempre gostei e sempre fui fazendo. [...] No Positivo os técnicos eram: a Cristiane e a Inara junto, a Deise, o Jair, não me lembro assim direito, mas eram esses. Eu comecei com a Deise lá na praça, que fazia a base desde antes já. Foi com ela que eu comecei, depois eu treinei com a Cris, Deise, com a Inara, com o Jair também, o Robson, e depois que a gente mudou para Agipar, o treinador ficou o Rony, a Cris e ficou um tempinho a Inara e ela logo saiu.

[...]Quando os ucranianos vieram, a Iryna veio antes, que aí assim, meio que deu aquele clique e eu comecei a melhorar muito rápido. De um ano para outro eu melhorei muita coisa, e eu comecei a apresentar mais resultados, já consegui entrar na seleção. Mas foi depois que a Iryna chegou. Então assim, eu digo que a Iryna é minha mãe na ginástica, porque todo mundo me ajudou, mas eu sei que ela fez uma parcela maior para mim. Foi mais importante! (p.1-2).

Ana Paula Rodrigues, que passou pelos mesmos lugares destaca:

Até chegar à Olimpíada foi um processo, porque tiveram várias etapas, várias competições. Havia só técnicos brasileiros, depois a Eliane Martins¹⁹⁴ decidiu trazer um técnico da Ucrânia para começar a dar treino para nós. A gente começou a treinar com ele. Na verdade quem treinava com ele eram as meninas que iam para a Olimpíada de 2000, em Sidney. Primeiro chegou esse técnico, depois chegou a Iryna. Não me lembro agora. É, primeiro foi ele, o Anatoly. É. Foi com ele que a gente começou, depois veio a Iryna. Então começou a treinar a Seleção para a Olimpíada de 2000. E nisso a gente fazia testes com ele também. Depois a Eliane fez uma seletiva para a seleção permanente aqui de Curitiba. Ela chamou várias meninas de vários Estados para fazer essa seletiva e eu entrei. Comecei a fazer parte da seleção. E a gente começou a treinar com a Iryna, em 2000. Começou a treinar também com a seleção brasileira. O Anatoly foi embora, não me lembro muito bem. E a Eliane chamou o Oleg Ostapenko.

As meninas foram para a Olimpíada de 2000, depois umas foram embora, e as que continuaram começaram a treinar com a gente. E começou a treinar só a seleção. A Eliane chamou a esposa do Oleg, a Nádia. Aí a gente começou a treinar com os ucranianos (p.1).

Laís Souza, apesar de direcionar-se para o mesmo caminho das ginastas de sua geração, anteriormente aos técnicos ucranianos passou por diferentes lugares em Ribeirão Preto/SP, São Caetano do Sul/SP e Curitiba, e consequentemente, por diferentes técnicos.

E logo que eu comecei a entrar no treinamento com elas, a gente foi para um outro lugar, no colégio Moura Lacerda também lá em Ribeirão. Que foi uma russa que começou a dar treino para a gente, a Tatiana.[...] Depois a gente foi para o COC¹⁹⁵, que também foi um impulso assim. A gente conheceu o Roger, a Gisele. A Gisele também desde

¹⁹⁴ Coordenadora das seleções brasileiras permanentes de GAF, GAM e GR.

¹⁹⁵ Colégio Oswaldo Cruz – Ribeirão Preto/SP

pequena ela sempre estava lá apoiando a gente. [...] Quando eu fui para o COC eu devia ter uns nove, ia fazer nove anos. No COC, ficou sendo a Raquel e o Roger de técnicos. Devo ter ficado um ano ou dois anos no máximo lá. [...] Em São Caetano a estrutura não era muito melhor que no COC, nenhum aparelho de fora, não eram europeus, mas dava para treinar tranquilo. O Roger também ajudou bastante. Era só o Roger e tinha uma auxiliar também, a Andréa (p.1-4).

E finalmente, ao direcionar-se para Curitiba nos treinamentos com a seleção brasileira, Laís comenta: “Acho que a partir do momento que eu entrei na seleção, o que foi essencial para mim foi o Oleg. O Oleg e a mulher dele, a Nádia. É que técnico é uma coisa que você depende dele e ele depende de você. Porque você vai mostrar o trabalho que ele te passou” (p.12).

O que é nítido nos depoimentos das ginastas que treinaram com os técnicos ucranianos, é a relevância deles para a evolução dos resultados internacionais do país na modalidade e a sua experiência. Camila Comin comenta que: “Eu acho que o que influenciou essa mudança toda entre os mundiais, com certeza foram os técnicos” (p.4) e ainda completa: “Então quatro anos com eles (ucranianos) parecem que são oito, é muito diferente o treino, o ritmo do treino, o objetivo do treinamento, a frieza com que eles trabalham com a gente” (p.2). Sobre esses técnicos, pode-se ainda mencionar outros depoimentos:

Eu acho que essa mudança no ritmo de treino tem muito a ver com a chegada da Iryna sim. Eu acho que ela fez o começo do trabalho. Um trabalho diferente, do que a gente tinha feito no Brasil. O teste de treinamento deles é diferente, bem diferente do que a gente treinava já aqui. Eu acho que em relação aos ucranianos e os técnicos brasileiros, no nível do treino não tem muita diferença. Eu acho que às vezes é a maneira de explicar. Acho que isso faz a diferença, assim porque quanto ao treino não tem muita diferença: carga horária, como eu posso te falar, resistência para treino, preparação física. Até antes eu fazia mais preparação física do que eu faço agora, na verdade, quando eu treinava no clube. [...] Mas eu acho que é mais pela experiência que eles têm. Na parte de treinamento, de como você vai ensinar tal elemento, porque às vezes um técnico brasileiro não tem. Porque os técnicos brasileiros são muito novos ainda. Não que não tenham competência. Eu acho que competência todo mundo tem para ensinar, o brasileiro ou o estrangeiro. Mas o Oleg tem trinta e cinco anos de Ginástica. A minha técnica Adriana Alves não tem nem trinta e cinco anos de idade, o que dirá de Ginástica! Então eu acho que falta mesmo é como você vai ensinar um atleta a agir de tal forma. Esse elemento tem que começar a ser ensinado dessa forma. Então eu acho que às vezes esse é o diferencial deles. Desde a base! Eu acho que é como você pega na base e você vai formando o ginasta. (DAIANE DOS SANTOS, p.6).

A presença do Oleg também ajudou. Com certeza! Com certeza! Eu acho que não só pelo nome que ele tem, mas acho que mais pela experiência que ele tem. De tudo. Porque ele teve “n” ginastas na União Soviética. O que ele tem de experiência, lá fora, são poucos não só ginastas que têm, poucos técnicos têm. Até técnicos brasileiros, não só os brasileiros. Os estrangeiros todos. É difícil você pegar um técnico que tenha uma bagagem que ele tem. O Arkaev tem a bagagem que ele tem. São pouquíssimos técnicos

que você vai ver lá fora que tem toda experiência que ele tem (DAIANE DOS SANTOS, p.12).

Os técnicos ucranianos dão mais autonomia do que os brasileiros. Hoje em dia o técnico acha que é técnico porque ele faz o suporte para o atleta. Errado! O técnico, como você não tem o olho para ver o que você está fazendo, corrigir, como se fosse um feedback, só corrigir e dar feedback externo. O interno é totalmente seu, o externo é só o técnico que faz, olha e diz que fez determinado erro e que pode melhorar em outra coisa. Não pode colocar a mão no atleta em momento algum, e o técnico só pode ajudar, eles falam, na preparação física, na flexibilidade que é uma força passiva, não é ativa, toda a força que o técnico tem que fazer a mais que o ginasta daí faz. No baixo nível (categorias de base) é bem ao contrário: ajuda o tempo inteiro, chega no alto nível não ajuda em nada. Aqui no Brasil é ao contrário, você faz tudo sozinha e chega no alto nível, ajuda tudo (CAMILA COMIN, p.11-12).

Sobre a presença do Oleg no Mundial Pré-olímpico, se pesou, a gente, como atleta, a gente não tem essa análise. Mas é claro que eu acho que foi uma união de tudo. O Brasil já estava com uma ginástica diferente, e o Oleg e a Iryna são treinadores que colocam um status diferente. Colocaram um “status” diferente no país. E ele já vinha como treinador de três ou quatro campeãs olímpicas. Então, é diferente. Ele estava apostando em um outro país que não era o dele. Então isso colocou uma moral para a gente, totalmente diferente (DANIELE HYPÓLITO, p.11).

O que eu acho que foi determinante para eu conseguir chegar numa Olimpíada, uma coisa muito importante, foi a Iryna. Eu não sei, todo mundo fala que eu “puxo o saco” dela, mas não é. Para mim ela ainda é um exemplo, porque quando ela chegou eu não sabia fazer nem “giro para frente”. Eu era muito fraca! Um ano depois eu já estava fazendo cubital, largada, então eu melhorei muito rápido. Não é que eu era uma ginasta fraca, eu não tinha sido explorada ainda em tudo o que eu podia fazer, acho que ela foi essencial para mim (CAROLINE MOLINARI, p.7).

Mas senti muita diferença de quando não tinham os ucranianos e depois que eles estavam. Ah... É diferente no treinamento. Dos treinadores brasileiros e de fora. Cada um tem uma maneira, tipo quando o Oleg chegou, ele era bem bravo assim. Ele pegava nas meninas, na gente. E a Eliane falou: “Olha que aqui no Brasil é diferente. Aqui não pode pegar nas meninas. Nada”. Porque lá fora é normal, eles pegarem, brigarem assim. Então aqui é diferente. Daí ela falou para ele, e ele melhorou.

Mas nossa, o Oleg eu acho que é um dos melhores treinadores do mundo mesmo. A técnica dele, os elementos que ele passa, tudo. Assim, foi bem diferente quando eles chegaram (ANA PAULA RODRIGUES, p.9-10).

Mas com certeza eles foram um diferencial nesta evolução. Ah... com certeza, com certeza. Para mim sim. Pode ser que para algumas não, mas para mim foi muito. É a cobrança do treinador, do treino, do ginásio, como ele corrige. A hora que ele tem que dar uma bronca ou não. Então, teve vários pontinhos em que ele foi muito importante para mim e se não fosse aquilo não ia melhorar. Tudo por causa dessa tal base que ele sabe mesmo como que é o negócio (LAÍS SOUZA, p.11)

A partir dos depoimentos é possível perceber a homogeneidade em relação à importância dos técnicos neste processo, tanto nos treinamentos como no ambiente competitivo,

no qual sua presença impõe um peso à equipe e a coloca como destaque entre outras, passando a ser valorizada no contexto de elite da GAF.

Além deste olhar para os depoimentos das ginastas em relação aos técnicos, é possível perceber através deles, a relação estabelecida entre técnico e ginasta, sendo construída por momentos bons e ruins, como muitas relações de muita convivência.

E nas finais quem competia antes de mim, que era por sorteio, e ficava aquela mesma ordem nos quatro aparelhos, foi a campeã dos Jogos Olímpicos de Moscou, a Davidova, Elena Davidova. Nos quatro aparelhos de finais, ela acabava a série dela, campeã olímpica, todo mundo só focalizava nela, e depois dela era eu (risos), tem uma foto num jornal, ela está descendo uma escadinha e eu vou subindo toda feliz (risos). Eu nem me esquentava, era muito só felicidade (risos), e o nosso clima na Gama Filho era assim, muita motivação, muita alegria, muito amor, o técnico era um amor, era nosso paizão, ele era muito engraçado, era duro, mas com maior palhaçada (CLAUDIA MAGALHÃES, p.5).

Antigamente tinha essa coisa que o treinador era mais severo, era mais distante. Eu não sei se hoje em dia continua, mas eu acho que isso caiu um pouco até porque tinha essa coisa do Comunismo. Então a gente tinha até um pouco de medo dos treinadores, que eu acho que hoje em dia não tem mais isso. Eu tenho atletas e a minha relação com elas é totalmente diferente. Não sei. Então na época era assim. A gente tinha muito respeito e até um pouco de medo dos treinadores. Era aquela figura imponente e mais distante. Eu não falava nada, o treinador falava a gente abaixava a cabeça e pronto! Ponto final. Nem discutia (risos) (TATIANA FIGUEIREDO, p.6).

Em relação aos meus técnicos... ah... Eu tenho boas recordações de todos os momentos. É uma cumplicidade muito grande. Grande parte do tempo da nossa vida a gente passa com eles. Então uma intimidade grande, assim você passa a ter até gostos musicais. Tem até trejeitos, umas coisas que você acha parecidas, outras você contesta. Então você também tem essa relação de crescimento (LUISA PARENTE, p.15).

O treinador russo treinou comigo cinco anos, ficou em casa cinco anos. Era o Vladimir, o sobrenome eu não lembro, porque eu tinha 10 anos e foi até os 14 anos. Quatro anos ele morou na minha casa. Às vezes eu pensava: eu não agüento mais ginástica. Eu treinava lá no ginásio, chegava em casa às vezes ele ficava me forçando (flexibilidade), e ele não forçava de brincadeira, ele forçava para chorar e minha mãe via aquilo e ficava com dó de mim. Mas aos poucos ele foi melhorando, ele ficou como um pai. Quando eu fui para o Canadá agora, eu o encontrei. Ele ficou super feliz de me ver na Olimpíada e foi como se ele tivesse me treinado porque fui como uma filha e a gente chorou junto, foi super bacana (CAMILA COMIN, p.3).

Hoje eu vejo as pessoas em família, essa coisa de pai agarrar e beijar, para mim não é tanto, porque dentro do ginásio não tem isso. Se você faz uma série com nota de partida dez e tira uma nota de nove e noventa, o técnico fala: muito bom (apático). Coisa que o brasileiro não faz, brasileiro já aplaude, já grita, já beija, fica uma semana, um ano comemorando. A Daiane voltou do mundial e era uma simples ginasta. A Daiane não era campeã mundial. Então isso que eles deixam bem claro para a gente. O que você é, enquanto você está lá, a partir do momento que você sai de lá você vira normal.

Anônima! Eles não dão diferença, essa diferença que o brasileiro dá, ou você está lá ou você está aqui. Você pode ser a “top”, mas você está no mesmo nível, você treina no mesmo local, você tem as mesmas condições, você só vai brigar dentro da competição julgado por juízes, dentro do ginásio as condições são iguais, os técnicos são os mesmos. Essa condição de igualdade que eles dão para gente bem claro é que a gente não tinha. Quem distingue isso é quem coordena e quem instrui a gente (CAMILA COMIN, p.15-16).

A minha relação com os meus técnicos... Ah! Então com o Rony a minha relação foi sempre bem aberta, a gente era como amigo. Quando chegou a Iryna, o Oleg já era... Assim dentro do Ginásio o Oleg é treinador e tudo rígido. E fora ele é super diferente. Ele é um amigo assim, como se não fosse treinador. Mas acho que é certo. Não pode levar muita brincadeira. Mas a minha relação, acho que com a Iryna também sempre foi muito boa. No início foi difícil porque eles não falavam português. Eles começaram a ter aula de Português, a gente foi ensinando para eles também. Acho que essa parte de ensinar foi sendo mais amigo, conversando mais. Mas acho que a relação sempre foi boa assim. Nunca tive problema com nenhum (ANA PAULA RODRIGUES, p.10).

Eu me dou bem com o treino deles. Ah... sim! Passa um tempo que você vai acostumando. Eu me dou bem com eles. O Oleg gosta bastante de mim, gosta bastante da Dai também. Ele sempre deu bastante atenção para a gente. Sempre falou, conversa, pergunta. Porque eles não são de perguntar muito, sabe? Mas ele pergunta: “ah... como que está seu pé? Como que está você?”, ele está sempre perguntando sim (LAÍS SOUZA, p. 11).

Soraya Carvalho, mesmo com a frustração por não ter competido nos JO de Atlanta, o que acabou abalando a relação com sua técnica, ainda sentia um grande carinho por ela. Não permitiu que seus pais a processassem por algum possível erro de treinamento, pois apesar de tudo o que passaram juntas, ela não queria que nada de mal acontecesse com ela e ainda comenta: “eu não sei que cabeça que é formada assim, eu acho que falta, que faltou, acho que com muitas gerações, a formação das ginastas mesmo como pessoas” (p.15).

Segundo Bortoleto (2004) a relação entre treinadores de ginastas, em sua pesquisa desenvolvida com atletas espanhóis:

Vai se transformando gradativamente de uma forma inicial que poderia ser definida como ‘treinador-ginasta’, onde o primeiro ‘manda’ e o segundo se limita a obedecer e executar o que foi solicitado, para o predomínio de uma relação treinador-amigo com uma orientação mais ampla que extrapola os aspectos técnicos com forte componente psicológico de amizade e orientação pessoal, um modelo mais parecido a um ‘maestro’ ou um amigo (p.369).

Na relação estabelecida com as ginastas brasileiras também se pode notar esses dois tipos de relação, sendo para algumas possível enxergar essa transformação de um tipo de

relação para outra e, em outros casos, a primeira forma de se relacionar, mais voltada para uma total submissão, sem possibilidade de argumentação prevalece durante todos os anos de treino.

Soraya Carvalho comenta ter alertado a comissão técnica várias vezes sobre sua dor, mas infelizmente não foi ouvida durante a sua preparação nos EUA. Não será possível, devido à gravidade do assunto, expor partes de seu depoimento neste caso, pois apenas um dos lados foi ouvido sobre a temática e, portanto outras pessoas estariam sendo expostas, a partir de um ponto de vista parcial a respeito do assunto. Mas nessa relação de submissão construída entre técnicos e ginastas durante anos, principalmente pelo início da modalidade ainda na infância, as ginastas desenvolvem um comportamento de respeito para com os técnicos mesmo que isso implique em desrespeito para consigo mesmas. Um fato que exemplifica essa questão é que muitos ginastas continuam treinando com fortes dores para não desobedecer seus técnicos. Bortoleto (2004, p.370) expõe sobre o assunto: “Em nenhuma oportunidade observamos um ginasta contestar ou discutir uma ordem dada por seu treinador” e remete-se a Zulaika (1989), que compara os ginastas aos militares: “Os ginastas não se atrevem a contestar uma ordem dada por um superior, neste caso seus treinadores. Os comentários críticos normalmente se reservam aos membros de mesma classe, ou seja, entre os ginastas”.

Mas ainda assim, e não podendo generalizar qualquer atitude, é possível perceber também algumas atitudes pedagógicas interessantes de alguns técnicos, considerando a preparação de muitos anos das ginastas:

Teve uma época no início da minha carreira que eu tinha medo de saltar, salto era um horror para mim, não conseguia correr com velocidade, tinha que ir bem devagar e, com isso, não dava para saltar direito. Não sei como, de repente eu aprendi a correr. Eu acho que eu saltava com o pé de impulsão errado, então era desconfortável e não me dava segurança, acho que um dia eu comecei a saltar com o outro pé. E engraçado, que em um ano meu técnico não deixou eu competir, naquele campeonato carioca e no nacional, eu perdi um ano porque eu tinha medo de salto e ele tinha muita confiança que eu tinha potencial, e eu ia ser uma ginasta completa e ele não queria que eu aparecesse em um campeonato fazendo saltinhos fracos, aqueles que passava carpadinho, eu vinha andando e fazia aquele salto, e aquilo ia queimar o meu filme. Ele queria que eu fizesse o “über” (reversão para frente), então ele me cortou do campeonato. Não para me castigar, mas para me proteger de eu ficar queimada logo, na idade que eu tinha que estava começando a fazer bem. Não sei foi daí que eu pensei, nunca mais vou passar por isso, vou saltar. Aí eu saltei e pronto, aprendi a saltar. Eu tinha muita força nas pernas, fortes, nunca tive problema de fazer salto. Era “mole” para mim, era problema psicológico que eu tinha. Aí era legal, eu curtia mais ainda. Passou esse trauma (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.3).

Neste acontecimento Cláudia Magalhães demonstra que possivelmente seu técnico estava mais preocupado com a ginasta do que com o resultado, pensando em sua carreira mais para frente, e não apenas naquele campeonato. Soraya Carvalho, em depoimento a seguir, também aborda a preocupação de seu técnico em contribuir para sua formação como ginasta, adquirindo experiência apenas e não cobrando resultados tão cedo.

Sim, eu lidava bem com isso¹⁹⁶ porque meu pai era assim, eu lembro dessa frase muito bem. Ele, no dia da competição, ele dizia: “olha, você vai lá e se você errar tudo, não tem problema. Para mim, eu quero que você vá, compita e você vai ganhar experiência e devagarinho você vai conseguir. Então, não tem problema nenhum.” Eu sempre competi muito tranqüila. Eu tinha a minha cobrança, nunca gostei de perder, de errar. Mas vindo do treinador eu não tinha. Só fui ter, quando eu fui treinar no Flamengo. Bem mais tarde. Nem com o Ulisses. Muito tranqüilo (SORAYA CARVALHO, p.4).

No depoimento de Daniele Hypólito, é possível perceber a humildade e a generosidade de sua primeira técnica, indicando sua melhor ginasta para outro ginásio que poderia oferecer melhores condições para a carreira de Daniele.

Eu fiquei no SESI de Santo André até 93, foi quando a Patrícia sentou, conversou comigo e falou: “olha Dani, você pode mais do que isso e aqui a gente não vai poder te dar estrutura. Você pode ser mais que uma atletazinha”. E aí eu fui para a Yashi para conhecer, para ver como eu ia me sentir lá (DANIELE HYPÓLITO, p.6).

Soraya Carvalho destaca a preferência pelo técnico russo que a treinou por alguns anos, pela sabedoria em ensinar os exercícios:

Eu tinha acho que muita habilidade mesmo. A partir do Anatóli, foi o Anatóli que me chamou mais para percepção corporal. Assim de: “ah sente seu corpo aqui, quando você sentir isso é hora de fazer tal coisa”. Então, foi daí que até eu refinei minha técnica, eu comecei a ser mais constante nas minhas competições, eu errava menos, essa questão de concentração foi tudo. O Anatóli foi muito importante como treinador. Enquanto os outros, todos os outros eram assim, você fez um duplo e caiu de cabeça: “vamos! Mais forte! Tá de corpo mole?”. Não tinha um orientação como: “olha você está na corveta assim, com esse erro, você jogou a cabeça”, não tinha muito essas coisas, de você desmembrar e mostrar exatamente onde você está. Então acho que foi a partir do Anatóli que eu tive mais isso. De entender o que estava acontecendo, entender o movimento e me sentir dentro daquele movimento, ser uma coisa mais constante. Então ele foi muito importante para mim (p.16).

¹⁹⁶ Competir em categorias acima.

Ainda abordando as atitudes dos técnicos, a experiência das ginastas na sua carreira desportiva, sendo orientadas por diferentes técnicos, permite que possam sugerir ou considerar algumas atitudes que venham a colaborar no processo de formação de ginastas:

Primeiramente, o técnico tem que conhecer a ginasta, saber mais ou menos o que ela pode, o que ela é capaz de fazer, o que ela não é. E ir passando devagarzinho para ela, passar um elemento é ensinar e você saber, estudar bem o elemento antes de passar porque se você passa de uma técnica, não errada mas, já diferente, ela vai fazer diferente e vai fazer meio que errado. Então, é sempre importante passar direito. Porque depois para corrigir sofre muito (LAÍS SOUZA, p.11)

Laís Souza menciona em seu depoimento que teve muitas dificuldades com correções de técnicas erradas quando começou a treinar com os ucranianos, e por isso faz essa consideração.

Devido à importância dos técnicos na vida das ginastas, muitas os consideram entre as principais influências nas suas carreiras e sugerem muitas vezes que eles saibam da carreira delas tanto quanto, ou mais, que suas próprias famílias. Daniele Hypólito fala de quem saberia contar sua história tão bem quanto ela ou melhor: “Primeiramente os meus irmãos, o Édson e o Diego. E a Georgette. Ela é uma pessoa que contaria até com mais detalhes do que eu a minha carreira como atleta” (p.15).

Daiane, assim como Daniele, treinou muitos anos com a mesma técnica e fala em seu depoimento de quem saberia tanto quanto ela de sua carreira: “Acho que, se eu fosse falar assim, acho que eu colocaria minha mãe e eu acho que a Adri (Adriana Alves). Acho que as duas. Duas mães (risos) (p.22).

E Camila Comin, que também fala de uma das suas primeiras técnicas e a atual coordenadora das seleções brasileiras na CBG:

Eu acho que a Eliane Martins poderia falar bem sobre a minha vida esportiva, a pessoa que me conheceu desde onde eu era nada até onde eu sou hoje, é a única pessoa que me acompanhou 100% até em competições, desde a primeira competição, porque ela foi desde eu campeã infantil A até campeonato brasileiro, pan-americano mundial, tudo, até a Olimpíada. Ela foi como uma segunda mãe, dentro do esporte ela é a pessoa que me conhece mais na vida esportiva (CAMILA COMIN, p. 23).

Os técnicos destas ginastas, de uma forma geral, são valorizados por todas as ginastas nas suas conquistas, sendo que algumas ginastas os vêem como verdadeiros ídolos e outras, com certa decepção, em função de um olhar mais crítico desenvolvido após o

encerramento da carreira, que permite analisar o contexto com mais distanciamento. Mas mesmo estes, ainda assim são considerados com imenso carinho pelas ginastas. É uma relação de mais de dez anos juntos, construída diariamente, que deixa marcas para toda a vida. Daí a importância dessa relação ser bem construída, o que implica em grande responsabilidade para os adultos que estão envolvidos na formação de jovens atletas.

3.4.11. APOIO DA FAMÍLIA PARA AS GINASTAS

O apoio familiar faz parte da carreira desportiva destas ginastas de destaque, sendo mencionado com grande importância em seus depoimentos por todas as colaboradoras desta pesquisa.

Segundo, Simões, Böhme e Lacato (1999):

O incentivo é uma atividade adulta essencial para as crianças/adolescentes adquirirem auto-estima, controle e consciência de ter o pai como um agente incentivador. É uma indicação que o mundo dos adultos exerce uma atividade efetiva sobre a vida esportiva das crianças (p.39).

Sobre a importância desse incentivo familiar, Lopes e Nunomura (2007) afirmam que a família é um dos principais fatores motivacionais extrínsecos na vida desportiva de uma ginasta, o que realmente foi possível notar nas famílias de todas as ginastas estudadas na presente pesquisa. Os depoimentos serão expostos a seguir para que seja percebida a importância que as ginastas dão aos familiares:

Minha família também só me apoiou, minha mãe e meu pai sempre me deram força, sempre eu fui muito querida e elogiada. Nossa! Tudo o que eu fazia, eu era a mais linda do mundo, eu era a mais bonitinha, sabe tudo muito positivo. Não eram pais de ficarem se metendo em nada, não eram pais que ficavam se metendo e querendo que eu ganhasse, ficar me cobrando. Qualquer coisa eu era a mais linda do mundo, então eu acreditava neles. Eles diziam que eu era, então eu era! Não tinha medo, nem insegurança, era muito autoconfiante e como eu era muito competitiva, eu tinha vontade de ser a melhor, eu queria ser melhor em tudo, eu queria ganhar, eu queria a medalha de ouro, eu queria fazer mais (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.12).

Minha família sempre me apoiou. Meu pai sempre foi envolvido, chefe de delegação, participou da CBG na época do Fisher¹⁹⁷, foi vice-presidente da CBG. Ele sempre foi diretor de clube, sempre tentou participar. Minha mãe sempre deu apoio, levava, trazia, tudo. Na verdade eu tive bastante apoio deles. Não teria como ser de outra forma. Depende muito da família porque começa muito cedo. Então, se os pais não levam, não pegam, não tem como.

Minha família foi me assistir na Olimpíada, meus pais e o meu irmão (risos). Eu gostava que fossem. Depois a gente ficou lá, passeou. Foi muito bom! (TATIANA FIGUEIREDO, p.6).

Assim o que eu tenho muito forte na memória é que tinha que praticar atividade física, porque isso já fazia parte da família. E não só pela questão do meu avô ter ido para a Olimpíada de Berlim¹⁹⁸, em 36. Mas assim, era uma questão forte na família. Meu pai sempre fez natação, futebol, meus irmãos sempre praticaram ginástica olímpica, depois remo, depois triathlon. Minha mãe participou do vôlei da escola, então sempre era muito forte essa influência na família de praticar esporte ou atividade física. E a ginástica olímpica era uma modalidade, que na época, não tinha tanta exposição de mídia.

[...] Mas eles sempre me apoiaram. Em alguns momentos eu lembro que meu pai e minha mãe talvez entraram assim em conflito: “Mas será que ela realmente não é muito nova para isso?”, “Não, mas ela gosta então se ela gosta e ela não se queixa, então vamos deixar e vamos confiar no treinador e vamos confiar de que realmente o que eles estão dizendo é verdade, que ela tem talento, que ela pode prosseguir e que tem capacidade para isso”. Então, em algum momento também hesitaram, mas sem alardear e sempre incentivando. Porque viam que eu era feliz daquela maneira (LUISA PARENTE, p.18-19).



Foto 52: Hélio Albernaz (avô de Luisa Parente) remador dos JO de 1936



Foto 53: Barco de remo que o avô de Luisa competiu nos JO – 1936

¹⁹⁷ Primeiro presidente da CBG

¹⁹⁸ Na modalidade de Remo.

Soraya Carvalho sempre teve muito apoio de sua família, tanto que treinou na academia do pai durante alguns anos iniciais, com aparelhos que ele construiu, e ele próprio foi seu técnico durante vários anos. Por meio dos depoimentos é possível perceber uma relação muito próxima, inclusive uma certa indução, uma “obrigação” em ser ginasta, mesmo que talvez inconsciente por parte da família, talvez por querer auxiliá-la demais.

Várias vezes eu quis parar. Mas meu pai sempre tinha umas técnicas de conversa: “oh... se você quiser parar eu te dou todo o apoio. A gente vai só ficar estudando, você pode procurar outra modalidade, mas é seu sonho ir para Olimpíada e quando você for professora você vai dizer que foi para uma Olimpíada”, então eu acabava ficando. E tinha uma parte emocional. Minhas duas irmãs pararam. Meu pai adorava esporte. E eu via ele, muito empolgado, muito determinado, muito esforçado para construir material. Às vezes, a gente não tinha lugar fixo para treinar. A gente tinha um clube, de repente o clube: “ah... não quero mais vocês aqui não. Vai pra outro lugar”. E esses clubes, a gente treinava no salão de festas. Então tinha que montar e desmontar, montar e desmontar os aparelhos. E eu via meu pai com o colchão gordo em cima do carro dele indo para outro lugar, os aparelhos dentro do carro. Então era assim, uma mão de obra. E quando minhas duas irmãs pararam, eu também não queria mais. Porque meu pai era muito chato. Muito exigente, não tinha parte lúdica. Era uma coisa difícil de treinar com ele. E eu também não estava mais a fim de treinar. Estava chato. Mas assim eu fiquei: “poxa, mas meu pai é tão esforçado, vai ficar tão triste”. Não queria decepcionar. Então acabei continuando porque eu não queria que meu pai sentisse. Mas acabou sobrando para mim isso (p.5).

O treinamento para a Olimpíada, para a classificação no mundial nunca teve um ponto inicial. Na minha cabeça sempre foi meu sonho. Que foi tido ali pelo meu pai. Lá no fundo eu sempre soube que eu ia para uma Olimpíada. Eu tinha isso comigo e era uma coisa muito natural (p.8).

Eu tinha na minha cabeça que a Olimpíada era uma coisa que fazia parte do processo. Era uma coisa que eu iria participar. E não era estratégia ser assim, era muito natural. Eu acho que hoje em dia muita gente pergunta assim: “ah... o que você vai fazer da vida?” Eu acho que eu sempre soube assim. Acho que meu pai falou tanto quando eu era criança: “ah, quando você crescer você vai ser professora, vai dar aula”. Eu nem pensei na hora do vestibular, e foi o que eu fiz. E foi assim (p.9).



Foto 54: Soraya e seu pai Luciano no embarque para os JO (1996)

No caso de Camila Comin, também havia um forte apoio para que ela fosse ginasta, influenciando bastante sua motivação e continuidade na modalidade, até mesmo por situações de dificuldade vividas pela família, que não queria que ela desperdiçasse a oportunidade:

Meu pai sempre passou muita dificuldade quando era jovem e ele hoje, a posição que a gente tem é mais tranqüila, mas meu pai lutou muito pra conseguir chegar, então eles sempre foram me falando, que nada vem de graça, que tem que se dedicar muito, que tem que treinar, treinar, treinar 10 anos para ter alguma coisa, um resultado e pode ser que nem tenha. Então meus pais, minha família teve muita influência na minha carreira esportiva (CAMILA COMIN, p.2).

A minha família sempre me apoiou muito, sem minha família eu não teria sido ginasta, porque em qualquer modalidade no início, em qualquer dificuldade a criança quer parar, quer sair, sempre. Qualquer esporte. Pode ter talento sobrando, mas se o pai não estiver falando: você vai. A criança fala que está com preguiça, que não está bem, mas o pai diz: você vai. Eu ia doente para o ginásio, meu pai me obrigava a ir, me obrigava de certa forma porque ele queria meu bem. Ele falava: “eu queria ser seu técnico para estar dentro do ginásio”, porque ele sabia do meu gênio, sabia que eu era uma minhoca, assim se eu estava aqui quando você virava eu já não estava, já estava fazendo outra coisa. Eu era muito esperta desde pequena, sempre fui muito espoleta, muito arteira, então se não fosse meu pai especificamente, eu não teria sido ginasta, não teria sido atleta, nada. E a minha mãe que foi a parte mais assim carinhosa, eu te dou força, eu te ajudo, meu pai mais severo e minha mãe desse lado, tipo eu chegava em casa, eu falava: “mãe estou cansada”, aí meu pai falava: “não, você vai”. A minha mãe falava: “olha, veja bem, é para o teu bem”, confortava. E a minha irmã sempre me ajudou na escola, nos trabalhos

que eu tinha para fazer. [...] Minha família sempre me apoiou, nunca tive nenhum problema familiar, de não ter a família junto (CAMILA COMIN, p.18-19).

Daniele Hypólito e Daiane dos Santos, desta mesma geração de transição também falam do apoio da família, mas com menos “obrigação” de ser atleta:

Acho que minha família sempre foi uma família muito importante e continua sendo porque a minha família, ela está comigo. Momentos bons e momentos ruins. E eu sei que se eu estiver num momento bom, eles vão estar porque estão felizes com a minha vitória, e se eu não estiver num momento bom, eles vão estar comigo para me ajudar a melhorar. Então, acho que a minha família é super importante e eu tenho um privilégio. Eu sou uma pessoa privilegiada de poder sempre viajar com meu irmão que eu sempre digo, “meu irmão não é só o meu irmão”, não é uma coisa assim, “é só irmão e fica por isso mesmo”, meu irmão ele é meu amigo e meu companheiro e eu sei que eu posso contar com ele para tudo. E o meu irmão mais velho também. Nos três sempre fomos assim (DANIELE HYPÓLITO, p.14)



Foto 25: Daniele Hypólito com seus pais [199?]



Foto 56: Daniele e seu irmão Diego Hypólito [200-]

Sobre minha família, sempre me apoiaram. Sempre. Quando eu converso com pais de outros atletas, em primeiro de tudo, a criança tem que querer. Porque às vezes o pai quer mais que o filho. Então acho que a criança tem que querer sempre mais do que os pais. Eu me lembro na minha casa sempre foi assim. Meu pai, claro que ele gostava de eu fazer ginástica. Mas em primeiro lugar era a escola. A Ginástica era segundo plano. Para mim eu sempre gostei muito. E eles me apoiaram. E eu acho que esse é o papel dos pais. Apoiar o filho no que ele quer fazer. Meus pais perguntam: “Daiane você quer treinar?”. Quando a gente passou pelo negócio da cirurgia. Fiquei com dor. Chegou de Atenas: “Você quer realmente continuar?”. Eu quero! “Porque para a gente se você não quiser mais tudo bem”, meus pais disseram. Você tem que fazer Ginástica para você! Sempre. Os pais têm que te dar uma base, para te auxiliar. “Ah que bom que você está treinando”. Tanto que meus pais quase não vêm para Curitiba. Até nem gosto muito que eles venham. Porque eu acho que às vezes atrapalha. Se você tem aquela coisa da saudade, é uma se está longe, quando vem para perto, você sente outra coisa quando vai embora. Então a família tem que ajudar a pessoa. Estar ali do lado, quando precisa. Apoiar mesmo. Mas querer mesmo, você que tem que querer. Sempre (DAIANE DOS SANTOS, p.17).

Na geração das ginastas da nova geração, também é unânime a questão de apoio familiar e a vida de ginasta:

Desde o início meus pais sempre me apoiaram, iam nas competições e era muito difícil pagar. Quando eu comecei, tinha que pagar R\$ 150,00 para treinar. A gente não tinha condições de pagar esse dinheiro, era aquele sacrifício todo mês para pagar, foi bem difícil, mas enfim valeu a pena (CAROLINE MOLINARI, p.7).



Foto 57: Caroline Molinari e sua família [2000?]

Assim uma pessoa, um ídolo assim eu não tenho, mas acho que meus pais assim que sempre me ajudaram foram importantes na minha carreira. E me deram forças para chegar até lá. Meus pais, minha família mesmo. [...] Sempre tive muito apoio da minha família! Nunca teve nenhum contra. [...] Sempre ajudaram. Quando tinha dor eles me tratavam aqui em casa, também me ajudavam com tudo. Quando eu saí, eles não queriam que eu sáísse. Foi complicado no início, mas depois eles me entenderam (ANA PAULA RODRIGUES, p.10).

Sobre minha relação com a minha família, sempre foi boa. Eles sempre apoiaram assim, nunca reclamaram. Quando eu fui morar sozinha com 11 anos, minha mãe deixou. Assim, porque tinha um pessoal que ela confiava. Tinha certeza que não ia acontecer nada demais com a gente e era ali em São Paulo. Bem pertinho de Ribeirão. Qualquer coisa ela pegava um carro e chegava lá no mesmo dia. Eu tenho uma irmã mais nova, a Marina. Tenho um mais velho o Mateus. Minha irmã treinou acho que uns três anos mais ou menos, foi bastantinho, mas ela não gostava muito. Mas eles me dão muita força. Nossa! Muito, muito (LAÍS SOUZA, p.9).

Segundo Simões, Böhme e Lucato (1999):

O incentivo dos familiares é fundamental: em si, é demasiado complexo; depende de diversos fatores diretamente relacionados construtivamente em termos das necessidades dos familiares e das crianças/adolescentes. Não há dúvidas de que um dos papéis essenciais do pai e da mãe seja o de incentivar as crianças no sentido de participarem do esporte e, assim, dar a elas a mais estreita cooperação, e de tal modo acelerar a sua prontidão esportiva, sua maturidade e uma grande variedade de atividades no mundo dos campos, quadras, piscinas e pistas (p.38).

Quando se trabalha com crianças no desporto, é necessário haver uma relação próxima com a família, orientando-os sobre os acontecimentos, as emoções, as cobranças, a alimentação, entre outros aspectos pois, em geral, os pais são leigos e podem ter dificuldades ao lidar com as situações vividas por um atleta. É importante a orientação aos pais para que tenham consciência de como podem auxiliar ou prejudicar seus filhos no desporto. Pois muitas vezes a intenção pode ser boa, mas a consequência de determinadas atitudes ou excessos de cobrança podem marcar a vida de uma pessoa, ou mesmo fazê-la desistir da modalidade pela contribuição desses fatores. Dessa forma, é papel do profissional de educação física, no caso, dos técnicos, orientar os pais de crianças no desporto e para isso, eles próprios precisam ter esse tipo de consciência primeiramente.

Segundo Simões, Böhme e Lacato (1999):

De fato, pode existir o risco das crianças, funcionalmente falando, serem consideradas num ponto como “atleta em miniatura”. Portanto, a maneira como pais e mães agem com

as crianças parece significativa no estabelecimento de um conjunto de linhas bem definidas de participação na vida esportiva das crianças (p.41).

Sobre essa proximidade e orientação dos pais, Camila Comin comenta que, a partir de um determinado momento, os pais foram chamados para serem esclarecidos sobre a seriedade do trabalho, as reais possibilidades de suas filhas e as atitudes a serem tomadas em casa para auxiliarem nos treinamentos:

Quando eu mudei para o Centro de Excelência que teve a seleção, já mudou tudo. Tinha controle de peso e até lá não tinha, tinha uma tarefa de férias, então as coisas foram ficando mais sérias, tinha um envolvimento maior dos pais também. Já sabiam que não podíamos ser ginasta só no ginásio, tínhamos que ser ginastas fora, em casa. Então já não podia sair a noite, já não podia jantar fora porque no outro dia tinha que treinar, tinha que descansar, não podia ir em um evento muito tarde, então a partir daí que foi mudando a minha vida. A partir dos 13 anos já começou a não ser uma pessoa normal, então não podia faltar no treino, tinha que ir doente, se faltou tinha que ligar justificando, o envolvimento começou a ser maior. A cobrança foi sendo maior! (p.6-7).

Caroline Molinari, que sempre treinou nos mesmos locais que Camila Comin, com as mesmas orientações, também fala do comportamento de sua família no sentido de auxiliá-la:

Com a minha família e a vida esportiva: tudo ligado, interligado, era briga no ginásio, era briga em casa, era briga em casa, era briga no ginásio, não tem como separar. Eles têm que mudar a rotina por causa de mim, tinham. Agora não precisa mais... Bolacha recheada minha mãe não comprava porque eu não podia comer, meu irmão falava: “mãe quero tanto comer uma pizza...”, mas minha mãe falava: “vamos esperar a Carol viajar”. Só que eu não entendia isso, eu ficava brava, eu também queria, só que era para o meu bem. Agora eu vejo isso, mas naquela época não conseguia ver (p.7).

Verifica-se, portanto, nos depoimentos que todas as colaboradoras desta pesquisa tiveram um apoio significativo da família para serem ginastas, oferecendo uma estrutura familiar adequada para que pudessem se concentrar nos treinamentos, sem maiores problemas de relação familiar. A família foi muitas vezes determinante no processo, principalmente em relação à motivação para dar continuidade aos treinamentos diários, ou mesmo estimulando em momentos pontuais, mais importantes da vida de uma criança/atleta, como menciona Tatiana Figueiredo:

Eu lembro que eu adorava, acho que não era nada assim muito severo. Não tenho assim muitas lembranças marcantes, para ser sincera. Eu lembro da primeira competição,

lembro que nem fui muito bem (risos), eu nem entendia porque as outras meninas ganhavam medalha (risos), eu não ganhei medalha (risos) e chorei muito (risos). Mas minha mãe sempre, lógico, estimulou. Tem que ter o apoio dos pais senão ... (p.2).

A partir desta relação de estímulo e apoio da família, oito das dez ginastas mencionam seus pais como as pessoas que mais sabem sobre suas carreiras desportivas, demonstrando cumplicidade e apoio às suas carreira, como cita Caroline Molinari: “Minha mãe contaria minha história igualzinho a mim. Ela sabe tudo assim” (p.11).

Tatiana Figueiredo também menciona a participação de sua família na sua vida desportiva: Acho que meus pais sabem toda minha história (risos). É meu pai, como ele ficou envolvido na ginástica, ele também viajava. Ele foi ao Mundial, foi ao Pan como chefe de delegação, sempre estava junto (p.8).

Laís Souza fala desta cumplicidade com sua mãe, mesmo tendo a filha morando longe:

Se alguém tivesse que contar a minha história, acho que seria minha mãe. Minha mãe, nossa! A maioria das coisas, era passando alguma dificuldade e ela sempre estava do meu lado. Ela sabe desde quando eu fui para a primeira competição que ela teve que batalhar para arranjar dinheiro para comprar agasalho, para pagar a passagem de avião, até hoje. As competições de agora, ela sabe contar, assim, mais ou menos, como foi, e não bem os treinamentos, porque nunca deu para ela acompanhar. Mas de viagem e como estava meu humor fora do ginásio, ela sabe contar bem direitinho (p.9).

Com os depoimentos unânimes em relação ao apoio familiar, pode-se considerar este como um aspecto relevante na formação de ginastas, principalmente pela particularidade da modalidade, de em geral, iniciá-la em tenras idades. Portanto, o incentivo à prática desportiva pode contribuir para uma carreira de destaque somado a outros aspectos. Contudo, a cobrança dos pais por resultados é vista como uma forma negativa de incentivo para crianças, como menciona Daniele Hypólito sobre atitudes não saudáveis em relação às cobranças:

Acho que uma coisa importante que eu acho que é importante para todo atleta, é ter a família do seu lado. Não a família como uma cobrança. Porque eu acho que a família é a base do atleta. Agora, se a família começa a cobrar de uma criança de cinco anos que ela tem que ser campeã, a criança, talvez, não vá nem chegar ao estágio de competição. Porque nessa fase é a hora que a criança tem que falar, “pai, fiz isso!”, e o pai: “nossa meu filho, parabéns!”, tem que ser o primeiro a aplaudir, não o primeiro a dizer: “hoje você não fez a estrelinha bonitinha”. Então, eu acho que, realmente, o que é necessário ressaltar é que a família sempre esteja ao lado do atleta, e não cobrando, sendo o primeiro a primeira cobrar do atleta (p.15-16).

3.4.12. APOIOS FINANCEIROS DURANTE A CARREIRA DESPORTIVA COMO GINASTAS

Este tópico de análise retrata os apoios financeiros conquistados ou não durante as carreiras desportivas das ginastas. É possível verificar nesse aspecto diferentes fases da GA brasileira.

Entre as ginastas pioneiras a condição parece diferente entre elas, pois Cláudia Magalhães possuía um relativo apoio, por meio da Universidade Gama Filho, que oferecia as condições básicas de acompanhamento e desenvolvimento dos treinamentos, assim como Luisa Parente e Tatiana Figueiredo em seus clubes, mas envolvia significativos apoios financeiros:

Não tinha ajuda financeira, mas tinha bolsa de estudo completa, bolsa alimentar, almoçávamos no colégio (ensino médio). Assim que eu comecei eu já ganhei bolsa de estudo, a minha mãe não quis que eu saísse no último ano do atual ensino fundamental da escola pública, escola Acre do Méier, porque ela queria que eu terminasse ali, ideia dela. Mas eu poderia ter ido no ano anterior. Eu terminei a 8ª. série na minha escolinha lá do Méier. Mas já estava todo mundo lá, com bolsa de estudo direitinho até a faculdade.

Ajuda de transporte eu acho que não, não estou lembrada. Agora todas as viagens, uniformes, tudo pago, roupas de treinamento, roupas para representar a Gama Filho no campeonato carioca, tudo pago. Os pais não pagavam nada. Tudo pago, uniforme do jeito que a gente queria [...] e tinha sempre tudo (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.10-11).

Desde o início meus pais sempre bancaram tudo. Eu acho que só depois que eu fui para a Olimpíada, na época do Flamengo, acho que eu tinha uma ajuda de custo. Eu não sei exatamente quanto. Para o Mundial Pré-olímpico a CBG que dava a passagem. Bancava tudo e ficávamos às vezes em albergue. Às vezes, uma semana antes é que saía o dinheiro para viajar, era uma loucura. Mesmo assim, em 85, que foi um ano depois da Olimpíada, a CBG não estava com dinheiro, eu fui para o Mundial no Canadá, mas meus pais é que bancaram. Tinham atletas que tinham patrocínio, mas no meu caso não. Tanto que o Gerson (atleta masculino) que foi comigo para a Olimpíada (1984) nem foi nesse Mundial porque não quis pagar. Então realmente as coisas começaram a melhorar na gestão da Vicélia¹⁹⁹. Ela que alavancou tudo (TATIANA FIGUEIREDO, p.3-4).

Agora apoio financeiro, não. Eu sou da época também que a Confederação funcionava em mala de carro. Conforme o presidente era do Sul, era no Sul. E aí, o outro de Minas, era na mala do carro dele. Depois, quando foi para Curitiba é que começou a se ter o centro de treinamento e tudo mais. Houve apoio do Governo do Paraná. Antes disso então, cada clube era responsável pelas suas equipes. O Flamengo era o celeiro da seleção brasileira feminina. Masculina também durante certo tempo, antes do Sul e de

¹⁹⁹ Vicélia Florenzano, presidente da CBG de 1991 a 2008.

São Paulo, porque também teve uma época que foram eles. Mas aí o apoio que vinha depois da minha geração, veio alguma coisa da prefeitura assim em termos de apoio governamental. Na minha geração, o que a gente conseguiu foi um patrocínio aqui, outro ali. Tanto que eu pagava. Mundial eu consegui as passagens, por exemplo. A Confederação de repente conseguia verbas do Ministério para passagem ou do Comitê Olímpico. Mas aí a gente pagava nossa estadia lá que era albergue. No mundial! No mundial de Stuttgart a gente ficou em albergue, mundial de Montreal, esse que eu fui de experiência também foi. O da Olimpíada de Seul que foi em Roterdã, nós ficamos em albergue.

Ah! Quando a gente conseguiu patrocínio do Banco do Brasil, em 90, 91, que seria para preparação para 92. Aí quando foi negociar o patrocínio: “vamos ter um salário bom para a ginasta?”. E influenciada pela treinadora: “Não! Olha você precisa de um centro bom. Vamos melhorar o centro de treinamento. Então porque de repente você não investe em aparelho? Vai servir para outras gerações e tudo mais”. E aí foi. E na hora foi acatado. Então, parte do meu salário eu dava para o treinador russo que estava na época e uma parte também de contribuição para Georgette. E o salário foi reduzido em troca de equipamentos que serviriam ao Flamengo e à Seleção Brasileira que fosse treinar. O material chegou, todo importado, mas nunca saiu das docas no porto. Até dois, três, quatro anos. Então ficou até 96, sei lá, por aí, preso na alfândega já deteriorando. Aí depois eu não soube o paradeiro disso. Tentamos vários recursos administrativos. Na época o ministro da Fazenda era o Fernando Henrique, antes de ele assumir, quer dizer, foi em 92, antes disso, quando precisava liberar. E depois não conseguiu mais. Aí eu soube que foi a leilão, o governo do Estado adquiriu e botou sei lá onde. Ou quem sabe nunca chegou (LUISA PARENTE, p.13-14).

Nas ginastas do período de transição, é possível também perceber pelos seus depoimentos algumas condições financeiras que já começam a se modificar com relação à geração anterior:

Bom em relação à condição financeira foi muito difícil. A fase com meu pai era tudo, desde material que ele construía até a compra de passagem, de uniforme, tudo com meu pai. Tudo minha família. No Pinheiros, eu já recebia uma ajuda de custo, mas hoje em dia, era como se fosse R\$100,00. E tinha passagens para viagens custeadas pelo clube, o lugar que eu morava era custeado também pelo clube e eu recebia um vale “bandejão” lá, que era no refeitório deles. Já no Flamengo, eu morei uns seis meses na casa de uma outra atleta, depois passei a morar na casa de uma tia, depois fiquei dois anos na casa de um outro tio, depois morei dois anos com a minha mãe, pois chega de morar na casa dos outros. Eu morei num prédio, minha mãe veio e ficou comigo mais uns dois últimos anos. Naquele prédio do Flamengo, para atletas. Então, da parte financeira do Flamengo, tinha uma ajuda de custo também muito baixa. Passagens custeadas também ora pelo clube, ora pela CBG, uniforme eu também já não pagava, mas a gente pagava um treinador russo, fazia um rateio entre as atletas e a gente pagava para ele.

E em relação à confederação, já era uma fase de mais apoio. Eu paguei na época do meu pai, todos os pan-americanos, sul-americanos, todos os eventos que eu fui eram custeados pelo meu pai. Parei de pagar passagem a partir do Pinheiros. Todos os cinco anos antes tudo quem custeou foi ele (SORAYA CARVALHO, p.7-8)

Eu tinha cinco para seis anos. Eu tinha cinco anos. Eram todos os dias menos sábado na equipezinha. Então eu, muitas vezes ia andando até o SESI, porque eu, realmente, naquela época assim, meu pai trabalhava, mas não era aquela coisa que dava para ir sempre de ônibus, sempre de trem. Então, ou a gente ia andando até a estação de trem e

pegava o trem até o SESI e também dependia do dia, de como a gente ia, de como estava a situação. Minha mãe trabalhava como cabeleireira, fazia todo o possível para ajudar na renda de casa e aquilo era um sonho de menina mesmo, de criança. [...] A estrutura física do Flamengo e de Santo André era bem diferente. Já tinha parte médica, já tinha um salário no Flamengo (p.6-7).

E, passando essa fase que eu vim para a seleção permanente, já numa estrutura diferente, eu acho que o Oleg, a Iryna, a Nádia, a Confederação Brasileira de Ginástica, começando sempre apostando nas atletas. Eu acho que também foi um momento importante de cada uma de nós aqui. Os patrocinadores também, que acreditam na gente, continuam acreditando na gente, que dão o suporte para a gente, com o nosso salário. Então eu acho que toda estrutura é importante (DANIELE HYPÓLITO, p.14).

Então com oito anos (de treinamento) que eu vim para cá (Universidade do Esporte), eu comecei a estudar em uma escola de freiras e essa escola foi onde meu pai estudou, a escola foi evoluindo e minha família foi acompanhando junto, Escola Social Madre Eclélia. Então foi aí onde eu tive minha primeira ajuda, a escola me dava como patrocínio a mensalidade da escola, que então começou a me ajudar porque meu pai começou a guardar dinheiro para o futuro porque as passagens eram todas pagas pelo “patrocínio”, não tinha patrocínio de nada. Então a ginástica foi evoluindo, a partir daí então o primeiro campeonato pan-americano meu pai que pagou, agasalho essas coisas todas, foi o pai que foi ajudando, então foi bem difícil assim no começo. Eu não tinha estrutura médica, não tinha aparelhos apropriados, era aquela estrutura de 20 anos (p.3).

[...] Então eu fui para Atenas, quando eu voltei de Atenas em 2004 o que me motivava era o dinheiro, que eu tinha um patrocínio bom, eu já podia me sustentar, eu tinha meu carro, só morava dentro de casa, mas os meus gastos eram todos pagos por mim. Então o que me motivava, eu gostava de fazer ginástica, mas o que motivava era o dinheiro e não mais o objetivo de ir para mais uma Olimpíada (p.20).

[...] Então essa condição, de como nós fomos as primeiras a conseguir, então a gente não sabe que parâmetros seguir nessa questão do sucesso. Para onde ir? Quanto vale? Então você não sabe, essa questão de dar uma palestra: vale quanto uma palestra? Não tem um parâmetro (CAMILA COMIN, p.16).

[...] E para ter ajuda financeira demorou um pouco. Em 99 que teve o primeiro. Nesse período inicial não tinha nada, mas depois teve sim uma ajuda do próprio clube. Isso do clube. Em 99 eu tive um patrocínio de uma pizzaria, que era a Companhia das Pizzas de lá (Porto Alegre- RS), que me patrocinou até eu ir para Winnipeg. Quando eu voltei, eles cancelaram o patrocínio! (risos). Mas aquilo foi legal, porque acho que no começo a gente precisa bastante (p.4-5). [...] Hoje eu acho que é assim. Como eu disse para você. Não há dinheiro que pague. Não há! Não tem dinheiro. Porque quando você não quer mais fazer Ginástica você não consegue mais fazer. Porque é muito duro. Claro que tem a coisa do dinheiro que você ganha. Claro que você não vai ficar rica! Nunca. Perguntaram para mim: “Você tem tanto dinheiro que você não precisa mais trabalhar na sua vida?”. Eu falei: “Não! Eu não sou jogadora de futebol!” (risos). [...] Mas eu tenho sim uma situação boa de vida! Eu tenho casa, eu tenho carro, tenho dinheiro para comprar o que eu quero. Tenho! É legal isso. É ótimo! É ótimo, mas eu acho que não tem como você fazer Ginástica se você não tem amor por aquilo que você faz (DAIANE DOS SANTOS, p.16).

Nesta geração assim como a anterior, mesmo as ginastas que possuem uma boa estrutura atual no desporto, viveram fases de falta de apoio e dificuldades na modalidade. É possível perceber também, principalmente depois de Soraya Carvalho, nas ginastas que convivem

essa realidade diferenciada da GA, um discurso ainda não profissional, apesar da sua profissionalização. O discurso de amor à modalidade é ainda mais forte, do que o profissional, sentindo-se relativamente culpadas em manterem-se no desporto pelos patrocínios e salários que recebem, ou seja, ainda é um discurso amador, daquele que faz por amor. É possível verificar isso por meio dos depoimentos como o de Daniele Hypólito:

Estou na ginástica há 19 anos. Acho que o que me mantém tanto tempo assim é o prazer, porque, na verdade, eu sei que o patrocínio é para me dar uma estrutura, para me dar um apoio, mas não tem dinheiro que me faça ficar, a partir do momento que eu falar “não quero mais”. Eu continuo na ginástica, não pelo dinheiro. Dinheiro é importante, sim. Mas se você faz uma coisa obrigado, isso passa a perder aquele gosto (p.15).

Ao mesmo tempo já abordam também o assunto de patrocínios e salários com mais seriedade e cientes da necessidade da profissionalização, ou seja, uma fase ainda nova para essas ginastas que viveram momentos de dificuldade sem apoio algum, um período de transição.

Só que é muito importante hoje em dia, no Brasil, se ter um empresário. Principalmente capacitado. Porque o atleta, ele não pode treinar, estudar, trabalhar e ainda correr atrás de patrocínios. Então, hoje em dia, no Brasil, e principalmente a ginástica que está com uma estrutura que é necessário ter um empresário de porte e que, claro, saiba negociar com patrocinador, porque tem que ser flexível para os dois lados (DANIELE HYPÓLITO, p.14).

Para as ginastas da nova geração percebe-se esta mesma situação das ginastas do período de transição, com dificuldades iniciais e posterior apoio financeiro significativo para elas e sua família muitas vezes, mas ainda com um discurso de amadores, no sentido da prática pelo amor ao desporto e não pelo dinheiro, como profissionais.

Desde o início meus pais sempre me apoiaram, iam nas competições e era muito difícil pagar. Quando eu comecei, tinha que pagar R\$ 150,00 para treinar. A gente não tinha condições de pagar esse dinheiro, era aquele sacrifício todo mês para pagar. Foi bem difícil, mas enfim valeu a pena (p.7).

[...] Na minha casa ninguém queria que eu parasse porque tem o salário e mais um monte de coisas e mais pelo salário que é uma coisa para mim. E parei de treinar. Fui lá falei com a Iryna e foi uma choradeira, todo mundo ficou triste. Mas eu não me arrependo, eu acho que parei na hora certa. Eu parei em fevereiro, 14/02/2005. Aí eu parei de treinar e mais ou menos duas semanas depois a Eliane me ligou e falou se eu queria dar treino lá, daí eu já emendei. O salário diminuiu um monte (CAROLINE MOLINARI, p.9).

Minha mãe, nossa! A maioria das coisas era passando alguma dificuldade e ela sempre estava do meu lado. Ela sabe desde quando eu fui para a primeira competição que ela

teve que batalhar para arranjar dinheiro para comprar agasalho, para pagar a passagem de avião (LAÍS SOUZA, p.9).

Em relação a apoio financeiro, no começo era tudo meu pai quem pagava: competições, collant, tudo! (risos). Quando eu entrei na Seleção que começou a ter patrocínio, e aí meu pai não precisou mais pagar. Quando eu iniciei na Seleção a gente começou a ganhar uma ajuda de custo da Confederação para todas as atletas da Seleção (p.5). [...] E foi bem difícil parar. Porque eu saí em 2006 e no final de 2005 eu já estava pensando em sair. Mas é difícil você chegar e falar não quero mais. Porque eu nunca tive essa experiência de ficar sem treinar, eu nunca pensei. Na época que eu estava saindo eu recebia mais, a gente tinha mais patrocínios e eu acho que a gente vê a diferença pelo salário, lógico. Mas como eu disse, eu acho que o dinheiro não leva a nada, se a gente não é feliz (ANA PAULA RODRIGUES, p.11).

Bortoleto (2004) aborda este assunto, dizendo que na Espanha a GA, mais especificamente a masculina, não é um desporto que traz grande retorno financeiro ou status social, por isso existe um sentimento de atração pela modalidade que não está relacionado às questões financeiras e, sim, mais com a realização de cada um, com uma enorme “ilusão” desportiva. Essa “ilusão” também é possível perceber nas ginastas deste estudo, na modalidade desde muito novas, sem esperar por um retorno financeiro, até mesmo porque as ginastas brasileiras que competiram em Atenas foram as primeiras a terem esse tipo de retorno, como um prêmio não esperado para meninas que sempre fizeram ginástica por outras motivações.

E pode-se dizer que o mesmo aconteceu em relação ao apoio do COB para a GA, que na década de 80 com as ginastas pioneiras, ainda não oferecia muito apoio para a modalidade, também devido às suas condições que priorizavam as modalidades que tinham chances de disputa por medalhas. Desta forma, não oferecia todas as condições à GA, o que pode ser percebido por meio dos acontecimentos relatados nos depoimentos:

Para Barcelona, já tinha a Débora Bife também que estava disputando a vaga. Então a idéia era que o Brasil pudesse garantir duas vagas. Mas não foi possível por equipe e eu novamente fiquei a melhor classificada do Brasil. Então classifiquei nominalmente. Já nessa época, tinha reserva. Só que o Brasil não tinha apoio suficiente para preparar essa reserva e levar essa reserva. Então se acontecesse alguma coisa comigo até ela poderia me substituir. Em Atlanta a mesma coisa e foi o que aconteceu. A Soraya Carvalho teve a fratura por estresse e não tinha ninguém para substituir. E já deveria ter alguém lá. Não acreditaram muito ainda na Ginástica (LUISA PARENTE, p.9)

Ainda sobre o processo de classificação para Seul, só gostaria de lembrar esta questão da exigência do COB, porque naquela época ainda era muito forte o “ranço da cartolagem”. Tipo dos dirigentes, que queriam acompanhar os Jogos Olímpicos. Então, tanto que no masculino não foi treinador acompanhando o ginasta. E a Georgette foi com crachá de pianista, porque o crachá de treinador que dava acesso às coisas, a outros detalhes, a

outros locais de competição, já tinha sido ocupado por alguém. Na época se usava o pianista²⁰⁰ ainda e poderia se usar na delegação um pianista, também para acompanhar (LUISA PARENTE, p.14-15).

O índice para Olimpíada, no Mundial, eu consegui, até o brevê internacional que é aquela ginasta acima de nove, na época. Quem fizesse média nove, ou seja, nove em cada aparelho, ganhava o brevê, a condecoração da FIG. Chamava-se brevê internacional. Então no Mundial que classificou para a Olimpíada eu garanti minha classificação nominal. Só que o COB exigiu²⁰¹ um índice além dessa garantia nominal pela FIG. Então, no American Cup, eu consegui fazer 9,50 que era a média que a gente queria. Então, não sei se houve influência política, porque sempre a Federação Americana foi muito acessível e receptível com a brasileira. Então de repente até houve alguma coisa lá, mas eu não tenho conhecimento desse fato. Só sei que o fato é que era importante que eu conseguisse o índice. O COB também na época ainda não valorizava a Ginástica. E eu competi bem, porque caso contrário não teria como ter o índice, mesmo que quisessem ajudar, se eu competisse mal não teria como. Sem dúvida.

O COB não valorizava a Ginástica, não acreditava que a Ginástica poderia ser um potencial de medalhas. Enfim, era isso (LUISA PARENTE, p.5).

Na Olimpíada foi muito bacana. Porque foi a realização do meu sonho. Que você buscou, que eu busquei a vida inteira. Apesar de todas as dificuldades, foi muito bacana. É pena que naquela época também não tivesse muita condição. O COB não tinha muitos recursos. Então eles só queriam mandar os atletas que tivessem chance de medalhas. Eu tive até que fazer uma avaliação antes. A Berenice Arruda avaliou, ganhei média 9,50 e eles me mandaram, mas não mandaram técnico. Só podia ir um técnico feminino ou masculino. Então foi o técnico do Gerson (ginasta masculino), o Mário Pardini. Então, a Lílian Carrascoza (técnica), a CBG pagou por fora e ela teve que ficar fora da vila. Era bem diferente (TATIANA FIGUEIREDO, p.5).

Portanto, a não valorização da GA num primeiro momento pelo COB, refletiu-se em prejuízos financeiros para a modalidade, que gerou outros acontecimentos, como ginastas que não competiram com seus próprios técnicos, representantes brasileiros da modalidade que poderiam ter competido caso o país tivesse levado um reserva para o titular, ou certificações de classificações mesmo após terem sido conquistadas oficialmente, para verificar se havia realmente a necessidade da modalidade participar. Falta de cuidados para com a modalidade que retrataram um momento de maior dificuldade financeira não apenas da modalidade em si, mas dos órgãos desportivos brasileiros, ainda sem um apoio adequado, uma organização e rigor para tal função.

²⁰⁰ Antigamente o pianista acompanhava a ginasta nos treinos e nas competições pois a música era tocada ao vivo. O pianista não existe mais na GA, mas o cargo continuava existindo ainda na delegação.

²⁰¹ O COB exigiu uma média superior do que a FIG exigia, caso contrário consideravam que não seria relevante a participação brasileira nos JO e portanto não haveria necessidade de levar esta modalidade.

3.4.13. PRINCIPAIS ASPECTOS DESTACADOS NA FORMAÇÃO DESPORTIVA DAS GINASTAS

Durante os depoimentos, as ginastas foram instigadas a destacar aspectos importantes na sua formação desportiva que possibilitaram, ou colaboraram, com suas conquistas, principalmente com a participação nos Jogos Olímpicos.

Esse tópico da pesquisa destaca-se como um registro das pessoas que alcançaram os mais altos resultados da GA no Brasil e podem, por meio de seus depoimentos, vir a colaborar para a formação de outras ginastas brasileiras, ou mesmo como um registro destes aspectos por elas destacados como realmente importantes, considerando o processo todo, traçando um perfil do contexto de sucesso construído.

O que eu acredito que tenha sido determinante para eu estar nos Jogos Olímpicos, em primeiro lugar meu técnico. Ele que fez tudo, ele que dava muita motivação para mim e para a equipe toda, ele confiava e acreditava na gente, era muito positivo. Tanto que a gente tinha mania de treinar, eu acho que isso só acontece quando se está feliz. E minha família apoio 100%, meus pais, minha irmã, meus irmãos, não tinham nenhum exagero em torcida, mas apoiavam, faziam tudo por mim. Chegava em casa e tinha gelinho, tinha comidinha, eu apagava no sofá mesmo, me botavam para dormir. [...] Então era um apoio de todo mundo. No ginásio mesmo era todo mundo torcendo um pelo outro. E desde essa época da Olimpíada, o meu marido, por exemplo, que é muito importante na parte de treinamento, porque eu treinei com ele desde novinha (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.15).

Eu acho que apesar de tudo, aqui no Brasil eu tive uma boa base, apesar de poucos recursos. Eu tive a Berenice que fez um trabalho bom de base. Quando eu cheguei aos Estados Unidos, lógico que é outro nível. Eu fui lá treinar com as melhores. Lá todo mundo já fazia “giro-gigante”, enquanto aqui todo mundo ainda fazia série de bater a barriga nas barras. Então o nível lá era outro. Mas eu tinha uma base boa para poder me preparar, para conseguir chegar lá e fazer esses outros elementos. Então isso foi muito importante na minha carreira. E lógico, o apoio dos meus pais. Se eles não tivessem bancado isso tudo, provavelmente teria ficado pelo caminho (TATIANA FIGUEIREDO, p.5).

Eu acho que o que foi determinante para ter chegado onde cheguei, além de participar de todos os eventos oficiais, eu acho que o treinamento. Forte! Eu acho que o treinamento forte é que deu condições de poder estar numa Olimpíada e até não fazer tão feio, de participar bem (LUISA PARENTE, p.16).

Acho que o que foi determinante para eu chegar à Olimpíada foi meu pai. Sem ele, eu acho que teria desistido já há muito tempo. Acho que o Anatóli, acho que a estrutura do Flamengo, a própria Georgette foi, o Casemiro. O Anatóli, Casemiro, Georgette, meu

pai, de treinadores eles foram determinantes. E a estrutura do Flamengo. A estrutura, talvez já da CBG de poder financiar os custos das passagens. Isso (SORAYA CARVALHO, p.17).

Eu acho que o que foi determinante na minha carreira, primeiro a minha determinação de competir, de gostar de fazer o que eu faço. Segundo, eu acho que a Georgette. Georgette, Ricardo, Casemiro, o Ernesto Garcia, que são os treinadores que me deram toda a estrutura de base do início da minha carreira. Foram pessoas muito importantes para mim. A Patrícia Turina também, que foi a minha primeira treinadora, assim, acho que foram pessoas muito importantes. E, passando essa fase que eu vim para a seleção permanente, já numa estrutura diferente, eu acho que o Oleg, a Iryna, a Nádia, a Confederação Brasileira de Ginástica, começando sempre apostando nas atletas. Eu acho que também foi um momento importante de cada uma de nós aqui. Os patrocinadores também, que acreditam na gente, continuam acreditando na gente, que dão o suporte para a gente, com o nosso salário. Então eu acho que toda estrutura é importante. Acho que minha família sempre foi uma família muito importante e continua sendo porque, a minha família, ela está comigo. Momentos bons e momentos ruins (DANIELE HYPÓLITO, p.14).

Eu acho que o quê influenciou essa mudança toda entre os mundiais, com certeza foram [...] duas coisas: investimento, se não tiver um dinheiro, um patrocínio, uma estrutura, não adianta. Hoje nós temos esse ginásio, que é onde a gente conseguiu a evolução total porque para ensinar precisa ter um técnico que ensine, mas para ensinar tem que ter um suporte básico. Então primeiramente eu acho que um ginásio básico de ginástica olímpica, depois um técnico que saiba ensinar, como foi a vinda dos ucranianos, que veio primeiro a Iryna, depois o Oleg e a Nádia então sem eles a gente não teria tido essa evolução, com certeza não! E depois um apoio fisioterapêutico, médico porque a partir daí você treina mais, você se desgasta mais, você tem mais lesões, mais esforço físico, então precisa recuperar mais; e um apoio psicológico que a gente teve durante quatro anos que foi o período das Olimpíadas de Sidney e Atenas, que foi também essencial para a gente se manter, se conhecer, saber as dificuldades, saber esperar, foram esses fatores os principais (CAMILA COMIN, p.4-5).

Essa evolução da ginástica em tão pouco tempo acho que se deve a muita coisa junto. Infra-estrutura, técnicos, tudo junto. Não adianta você ter um bom ginasta e você ter um péssimo técnico. Não adianta você ter um ótimo ginasta, um ótimo técnico, um péssimo lugar de treinamento. Então acho que tudo agregou. Acho que foi a união de tudo que veio junto. [...] O espaço de treinamento, a infra-estrutura que a gente teve, os técnicos, o querer do ginasta que importa muito para isso. Não adianta você ter técnico, infra-estrutura, tudo e o ginasta não querer também. Então tem que ter uma coisa... Na verdade tudo vai andar junto. Pronto, para ter um objetivo, todos têm um mesmo objetivo (DAIANE DOS SANTOS, p.13).

O que eu acho que foi determinante para eu conseguir chegar numa Olimpíada, uma coisa muito importante, foi a Iryna.

[...] As pessoas que sempre me ajudaram, que mais me ajudaram foram: a Inara que desde pequenininha me treinou e deu uma super força, acho que se não fosse ela também não teria conseguido, e a Iryna com certeza. A Iryna na questão de insistir, brigar, pegar no pé, e meus pais, acho que todo mundo ajuda. E também eu mesma na garra de querer (CAROLINE MOLINARI, p.7).

Acho que foi determinante para chegarmos neste nível foi a estrutura da aparelhagem que a gente tinha que era uma das melhores do mundo. Os treinadores que eram o Oleg Ostapenko que é dos melhores do mundo, que levou várias atletas olímpicas. Eu acho que... Tudo. Fisioterapia, Psicologia, Nutrição. Acho que cada um tinha uma coisinha que nos levou até lá. Se não tivesse Fisioterapia, a gente ia estar machucada. Se não tivesse Nutrição, a gente ia comer qualquer coisa. Então acho que cada um foi um apoio ali (ANA PAULA RODRIGUES, p.9). .

Sobre a evolução do Brasil tão rápida, eu acho que tudo influenciou um pouco. Tinha um pessoal que queria ajudar, tinha um pessoal que queria treinar. Então, juntou tudo e deu certo. Então, se continuar assim, cada um batalhando de um lado para melhorar mesmo, vão sempre ter resultados bons (LAÍS SOUZA, p.9).

Entre os aspectos destacados pelas ginastas como importantes para suas conquistas na modalidade, os técnicos foram citados unanimemente por todas as ginastas. Além disso, as condições de infra-estrutura oferecidas para os treinamentos, desde aparelhagem, patrocínios até fatores complementares (fisioterapia, nutricionista e psicólogo) foram também bastante mencionado pelas ginastas, tendo metade delas destacado também este aspecto. Três ginastas também destacam suas famílias e o próprio talento. O que vem ao encontro do depoimento de Soraya Carvalho, ao falar de um diferencial destas ginastas que conseguiram representar seu país nos JO: “O que diferencia as ginastas que eu conheci e que foram para Jogos Olímpicos, acho que talento. Esse não tem como tirar. Talento e a família. Assim como a da Luisa Parente, era muito presente. Deixava ela participar do esporte. [...] Então, acho que talento, família e treinador. Eu acho que isso diferencia as meninas que vão para uma Olimpíada e as que não vão (p.17).

3.4.14. ENCERRAMENTO DA CARREIRA DESPORTIVA COMO GINASTA

O encerramento da carreira desportiva é uma fase difícil, geralmente, pela decisão a ser tomada, pela mudança de vida, pelo cancelamento de patrocínios, pela falta dos amigos e do ambiente desportivo, ou seja, são inúmeros fatores que pesam no momento de tomar esse tipo de decisão.

Esse momento é uma fase de transição que também necessita de muitas adaptações na vida, talvez as mais extremas, após anos e anos de treinamento. Alguns dos fatores

que podem contribuir para esse encerramento são: “a idade, novos interesses emergentes, fadiga psicológica, dificuldades com a equipe técnica, resultados esportivos em declínio, problemas de contusão e saúde, o não ser selecionado para os jogos, dentre outros” (BRANDÃO, 2000, p.50).

Muitos estudos confirmam que ex-atletas passam por uma série de problemas e dificuldades no que diz respeito à adaptação para a vida depois do desporto. Brandão relata ainda sobre o estudo de Stambulova (1991) que, mostra em ordem decrescente de importância, as razões típicas para o término da carreira de atletas: ausência de perspectivas dentro da categoria, aparecimento de novos interesses, fadiga psicológica, relacionamento com os técnicos, decréscimo dos resultados, condições de saúde, doenças, contusões e suas conseqüências, exaustão física, idade, inter-relação com os dirigentes, inter-relações com familiares e inter-relações dentro da equipe.

As ginastas brasileiras, participantes de JO até 2004, que já encerraram sua carreira desportiva são: Cláudia Magalhães, Tatiana Figueiredo, Luisa Parente, Soraya Carvalho, Camila Comin, Caroline Molinari e Ana Paula Rodrigues, ginastas das três gerações destacadas neste estudo.

É interessante observar suas razões do encerramento e o processo de tomada de decisão:

Treinei até os 23 anos e 11 meses, eu tentei ir para o último campeonato mundial, que seria meu 5º, que foi no Canadá, e eu só não fui porque no campeonato brasileiro eu caí e me machuquei. [...] Aí no fim do ano decidi que não ia mais treinar, me recuperando, muita fisioterapia e tal e passei a ser a técnica do Flamengo, mirim e infantil. Como a minha carreira de ginástica terminou, a gente foi tentar o profissional, eu e meu marido, a mesma história da faculdade, treinamento até o máximo do máximo, a gente nunca queria parar de ser atleta até que chegou a hora e a gente virou professor mesmo (p.7-8). [...] Quando eu me aposentei, na véspera do mundial de 85 no campeonato brasileiro, que foi em Brasília, aquela lesão brava, para começar o ano de 86 e tentar me recuperar e voltar a ser uma ginasta de novo. Quantos anos eu tinha? 24, aí já tinha que encarar a realidade, chega! E eu tinha muita motivação para parar, porque o dia que eu parasse era o dia que eu ia casar, que já estava enrolando há seis anos. Então não foi uma dor assim, não sou mais ginasta. (CLÁUDIA MAGALHÃES, p.17).

Sobre o encerramento da carreira esportiva, no meu caso foi bacana, porque eu fiz a faculdade nos Estados Unidos. Então foram quatro anos de campeonatos universitários, não é aposentadoria, mas o objetivo é totalmente diferente. Você compete no universitário, mas o principal é a faculdade. Eu até cheguei a competir mais um Mundial, mas depois na mudança do ciclo olímpico eu desisti. Tinha que aprender novas séries obrigatórias.

Eu competi em 85, competi em 87. Eu fui para os Estados Unidos em 86 fazer a faculdade. Então, estando lá, ainda competi mais um Mundial e mais um Pan em 87. Aí depois eu parei.

Ainda depois fiquei lá e fiz mestrado. Foi muito bom. Para mim... Eu não senti muito essa coisa parar. Fiquei envolvida na Ginástica. Depois quando eu parei, esses dois anos em que eu fiz o mestrado, eu fui auxiliar técnica da equipe nos EUA. Então ainda tava envolvida com isso tudo. E continuo. Porque eu voltei, sou treinadora. Então, é como se você ainda estivesse com tudo isso. Não foi difícil a decisão de parar, não. Eu acho que já estava na época também. Porque tem uma hora que chega (risos). Eu quebrei o pé também. No meu último campeonato eu quebrei o pé, então isso também ajudou bastante (risos) (TATIANA FIGUEIREDO, p. 6-7).

Primeiro por saturação, fui me motivando a parar a Ginástica. E depois por falta de incentivo também. Já era difícil toda uma vida inteira pedindo patrocínio. Ainda no final de carreira vou continuar pedindo apoio, patrocínio. Alguém ajuda a Ginástica... monta aparelho. Mas acima de tudo você suporta tudo isso que eu falei, se você tem aquilo como prioridade na sua vida. E aí já não era mais. Estava terminando a faculdade, tinha já namorado. Então você já começa a dividir sua atenção. E você não se dedica tanto, e você já não tem aquilo como prioridade. Então eu parei. Fui competir ainda o campeonato do interior de São Paulo, participei lá, assim foi um encerramento extra-oficial (LUISA PARENTE, p. 10-11).

Depois da Olimpíada era para eu voltar para o Flamengo. Mas assim... não dava. Eu não tinha nem clima. Meus pais brigaram muito. E eu acabei ficando em Brasília. Fiquei uns dez meses treinando em Brasília e aí parei. Eu tentei voltar várias vezes, mas não consegui. Eu engordei muito, muito. Engordei uns catorze quilos depois que eu parei e aí era muito difícil voltar a treinar, muito difícil de aceitar você com esse corpo. Porque, é tão valorizado o corpo na ginástica, que qualquer coisa fora é inadequada (SORAYA CARVALHO, p.15-16).

Para mim a minha vida terminaria ali, como se o mundo acabasse no ano 2000. Então eu falei: não espera, o que eu vou fazer? Então foi o vestibular. O que vou fazer da minha vida na ginástica? Então foi onde eu tive que pesar, minha família pensava: a Camila foi atleta e atleta já acabou, você vai ser o quê? Eu nunca tinha pensado no que eu ia ser, aí eu falei: eu quero ser técnica! Então vou fazer Educação Física, estudar de manhã, de tarde ou de noite? Foi onde a Carol (Caroline Molinari) parou. Eu falei: será que eu continuo, será que eu paro? Eu quis continuar (p.9).

[...] Parece que ainda tinha uma coisa que me motivava a ir para o ginásio. Então eu fui para Atenas, quando eu voltei de Atenas em 2004 o que me motivava era o dinheiro, que eu tinha um patrocínio bom, eu já podia me sustentar. [...] Então o que me motivava, eu gostava de fazer ginástica, mas o que motivava era o dinheiro e não mais o objetivo de ir para mais uma Olimpíada e daí passou 2005, 2006, só em 2006 eu falei, bom acho que meu objetivo já está cumprido. [...] Eu quero continuar treinando? Acho que não. Eu posso ter mais um ano, dois anos de sucesso, posso, mas é meio incerto. Se eu demorar mais dois anos para acordar, eu podia já ter uma família porque tempo para namorar não tem, tempo para amigos não tem. Não é que não tem, a gente acha tempo para tudo, mas o tempo é curto, as condições são pequenas, então quando todo mundo pode você não pode, enquanto todo mundo se diverte você se priva, então é uma vida de muita privação, mas eu fiz a opção de ser isso. [...] Eu faria tudo de novo desde o começo, eu choraria todos os dias que eu tinha dor, passaria por todas as dificuldades, tudo, porque eu queria, então ninguém me obrigou fazer e a passar por tudo que eu passei, então eu acho que quando a gente decide fazer alguma coisa é da pessoa mesmo, não tem dinheiro que pague. Mas a partir do momento que você fala: dinheiro é o que eu quero, é o suficiente para mim. Eu quero muito mais do que isso, quero abrir muito mais, se eu tenho uma porta aberta eu quero três portas abertas, então dentro da ginástica eu achava que isso já não seria tanto, eu não teria tanto sucesso quanto fora, foi onde eu falei,

cheguei e falei para Eliane Martins (coordenadora da seleção brasileira da CBG) no começo do ano 2006 (CAMILA COMIN, p.20-21).

Foi bem difícil tomar a decisão de parar de treinar. Na verdade era assim, lá em Atenas sempre a gente teve treinos tão exaustivos e essa cobrança de peso, essa cobrança de acertar, de perfeição, dá um estresse muito grande, você começa a ficar saturada, já tinha passado na minha cabeça: mundial e aí eu queria parar já. Eu acho que isso aconteceu com todo mundo, a gente ficou com overtraining, porque a gente treinou demais, aí estava todo mundo exausto, não queria mais nada. Aí veio a idade de mocidade de querer ir na balada, sair, e a gente não podia, então entra em conflito tudo e todas nós ficávamos reclamando. Na Olimpíada eu pensei comigo: “ah, já fiz essa ‘porcaria’ aqui mesmo, chega!”. Pensei assim. Daí eu estava com problema na canela (fratura por estresse), e pensei: meu Deus do céu e agora? Vamos ver o que vai dar. Voltei e ainda treinei um pouquinho, mas eu já nem treinava muito por causa da minha perna e conseqüentemente por causa do remédio que eu tomei para canela (cápsulas de cálcio), eu fiquei com cálculo renal [...] e eu tinha muita dor, cólica renal e não conseguia treinar mais. Eu já estava com vontade de parar mesmo, e meio que juntou tudo. Eu ainda treinei final de 2004, voltei em 2005 gorda, tinha que emagrecer uns 3 kg. Mas sabe quando não estava com aquele empenho para emagrecer? Aí fiquei pensando: “será que faço ou não faço”. Então eu tive que fazer um procedimento no rim, para eliminar as pedras porque tinham 12, eram muitas! E quando eu fazia, eu ficava uma semana sem treinar, bem chatinha uma sessão. Depois minha pedra melhorou mas eu estava com peso acima e com esse negócio do rim, eu falei: “quer saber, chega”! Foi super difícil a decisão porque você pensa no teu salário, você pensa nas coisas que você vai deixar de ter, nas viagens que você vai deixar de fazer, é uma vida inteira treinando que você vai abrir mão. É bem difícil tomar essa decisão mas aí eu falei: “eu já fui para Olimpíada, ficar até mais uma Olimpíada eu acho que eu não agüento, no caso até 2008. Eu falei: “acho que não vou conseguir, vou parar por aqui”. A Eliane estava viajando, aí fui lá, conversei com a Iryna, foi eu e meu pai. Na minha casa ninguém queria que eu parasse porque tem o salário e mais um monte de coisas e mais pelo salário que é uma coisa para mim. E parei de treinar. Fui lá, falei com a Iryna e foi uma choradeira, todo mundo ficou triste. Mas eu não me arrependo, eu acho que parei na hora certa. Eu parei em fevereiro, 14/02 de 2005 (CAROLINE MOLINARI, p.8-9).

Em 2006 eu comecei também o ano assim... fui levando. Chegou, começou fevereiro eu estava desanimada, comecei a engordar, estava difícil, complicado. O Oleg começou a me chamar à atenção, eu fui desanimando assim, não sei. Acho que já tinha dado o meu limite assim, sabe? Eu peguei, chamei a Eliane, conversei com ela. Ela falou: pense bem porque a gente esse ano tem o Mundial. Eu vim para casa, eu pensei bem e eu falei: Ah! Como eu já estava desanimada, chorando nos treinos. Eu cheguei para Eliane e falei: olha Eliane eu não quero mesmo, porque eu posso influenciar as meninas por esse meu desânimo. Eu falei que ainda estava com muitas dores, sempre tinha machucado o pé. Sempre tive fratura no pé. Quase todo ano eu tinha aquela fraturinha assim por estresse. Mas ia levando. Dores no ombro, já estavam me cansando assim essas dores. E eu cheguei, falei para ela que eu não queria mais mesmo. Eu estava engordando, estava ficando mais difícil, e eu não estava com vontade assim. Eu peguei e falei com ela e ela falou então está bom. Eu agradei, lógico, por tudo (ANA PAULA RODRIGUES, p.3).

Entre as ginastas deste estudo que encerraram suas carreiras, é difícil identificar apenas um aspecto que determinou o encerramento de suas vidas de atletas, mas sim fatores que somados colaboraram para tal. Em quatro ginastas é possível identificar exaustão física e

psicológica, que é o caso de Soraya Carvalho, Caroline Molinari, Luisa Parente e Ana Paula Rodrigues. Lesões também colaboraram para algumas ginastas como: Soraya Carvalho, Cláudia Magalhães, Caroline Molinari, e Ana Paula Rodrigues. Não suportar mais as dores frequentes, caso de Ana Paula Rodrigues e alguma doença, como é o caso de Caroline Molinari com cálculos renais. Cláudia, Luisa e Tatiana também tinham outros interesses que começavam a surgir em suas vidas que reforçaram a decisão. E Luisa Parente ainda menciona a falta de apoio, pois cansou de ficar pedindo auxílio e patrocínios para sobreviver no desporto.

Segundo Brandão (2000), em mulheres, o aspecto que mais influencia a decisão de encerramento da carreira desportiva é a existência de novos interesses, que foi também detectado nesta pesquisa, mas não como principal aspecto, sendo para estas ginastas a exaustão física e psicológica o principal aspecto.

Com o término dos treinamentos, as ginastas sentiram mudanças significativas em suas vidas que, em alguns casos, foram amenizadas pelo contato com a GA por meio da vida como professoras da modalidade, como é o caso de Caroline, Cláudia, Tatiana e Luisa, o que facilitou essa transição. Algumas ginastas abordam mais detalhes sobre essa transição, por possivelmente este fato ter sido bastante marcante em suas vidas:

Depois da ginástica tivemos problema. Um problema que é uma coisa que tem que ser enfrentada até como questão de política pública porque eu entendo assim também. A transição, a questão de você encerrar uma carreira que você a vida inteira se dedicou e depois você vai fazer o quê? No caso eu já tinha até duas áreas para atuar: Educação Física e Direito. Sendo que a Educação Física, a própria Educação Física eu tinha escolhido como um complemento teórico do que eu tinha feito na prática, então eu não saberia se eu ia realmente ser uma boa professora. Eu tinha essas dúvidas e então essa fase de transição, eu me lembro: era sofá, televisão, comida, então engorda-se. E você fica assim: e agora? O quê que eu vou fazer? E agora? A vida inteira eu fiz Ginástica, mas e agora? (risos). E é aquela história, você querendo saber para qual lado ir. E olha que eu tinha duas frentes. Mas aos poucos fui me dedicando às duas áreas, até fui vendo que eu também tinha outras competências, digamos assim, que poderiam me salvar, que eu não sabia só fazer Ginástica. Que eu também sabia viver, que eu também sabia namorar, sair, que eu também sabia ser gente normal, de vestir uma roupa e enfim, a minha mãe que reclamava, e brincava: “minha filha, toda roupa social que você veste, você experimenta para ver se vai rasgar. Você não vai fazer Ginástica com essa roupa, você vai só para uma festa, mas é que era tudo tão incutido (LUISA PARENTE, p.20).

Você é muito formada ali na parte técnica apenas, tanto que quando eu saí da ginástica, eu me senti meio fora. As pessoas eram muito adiantadas, eu tive que correr atrás na parte de estudo, na parte de conhecimento geral, eu não sabia: “ah, o cantor tal”, eu dizia: “que cantor? Eu nem sei o que é isso!”. Você vive outra coisa.

O encerramento da carreira esportiva foi difícil. Passei uns dois anos meio mal. Porque de você não ter mais um local que é seu. E você tenta resgatar aquilo. Eu tentei várias vezes voltar para a ginástica. E não era voltar para a ginástica. Eu acho que no fundo não

era isso. Eu não queria voltar a treinar e competir. Eu queria resgatar aquela vida que eu tinha, que era onde eu me identificava, onde eu vivi até então. Fiquei dezoito anos num negocio e de repente você vai para um outro ambiente, você aceitar que você não é mais aquela pessoa, que não tem mais todas aquelas pessoas que estavam ali com você, é muito difícil parar. Muito difícil (SORAYA CARVALHO, p.18-19).

Minha rotina mudou totalmente, antes eu acordava ia treinar, ficava lá. Até as duas primeiras semanas eu falava: “meu Deus o que eu faço agora?”. Não tinha o que fazer, você acordava e falava: “collant?”. Não precisava pôr collant, era muito estranho, eu ficava até meio perdida. Mas quando a Eliane me chamou para trabalhar lá, nossa, parece que me achei de novo e ficou tudo normal. Agora eu posso sair, posso comer o que eu quiser. Continuei com a parte boa da ginástica, só a parte ruim que mudou. Eu sinto falta de treinar às vezes. No primeiro ano que parei eu não queria ver ginástica nem na TV, uma coisa muito estranha, minha mãe falava: “Carol está passando ginástica”, eu falava: “não quero ver”. As copas do mundo eu não assistia, as reportagens não via, acho que porque era muito recente, agora já está tranquilo.

Eu parei de repente. Fui para Olimpíada e parei. É até perigoso, dar um surto na cabeça (CAROLINE MOLINARI, p.10).

Ah! Nos primeiros meses assim foi um pouco difícil, porque, sempre a mesma rotina, sempre, todo dia estava lá com elas, com as amigas, tudo. [...] Mas aí depois eu já consegui um estágio numa academia. Já fui me distraíndo mais. Eu não fui pensando tanto. Foi bem legal. Só saudades das meninas mesmo e do pessoal lá da Ginástica que foi mais complicado. Mas o resto foi fácil assim (p.3-4).

[...] Eu saí em 2006 e no final de 2005 eu já estava pensando em sair. Mas é difícil você chegar e falar não quero mais. Porque eu nunca tive essa experiência de ficar sem treinar, eu nunca pensei. Na época que eu estava saindo eu recebia mais, a gente tinha mais patrocínios e eu acho que a gente vê a diferença pelo salário, lógico. Mas como eu disse, eu acho que o dinheiro não leva a nada, se a gente não é feliz (ANA PAULA RODRIGUES, p.11).

A vida de muitos anos dentro de um ginásio afasta-as de outra vida vivida externamente ao ginásio. Bortoleto (2004), em estudo antropológico dos ginastas espanhóis de alto nível, expõe a fala de um atleta que comenta que o ginásio é como se fosse uma bolha, onde se desconecta do mundo. O autor relata ainda que esta fala do ginasta demonstra “de forma metafórica que existe uma ‘vida’ dentro do ginásio que se desenvolve de forma paralela, distinta da vida exterior à esta sala, de certo modo ‘confinando’ estas pessoas em outro ‘mundo’, uma realidade com traços muito particulares” (p.325).

Segundo o mesmo autor:

o profundo vínculo que estas pessoas estabelecem com o grupo e com o ginásio, faz com que muito que abandonam esta realidade e continuem visitando a sala sem esconder que o final da carreira é um momento muito complicado e difícil de digerir, dado que grande parte da memória de suas vidas faz referência ao que viveram unicamente no interior daquela sala (p.398).

Além de aspectos psicológicos relacionados à essa mudança na vida do atleta, há também a possibilidade de problemas relacionados à diminuição brusca da carga de treino, sendo o adequado uma diminuição gradativa dos treinamentos. Segundo Smoleuskiy e Gaverdouskiy (1996), “a finalização brusca dos treinamentos influencia negativamente no estado de saúde, assim como um aumento brusco de cargas” (p.42).

Das ginastas deste estudo, Ana Paula Rodrigues e Caroline Molinari pararam bruscamente, sem uma diminuição das cargas de treinamentos. Treinavam para campeonatos mundiais, faziam parte da seleção brasileira e, de repente, resolveram parar, influenciadas pelos aspectos citados anteriormente. As outras ginastas mesmo que por acaso, não com este objetivo de destreinamento, continuaram seus treinamentos, algumas fazendo parte inclusive da seleção brasileira, o que se caracteriza como etapa de manutenção dos resultados, ou encerramento da carreira desportiva, de acordo com Zakharov e Gomes (2003).

Assim como foi visto na revisão de literatura, esse é um período em que muitas continuam para ajudar suas equipes se ainda não há uma nova geração formada para continuar a defender sua entidade. Além disso, pode ser um rico momento de trocas de experiências entre a ginasta mais experiente e a nova geração que está iniciando em campeonatos de alto nível, como aconteceu com Camila Comin, quando decidiu parar e foi convidada a completar a equipe no CM por mais um ano:

Então foi mais ou menos isso o que aconteceu. A Eliane falou: “Camila a situação é a seguinte, nós temos um campeonato mundial classificatório adulto que só pode ser competido por meninas de tal idade a tal idade, quantas meninas nós temos: você, a Daiane, a Daniele, a Laís, a Roberta, a Bruna e a Juliana. Sete. A vaga é de quanto? Seis. Se você sair a gente só vai ter seis. Quantas meninas experientes nós temos? A Daiane, a Daniele e a Laís. Quantas novas? Três. É impossível! A gente não pode ir com essa incerteza de três meninas novas, você tem uma experiência. Agora se você sair, não tem opção. O que você precisa para ser motivada a ficar mais um ano e competir no campeonato mundial?”. Porque eu gosto de ginástica se você perguntar para mim eu ficaria mais vinte anos, o resto da minha vida fazendo ginástica, mas não dá, o corpo já não obedece, uma série de fatores que não dá, tem uma hora que a Daiane vai parar, a Daniele vai parar, então essa é a hora que eu achei que eu deveria parar, então foi onde eu falei: eu fico até o mundial, vou competir 100%, não vou relaxar em nenhum momento. Só porque eu vou parar que eu vou fazer corpo mole, só porque eu vou parar eu não vou todos os dias, então eu me dediquei a mesma coisa até o campeonato mundial. Então eu já fui preparando não só a minha cabeça mas a cabeça do pessoal lá da CBG, quanto a minha família, então foi um ano trabalhando: é isso que eu quero? Não, vou voltar para trás, acho que eu vou continuar mais até Pequim, não é até o mundial. Então foi um ano trabalhando minha cabeça (p.21-22).

Tatiana continuou treinando em ritmo mais fraco na universidade norte-americana em que foi estudar, Cláudia continuou treinando mais sete anos após a sua participação nos JO, mas não mais disputando vagas para a Olimpíada, o que já se caracterizava com um certo destreinamento também e Luisa Parente após seu encerramento foi convidada a completar a equipe brasileira nos Jogos Pan-americanos de 1995, com o mesmo propósito, citado anteriormente, de passar sua experiência até que outras ginastas pudessem dar sua contribuição:

E quando eu já estava parada, me chamaram para voltar e participar do último Pan-americano de 95. Eu tive que emagrecer, porque existe essa situação das ginastas que dessa fase de encerramento, de transição. E que mal ou bem, mais ou menos até que houve um certo destreino porque eu estava lá ainda, graças ao Campeonato Aberto do interior de São Paulo, porque senão eu teria parado e pronto: ponto final. E no entanto, consegui ficar. [...] Ainda fui para Mar del Plata no Pan-americano, 3º Pan. Encerrei oficialmente minha carreira lá. Depois ainda, fiz alguma coisinha, mas nada relevante, já não fazia mais. Nesse último Pan não teve nada muito concreto. Eu só ajudei a equipe. Mas também não foi suficiente, o possível para ganhar medalha de bronze, nem nada (p.10-11). [...] Foi um início de mudança da perspectiva de que você não é obrigado a ser o campeão para poder estar contribuindo para o esporte do seu país. Então eu tinha essa convicção de que o fato de eu não ter medalha no Pan de 95, não me traria problemas. Eu não ficaria frustrada, nem nada, porque só o fato de eu estar fazendo Ginástica, já me deixava feliz. Então é uma forma de valorizar: essa pessoa já foi importante. Ela foi medalha de ouro. E veio contribuir com a equipe. Não era mais a estrela da companhia, mas ainda veio dar aqui o seu valor. E isso foi muito bacana. Eu gostei muito de ter participado desses Jogos Pan-americanos dessa forma. E nunca ninguém me questionou se eu não ganhei medalha (LUISA PARENTE, p.19).

Devido à necessidade de auxiliar os atletas que dedicaram suas vidas ao desporto, representando um nação, alguns países como Austrália, Inglaterra, Estados Unidos, Holanda, Canadá e Bélgica, entre outros, desenvolvem programas para essa transição de carreira para atletas, mencionam a necessidade de ajuda tanto financeira como psicológica durante o período de transição (BRANDÃO, 2000; ENGLISH INSTITUTE OF SPORT, 2008).

Após essa fase de encerramento da carreira desportiva, as ginastas caminharam para a área da Educação Física, mais especificamente com a própria GA. Todas as ginastas desta pesquisa cursaram ou cursam Educação Física, e duas têm mestrados na área: Tatiana Figueiredo, na área de promoção da saúde e Soraya Carvalho, com a dissertação sobre o discurso midiático da GA. Luisa Parente cursou também Direito, área que exerceu relacionando com a Educação Física no Conselho Regional de Educação Física. Apenas Laís Souza, em sua entrevista ainda não estava cursando Educação Física, mas era o curso que pretendia fazer posteriormente.

Cláudia Magalhães, Tatiana Figueiredo e Soraya Carvalho trabalharam como técnicas de GA logo após o encerramento de suas carreiras e depois mudaram seus focos, sendo Cláudia proprietária de uma academia de condicionamento físico nos EUA, Tatiana proprietária de uma academia de GA e Trampolim acrobático que leva seu nome no Rio de Janeiro, tendo como foco principal o treinamento em Trampolim e apenas iniciação em GA e Soraya Carvalho atualmente trabalha no COB na cidade do Rio de Janeiro, no programa Solidariedade Olímpica. Apenas Caroline Molinari trabalha ainda como técnica de GA, mais especificamente com as categorias de base do APCEF (Associação do Pessoal da Caixa Econômica Federal), sediado no mesmo local do Centro de Excelência em GA em Curitiba.

Luisa Parente possui uma empresa que oferece aulas de GA em escolas e outras instituições interessadas, gerando os Centros Luisa Parente de GA, também na cidade do Rio de Janeiro. Ana Paula é estagiária de Educação Física em academia de condicionamento físico em Curitiba e Camila Comin trabalha como artista do Cirque de Soleil nos EUA.

Cláudia Magalhães é casada e tem três filhos, Tatiana Figueiredo e Luisa Parente também são casadas e têm um casal de filhos cada uma. As outras ginastas não são casadas e não possuem filhos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a apresentação e discussão dos dados de 14 tópicos de análise, é possível ter um panorama da formação desportiva das representantes brasileiras na Ginástica Artística feminina em Jogos Olímpicos e despertar reflexões na direção desta formação, não apenas nos tópicos de análise, mas como em todo o texto. Alguns tópicos puderam ser discutidos mais profundamente com a literatura, mas outros, pelas referências insuficientes, têm sua importância pelo registro inédito e poderão ser base para futuras discussões.

Durante os 24 anos de participações brasileiras em JO estudados nesta tese, algumas questões ficam mais nítidas, como a evolução técnica e de resultados da GAF brasileira perante a comunidade internacional, já divulgada pela mídia, mas aqui exposta com dados concretos desta evolução.

Além disso, há também a clareza das dificuldades e entraves relacionados à ginástica artística brasileira nas diversas regiões do Brasil, que não retrata e nem se aproxima da organização e do apoio oferecido à seleção brasileira de GAF. Esses problemas, que revelam concentração de desenvolvimento da modalidade em um único local e com determinadas pessoas, ficam evidentes quando se expõem no texto os dados, não apenas do Brasil, mas de outras potências mundiais e suas organizações desportivas, para compará-los com a realidade brasileira. Algumas reflexões serão destacadas no encerramento desta tese, com o propósito de contribuir para as discussões sobre o desenvolvimento e aperfeiçoamento da ginástica no Brasil.

Número de ginastas adultas de elite próximo ao número de ginastas necessário para compor a seleção brasileira, sem reservas do mesmo nível técnico, o que deixa os técnicos sem escolha. Não há renovação suficiente, as mesmas ginastas permanecem durante vários ciclos olímpicos, já bastante lesionadas, mas ainda representando seu país até que outra ginasta seja formada no mesmo nível. Citando os dados de um dos países apresentados anteriormente, nos EUA há duas equipes de elite com 24 ginastas cada, uma júnior e outra sênior²⁰², além de outras 400 ginastas que competem no campeonato nacional júnior e disputam estas vagas. O Brasil, no ano de 2008, somando-se todas as categorias (pré-infantil, infantil, juvenil e adulto) teve 146

²⁰² Poderíamos relacionar essa nomenclatura como juvenil e adulto, no Brasil.

ginastas em campeonatos brasileiros, o que representa 36,5% de apenas uma categoria de ginastas norte-americanas.

Concentração de ginastas nas Regiões Sul e Sudeste: após 30 anos de fundação da CBG ainda permanecem os Estados destas Regiões brasileiras não apenas como destaque, mas como únicos participantes na maioria das vezes, como já foi mencionado anteriormente. Além disso, com a máxima possibilidade de 27 federações estaduais (26 Estados mais o Distrito Federal) e com 18 federações existentes, alguns Estados não só não possuem representantes nos principais campeonatos, como também não têm entidades filiadas apesar de haver a Federação Estadual de Ginástica, como é o caso de Alagoas e Roraima. Interessante pensar que essas federações existem já há alguns anos e, no entanto, ainda não conseguiram mobilizar as instituições de seus Estados para promover a modalidade e filiar-se à entidade, ou ter ginastas de nível para participar ao menos em campeonatos de massificação. Logicamente, esse tipo de problema também envolve a política regional de cada Estado, mas que pode ser promovida e incentivada pelas federações estaduais. Não é, portanto, difícil pensar que estas regiões precisam ter um incentivo para o desenvolvimento da ginástica, com capacitação de técnicos e condições materiais para que estes possam desenvolver um bom trabalho desde o início em seus estados.

Grigoryants (2004) expondo problemas atuais na ginástica russa retrata que as regiões da Rússia foram completamente esquecidas, depois que se concentrou todos os ginastas no mesmo local e sob os olhos de uma mesma pessoa e aponta que é necessário começar por desenvolver a ginástica nas pequenas cidades, e com independência para o trabalho dos técnicos.

O mesmo acontece no Brasil com a centralização das ginastas em Curitiba. O conhecimento ficou centralizado e privilegia apenas os profissionais do Centro de Excelência, concentrando ainda mais a ginástica nas mesmas regiões.

Capacitação dos técnicos do país: com os resultados obtidos com os técnicos ucranianos e os depoimentos das ginastas sobre a diferença de treinamento destes técnicos e da falta de experiência dos técnicos brasileiros, é possível apontar a falta de capacitação dos técnicos brasileiros. A permanência dos mesmos no Brasil durante quase 10 anos não contribuiu para promover uma melhor capacitação dos técnicos brasileiros. Como o Brasil é um país novo na GA, faz-se necessário que estes técnicos experientes de países renomados na modalidade venham e auxiliem o país no desenvolvimento da modalidade. Isso ocorreu parcialmente, pois eles auxiliaram somente a seleção brasileira a se desenvolver, ensinando apenas os técnicos que dela

fazem parte e não disseminando mais amplamente o precioso conhecimento acumulado durante anos, ao qual todos gostariam de ter tido acesso.

No depoimento das ginastas desde a sua iniciação na GA é possível verificar a falta de organização desportiva brasileira, que conta com a sorte desde a descoberta de talentos desportivos e espera que tenham uma formação desportiva e cheguem ao Campeonato Brasileiro adulto com um nível técnico que permita representar o Brasil em CM. Como esse método foi utilizado durante anos, nas gerações de ginastas pioneiras e de transição, e não teve sucesso na representação brasileira internacional, resolveu-se na última década, importar um sistema ucraniano que formou muitas ginastas campeãs olímpicas, evidenciando ainda mais as falhas na formação de nossos técnicos.

Os técnicos ucranianos desde que chegaram reclamam das falhas técnicas na formação das ginastas brasileiras, como mencionado anteriormente em reportagem da Folha de São Paulo, com a fala do técnico Oleg Ostapenko, e da necessidade dos técnicos e ginastas perderem, às vezes, anos para corrigirem esses problemas para que a ginasta possa evoluir. Mas sem a adequada e contínua capacitação, as ginastas continuarão a chegar à seleção brasileira com os mesmos erros técnicos, pois os técnicos desenvolvem o trabalho de base da mesma forma, ou seja, sem mudanças profundas.

A ginasta Laís Souza, em depoimento citado anteriormente, ressalta que sofreu muito para corrigir problemas da base quando começou a treinar com os ucranianos, o que revela que mesmo os técnicos com resultados nacionais de destaque, como os treinadores de Laís, ainda possuíam falhas técnicas em seus ensinamentos que dificultaram o desenvolvimento das ginastas durante a sua carreira. Isto acontece com a maioria dos técnicos brasileiros, senão com todos que, conscientes dessa situação, estão sempre ansiosos por novas dicas, detalhes, orientações que possam ser adquiridas em cursos, ou com outros técnicos estrangeiros que estejam no país, ou em intercâmbios com outros países. Caroline Molinari e Camila Comin, em seus depoimentos também falam que os técnicos anteriores não exploravam suficientemente suas potencialidades, pois em um ano treinando com a técnica Iryna Ilyashenko, ambas evoluíram significativamente, tanto na exigência técnica da execução dos exercícios, como no nível de dificuldade.

Como foi abordado anteriormente, segundo Públio (2005), o último registro de curso de capacitação continuado de técnicos oferecido no Brasil foi realizado em 1973, em

parceria com o MEC, com o objetivo de capacitar técnicos para atuarem nos Jogos Escolares Brasileiros.

Mas, mais curioso é o fato da aplicação de recursos da Lei Agnelo/Piva, em relatório da CBG ao COB, relativo aos anos de 2006-2007, não ter registrado absolutamente nenhum investimento na área de recursos humanos, que poderia desenvolver cursos de capacitação de treinadores brasileiros como parte do orçamento da CBG.

Recentemente, houve uma iniciativa de curso técnico no Brasil, que faz parte de um programa de capacitação da FIG, mas infelizmente oferecido apenas para poucos técnicos brasileiros convidados pela CBG, não aberto à maioria dos técnicos brasileiros.

Nunomura (2001), em sua tese de doutorado sobre a formação do técnico de GA, sugere a exigência de uma certificação, assim como acontece em outros países e aborda também o assunto sobre a falta de capacitação no Brasil:

Diante dos problemas enfrentados com a formação de profissionais não houve, até o momento, nenhuma iniciativa por parte da Confederação ou das Federações de Ginástica em se criar cursos para formação dos nossos técnicos. Parte desta responsabilidade também compete a estes órgãos, que devem primar pela qualidade dos serviços prestados neste setor.

A vinda de técnicos de várias partes do mundo também não resolveu o problema, uma vez que não houve uma intenção de se disseminar o conhecimento e a experiência desses técnicos, ficando restrito apenas àquelas instituições que puderam custear a sua estada no país (p.45).

A mesma autora ainda ressalta que “importar técnicos resolve o problema momentâneo e particular da instituição porque eles não estão preparados para trabalhar na formação de novos técnicos” (p.153). Além disso, muitas vezes não estão abertos a novas experiências e adaptações de seus trabalhos para outras culturas.

Sugere-se, neste caso, a aproximação entre os centros de pesquisa e as entidades desportivas para que os esforços para a capacitação de técnicos da modalidade no Brasil sejam somados, reunindo profissionais capacitados para a formação de novos técnicos.

Outro fato de destaque levantado neste estudo e que tem sido tratado por diferentes autores desde os princípios do sistema contemporâneo da preparação desportiva, é a questão das tradições fazerem parte dos treinamentos desportivos com um poder, muitas vezes, maior do que as próprias pesquisas e comprovações científicas. Pelos depoimentos das ginastas foi possível levantar esta discussão, pois nos treinamentos dos técnicos ucranianos, que seguem

as orientações de sua nação de origem para formarem atletas campeões, não deve ter sido refletido sobre evidências científicas básicas como a proibição da ingestão de água adequada. Este tipo de atitude, não garante a reposição de líquidos suficiente, atrapalha na própria recuperação das atletas, desencadeando retenção de líquido no organismo e podendo causar, como já aconteceu com Caroline Molinari e Laís Souza, cálculos renais. Atualmente há suficientes comprovações científicas que contra-indicam essa prática, adotada inexplicavelmente pelos técnicos ucranianos sob a alegação, de acordo com o que foi colhido nos relatos, que haveria aumento do peso corporal das ginastas.

O interessante é pensar que existe uma comissão de profissionais da saúde com médico, fisioterapeuta e nutricionista que devem orientar as ginastas a partir das evidências científicas, mas a tradição e os status dos técnicos devem fazer com que suas ordens prevaleçam acima desses profissionais, que com certeza não proibiriam a reposição de líquido adequada, relata por várias ginastas.

Bortoleto (2004) também observa o predomínio de tradições nos treinamentos de ginastas espanhóis ao dizer:

Depois de muitos anos de pura repetição, este estilo de formação também ofusca a espontaneidade e a capacidade de criação dos ginastas e dos treinadores, pois a dinâmica de treino quase não sofre modificações. A maior parte do tempo, a tradição parece ganhar o combate à inovação (p.390).

Outro apontamento a ser discutido é a centralização de poder e decisões sempre nas mesmas e poucas pessoas. Obviamente, uma ou duas pessoas não podem dar conta dos vários níveis e modalidades de ginástica em um país como o Brasil, o que impossibilita o crescimento da ginástica como um todo. Grigoryants (2008) relata o mesmo problema levantado na Rússia, onde os técnicos mais jovens, que foram grandes ginastas, com competência para cargos tanto técnicos como administrativos, reclamam do acúmulo de funções em poucas pessoas na Rússia, e da centralização do desenvolvimento da GA apenas em algumas regiões do país, onde os atletas se concentram.

Existem vários estudos finalizados e outros sendo realizados nas universidades brasileiras, sobre o desenvolvimento da ginástica de base, sobre a certificação de cursos de capacitação técnica, entre outros assuntos, que já foram discutidos, pensados, confrontados com

outros países e que não têm a oportunidade de serem colocados em prática pela centralização das decisões sempre nas mesmas pessoas. Muitos projetos já estão prontos para serem desenvolvidos, no entanto, as pessoas perdem tempo querendo inventar o que já foi estudado durante anos nas universidades. O distanciamento das federações estaduais e da CBG das universidades não soma forças para o crescimento da ginástica brasileira.

Sugere-se, portanto, o estreitamento das relações entre os centros de pesquisa e as entidades desportivas a fim de conduzir esforços direcionados para o aprimoramento da ginástica artística brasileira.

O que é possível notar após verificar os estudos relacionados ao treinamento desportivo, as experiências publicadas de outros países e os depoimentos das ginastas brasileiras é que, independente do que a ciência propõe, muitos técnicos estão trabalhando para cumprir as exigências impostas pelas organizações desportivas. Principalmente na questão de recuperação aos treinamentos, se seguissem o que a ciência propõe talvez houvesse menos lesões, mas não se teria as dificuldades técnicas suficientes para os tão almejados pódios. O que se tem feito para atingir as dificuldades necessárias, impostas pelo código de pontuação elaborado pela FIG, é um ritmo forte de treinamento, que tem conduzido aos diversos problemas de lesões e overtraining, enfrentados inclusive, ou principalmente, pelas grandes potências mundiais da modalidade.

A ex-URSS, China, Romênia, EUA, ou seja, países que durante anos formaram muitas ginastas campeãs, muitas vezes utilizaram-se de treinamentos que geraram muitas lesões, mas como o número de ginastas sempre foi muito grande nestes lugares, algumas “sobreviviam” aos métodos aplicados. Atualmente esses sistemas foram levados para países que não possuem o mesmo número de atletas que a ex-URSS ou a China, como é o caso do Brasil, e têm encontrado problemas com a questão do excesso de lesões nas poucas ginastas existentes, fato que remete à questão da relação possivelmente inadequada entre a carga de treino à que são submetidas as ginastas e a sua recuperação.

A própria característica da GA de movimentos baseados na potência alática, não condiz com o número de repetições e o número de horas de treinamento seguidas. Dificulta-se a reprodução de exercícios com a máxima ou necessária potência após horas de treinamentos exaustivos. Segundo Issurin (2007), desde a década de 80, muitos princípios da tradicional teoria de periodização têm sido discutidos, seguindo uma nova tendência no desporto mundial. Um dos

principais fatores que afetam essa reforma é o aumento no número de competições e performances desportivas e a redução do volume total da carga de treinamento.

Essa redução do volume de carga de treinamento tem sido desenvolvida em diferentes modalidades e países. Segundo Bondarchuk (2007), citado por Issurin (2007), existe uma tendência similar notada em desportos como lançamento de martelo, disco e arremesso de peso, com cerca de 120 a 150 lançamentos por sessão e atualmente passando para 30 lançamentos por sessão.

Todos os dias as ginastas treinam com impacto e séries nos aparelhos, e não há tempo suficiente para recuperação da carga imposta ao aparelho locomotor o que, a médio prazo, gera fraturas por estresse e outras lesões crônicas, como foi visto nos depoimentos de várias ginastas

Sugere-se que seria adequado que esse aspecto do sistema de treinos fosse revisado, a fim de garantir a integridade física das atletas.

É preciso repensar o porquê de a ciência ter sido desprezada em alguns casos. Talvez porque não seja possível formar grandes ginastas levando-se em consideração a teoria adequada para um bom desenvolvimento do atleta? Talvez as regras e exigências impostas pela FIG não estejam considerando os estudos publicados sobre a incidência de lesões, por exemplo. Nesse caso é necessário que se aprofundem os estudos para adequar o código de pontuação da GA a fim de sanar essa questão. Em relação a esse aspecto parece que a mídia tem tido um papel preponderante no desenvolvimento da modalidade, em busca da espetacularização, e muitas vezes tem tido mais importância do que as informações de cunho científico.

Atualmente com o conhecimento disseminado pelo mundo por meio dos técnicos das repúblicas soviéticas, há a necessidade de evoluir e fazer-se diferenciar novamente, caso contrário os pódios também serão divididos com os países que também adquiriram o conhecimento para formar campeões.

O interessante é constatar que até as grandes potências mundiais na GA estão repensando os métodos desenvolvidos (GRIGORYANTS, 2004), que durante anos lhes garantiu sucesso, mas que atualmente necessitam de atualizações, reflexões e adaptações, que a própria nação de origem dos técnicos (ex-URSS) já tem discutido.

Após percorrer e registrar o processo de formação das atletas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos na modalidade de Ginástica Artística Feminina e atingir os

objetivos específicos desta pesquisa, que era o de analisar a história de vida desportiva destas atletas e oferecer diretrizes para reflexões sobre a formação desportiva em GAF, encerra-se este estudo, com a certeza de que ele contribuiu, principalmente com seu ineditismo, para essa modalidade. E espera-se que este seja apenas o primeiro de muitos estudos com ginastas brasileiras de alto rendimento desportivo, para que cada vez mais se possa aproximar os estudos científicos da real formação de ginastas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, P.A.; FARINATTI, P.T.V. Desenvolvimento e validação de um novo sistema de seleção de talentos para a ginástica olímpica feminina: a bateria de PDGO. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.13, n.3, mai/jun 2007.

ALVES, E.; ROSEGUINI, G.; DIAS, R. **Daiane dos Santos mostra pouco entusiasmo em competir na Olimpíada de 2008**. Folha de São Paulo. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/folha/esporte/ult92u80074.shtml>>. Acesso em: 24 ago.2004.

ARKAEV, L.I; SUCHILIN, N.G. **Gymnastics: how to create champions**. Oxford: Meyer & Meyer Sport, 2004.

BARBANTI, V. **Treinamento físico: bases científicas**. 3ª. ed. São Paulo: CLR Baliero, 2001.

BENK, R. T. **Retreinamento das atribuições de sucesso e fracasso no esporte: uma proposta de intervenção pedagógica**. 2006. Tese (Doutorado)-Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

BERRY; T.R.; HOWE, B.L..Risks factors for disordered eating in female university athletes. **Journal of sport behavior**, vol.23, no.3, p.207-218, Sep-2000.

BOHME, M.T. S. Talento esportivo I: aspectos teóricos. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 8, n.2, p. 90-100, jul-dez 1994.

BOHME, M.T. S. Talento esportivo II: determinação de talentos esportivos. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 9, n.2, p. 138-146, jul-dez 1995.

BOMPA, T. O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. São Paulo: Phorte editora, 2002.

BORTOLETO, M. A. C. **La lógica interna de la gimnasia artística masculina (GAM) y estudio etnográfico de un gimnasio de alto rendimiento**. 2004. 668f. Tese (Doutorado em Educação Física)-Instituto Nacional de Educación Física, Universitat de Lleida, Lleida, 2004.

BRANDÃO, M. R. F. et al. Causas e conseqüências da transição de carreira esportiva: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento** (Brasília), v.8, n.1, p. 49-58, jan. 2000.

BRANDÃO, M.R.F. Aspectos psicológicos da Ginástica Artística. In: NUNOMURA, M.; NISTA-PICCOLO, V.L. **Compreendendo a ginástica artística**. São Paulo: Phorte, 2005.

CANDEIAS, J. et al. Jovens no desporto: um pódio para todos. **Revista treino desportivo**, s.l., [199-?].

CAFRUNI, C.; MARQUES, A.; GAYA, A. Análise da carreira esportiva de atletas das regiões sul e sudeste do Brasil. Estudo dos resultados desportivos nas etapas de formação. **Revista Portuguesa de Ciência do Desporto**, v. 6, n. 1, p. 55-64, [2005?].

CARTER, J. E. L. **The Health-Carter somatotype method**. San Diego: SanDiego State University Syllabus Service, 1980.

CHASE, M.A.; MAGYAR, M.; DRAKE, B.M. Fear of injury in gymnastics: Self-efficacy and psychological strategies to keep on tumbling. **Journal of sports sciences**, v. 23, n.5, p.465-475, may-2005.

CHIMINAZZO, J. G. C. **Síndrome de burnout no esporte: a visão dos técnicos de tênis de campo**. 2005. 160f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA. Disponível em: <http://www.cbginastica.com.br/web/>. Acesso em: 13 jun. 2007.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA. Disponível em: <http://www.cbginastica.com.br/web/>. Acesso em: 12 nov. 2007.

CONSTANTINI et al. Iron status of highly active adolescents: evidence of depleted iron stores in gymnasts. **International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism**, v.10, p.62-70, 2000.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA (CONFEF). Disponível em:
<<http://www.confef.org.br/>>. Acesso em: 16 out. 2008.

DE DEUTZ, R. C. et al. Relationships between energy deficits and body composition in elite female gymnasts and runners. **Medicine & Science in sports & exercises**, v.32, n.3, p. 659-668, 2000.

DIANNO; M. V.; RIVET, R. E. Progressão de variáveis antropométricas e neuromotoras em um ano de treinamento de ginastas olímpicas femininas. **Revista Brasileira de Ciência do Movimento**, v. 4, n.1, p.7-13, jan.1990.

DIXON, M; FRICKER, P. Injuries to elite gymnasts over 10 yr. **Medicine and Science in sports and exercise**, vol.25, n.12, p.1322-1329, 1993.

ENGLISH INSTITUTE OF SPORT. Disponível em:
<http://www.eis2win.co.uk/pages/news_searchbeginsfornewnationaldirector.aspx>.
Acesso em: 12 nov. 2008.

ESTATUTO. Confederação Brasileira de Ginástica. Disponível em:
<http://cbginastica.com.br/web/index.php?option=com_content&task=view&id=33&Itemid=46>.
Acesso em: 07 jul. 2008.

FERREIRA FILHO, R. A.; NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. Ginástica Artística e estatura: mitos e verdades na sociedade brasileira. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 5, n.2, p.21-31, 2006.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA (FIG). Disponível em: <<http://www.fig-gymnastics.com/index2.jsp?menu=diswag>>. Acesso em: 13 jul. 2008.

FILIN, V.P.; VOLKOV, V.M. **Seleção de talentos nos desportos**. Londrina-PR: editora Midiograf, 1998.

GALLAHUE, D.L.; OZMUN, J.C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Phorte, 2003.

GARCIA MANSO, J.M. et al. **El talento deportivo: formación de elites deportivas**. Madri-ES: editorial Gymnos, 2003.

GERVIS, M.; DUNN, N. The Emotional Abuse of Elite Child Athletes by their Coaches. **Child Abuse review**, vol. 13, p. 215-223, 2004.

GINÁSTICAS. Disponível em: <<http://www.ginasticas.com>>. Acesso em: 17 out. 2008.

GOMES, A. C. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

GRIGORYANTS, I.A. **Sport Gymnastics: from Sydney to Athens**. Disponível em: <<http://Lib.sportedu.ru/press/tpfk/2005N4/p28-34.htm>>. Acesso em: 29 aug. 2008.

HAHN, E. **Entrenamiento com niños: teoria, prática e problemas específicos**. Barcelona: Martinez roca.

HEBBELINK, M. Identificação e desenvolvimento de talentos no esporte: relatos cineantropométricos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.4, n.1, p.46-62, 1989.

ISSURIN, V. Block periodization versus tradicional training theory: a review. **J. Sports Med Phys Fitness**, n.47, p.1-11, 2007.

JOÃO, A.; FERNANDES FILHO, J. Identificação do perfil genético, somatotípico e psicológico das atletas brasileiras de ginástica olímpica feminina de alta qualificação esportiva. **Fit & Perform J.**, v.1, n.2, mar-abr. 2002.

KERR, G.; BERMAN, E.; SOUZA, J. Disordered eating in women's gymnastics: perspectives of athletes, coaches, parents, and judges. **Journal of applied sport psychology**, v.18, p. 28-43, 2006.

KIRIALANIS, P. et al. Occurrence of acute lower limb injuries in artistic gymnasts in relation to event and exercise phase. **British Journal of Sports Medicine**, v.37, n.2, April.2003.

KRAEMER, W.J.; FLECK, S.J. **Treinamento de força para jovens atletas**. São Paulo: Manole, 2001.

LANARO FILHO, P.; BOHME, M. T. S. Detecção e promoção de talentos esportivos em ginástica rítmica desportiva: um estudo de revisão. *Revista Paulista de Educação Física*, v.15, n.2, p.154-168, jul-dez. 2001.

LOPES, P.; NUNOMURA, M. Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v.21, n.3, p.177-187, jul-set. 2007.

MACNEILL, K.C. 2007. 198f. **Processes contributing to optimal preparation and performance of winter olympic athletes: the athletes's story**. Thesis (Doctorate in Philosophy)-The Faculty of British Columbia, Ottawa-CA, 2007.

MARQUES, A. A especialização precoce na preparação desportiva. **Revista Treino desportivo**, Lisboa, n.19, p. 9-15, mar. 1991.

MÁSSIMO, J. Psychology and safety in gymnastics. **Technique**, vol.16, n.6, 1996.

MATVEEV, L.P. **Fundamentos del entrenamiento deportivo**. Espanha: editorial Ráduga, 1983.

MATVEEV, L.P. **Preparação desportiva**. São Paulo: FMU, 1995.

MATVEEV, L.P. **Treino desportivo: metodologia e planejamento**. Guarulhos, SP: Phorte editora, 1997.

MEIHY, J. C. S. B. **Manual de história oral**. 5ª. ed. São Paulo: edições Loyola, 2005.

NEMETH, R.L.; VON BAYER, C.L.; ROCHA, E.M.. Young gymnasts understanding of sport-related pain: a contribution to prevention of injury. **Child: care, healthy and development**, 2005, vol.31, n.5, p.615-625.

NISTA-PICCOLO, V.L. Crescendo com a Ginástica. In: NISTA-PICCOLO, V.L. (org.). **Pedagogia dos esportes**. Campinas-SP: Papirus, 1999.

NORMILE, D. Another milestone for Brazil. **International Gymnast**, Norman, Oklahoma, v. 49, n. 10, p-17-19, dez. 2007.

NORMILE, D. Building Brazil. **International Gymnast**, Norman, Oklahoma, v. 49, n. 2, p-15-19, mar. 2007.

NUNOMURA, M. **Técnico de ginástica artística: uma proposta para a formação profissional**. 2001. 181f. Tese (Doutorado em Educação Física)- Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas-SP, 2001.

NUNOMURA, M. Lesões na Ginástica Artística: principais influências e medidas preventivas. **Revista Motriz**, Jan-Abr 2002, vol.8, n.1, p. 21-29.

O'BRIEN, C.M. **An investigation of processes which produce elite women gymnasts in the URSS**. 1979. 198f. Thesis (Doctorate in Philosophy)-The Ohio State University, Ann Arbor-USA, 1979.

PAES, R.R.. **Aprendizagem e competição precoce: o caso da basquetebol**. Campinas: Ed. Unicamp, 1992.

PEARSON, D.T.; NAUGHTON, G.A.; TORODE, M. Predictability of physiological testing and the role of maturation in talent identification for team sports. **J Sci Med Sport**, v.9, n.4, p.277-287, aug-2006.

PLATONOV, V. B.; FESSENKO, S. L. **Los sistemas de entrenamiento de los mejores nadadores del mundo (vol I)**. Barcelona: editorial Paidotribo, [199-].

PLATONOV, V.N. **Teoria geral do treinamento desportivo olímpico**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

PORTELLI, A. O que faz a história oral diferente. **Projeto História** (PUC-SP), São Paulo, n.14, 1997.

PÚBLIO, N.S. **Evolução histórica da Ginástica Olímpica**. Guarulhos: Phorte, 1998.

PÚBLIO, N.S. Ginástica Artística (GA). In: DACOSTA, L.(org.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: Shape, 2005

PÚBLIO, N.S. Treinamento de ginástica olímpica para ginastas de elite. **Revista Desportos**, ano II, n. 18, 1977.

PUCCINELLI, R. **Daiane e Laís desfalcam a seleção de Ginástica Artística**. Disponível em: <http://msn.lancenet.com.br/esportes/MAISESPORTES/noticias/09-01-09/463884.stm?daiane-e-lais-desfalcam-a-selecao-de-ginastica-artistica>. Acesso em: 09 jan. 2009.

QUEIROZ, M. I. P. Relatos orais: do indivizível”ao “divizível”. In: VON SIMSON, O. R. M. (org.). **Experimentos com histórias de vida: Itália-Brasil**. São Paulo: Vértice, 1988.

QUEIROZ, M. I. P. O pesquisador, o problema da pesquisa, a escolha de técnicas: algumas reflexões. In: Lang, A. B. S. G. (org.). **Reflexões sobre a pesquisa sociológica**. São Paulo: CERU, 1992.

RAMOS, I. **Adeus ano velho...** Lance, Rio de Janeiro, 28 dez. 2007.

REGULAMENTO GERAL. Confederação Brasileira de Ginástica. Disponível em: http://cbginastica.com.br/web/index.php?option=com_content&task=view&id=112&Itemid=99 >. Acesso em: 16 out. 2008.

RIBEIRO, B.G.; SOARES, E.A. Avaliação do estado nutricional de atletas de ginástica olímpica do Rio de Janeiro e São Paulo. **Revista Nutrição**, Campinas, v.15, n.2, p.181-191, maio/agosto.2002.

ROMERO, E. Essas mulheres maravilhosas: nadadoras e ginastas. In: SIMÕES, A.C. (org.). **Mulheres e esporte: mitos e verdades**. Barueri-SP: Manole, 2003.

SANDS, W.; BARRY, B. S.;NEWMAN, A. P. Women’s gymnastics injuries. **American Journal of sports medicine**, vol.21, n.2, p.271-276, 1993.

SANDS, W. Injury prevention in women’s gymnastics. **Sport Medicine**, vol. 30, n.5, 3359-373, 2000.

SANTOS, J. C. E. et al. Ginástica – Federação Internacional de Ginástica/FIG – Confederação Brasileira de Ginástica/CBG. In: DACOSTA, L.(org.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

SCHIAVON, L. M. **O projeto Crescendo com a ginástica: uma possibilidade na escola**. 2003. 185f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2003.

SIFF, M. C.; VERKHOSHANSKY, Y. **Super entrenamiento**. Barcelona: Paidotribo, 2000.

SIMÕES, A. C.; BÖHME, M. T. S; LUCATO, S. A participação dos pais na vida esportiva dos filhos. **Revista Paulista de Educação Física**, 13(1), p.34-45, jan-jun. 1999.

SMITH, D.J. A Framework for understanding the training process leading to elite performance. **Sports Med**, v.33, n. 15, p.1103-1126, 2003.

SMOLEUSKIY, V.; GAVERDOUSKIY, I. **Tratado general de gimnasia artística deportiva**. Barcelona: Paidotribo, [199-].

STILL, C. **Manual de Gimnasia Artística femenina**. Barcelona: Paidotribo, [199-].

TSCHIENE, P. Lo stato attuale della teoria dell'allenamento. **Scuola dello sport**, nova seria, v.19, p.42-47, 1985.

VON SIMSON, O. R. M. **A burguesia se diverte no reinado de momo: sessenta anos de evolução do carnaval na cidade de São Paulo (1855-1915)**. 1984. Dissertação (Mestrado em Filosofia)-Faculdade de Filosofia, Universidade Estadual de São Paulo, São Paulo, 1984.

VON SIMSON, O. R. M. (comp.). Experimentos com histórias de vida. **Revista dos Tribunais e Vértices**, 1988.

VON SIMSON, O. R. M. A arte de recriar o passado: a metodologia da História Oral e suas contribuições à promoção do envelhecimento bem sucedido. In: NERI, A. (org.). **Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas**. Campinas: Papirus, p.141-160, 2006.

WIERSMA, L. D. Risks and Benefits of Youth Sport Specialization: Perspectives and Recommendations. **Pediatric Exercise Science**, Human Kinetics Publishers, 12, p.13-22, 2000.

WILLIAMS, K.; WARKOV, A. Girl talk. **Women's Sports end Fitness**, v. 17, n.1, p.32-37, 1995.

ZAKHAROV, A.; GOMES, A.C. **Ciência do treinamento desportivo**. 2^a. ed. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 2003.

ANEXO A – Capa da Revista Internacional Gymnast (mar. 2007)

INTERNATIONAL GYMNAST
SINCE 1956

Things Are Looking Up In Brazil!

Inside...
Behind the scenes at Brazil's national training center in Curitiba
Diego Hypolito exclusive

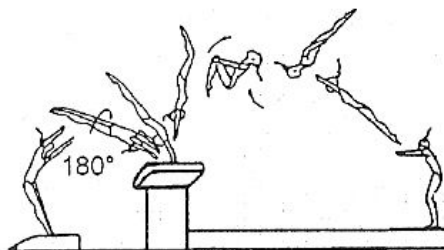
Plus...
Australia's Daria Joura
Canada's Elyse Hopfner-Hibbs
Georgia's Courtney McCool

MARCH 2007 \$4.25 USA \$5.95 CAN
0 74470 74981 3 02
www.intlgymanast.com

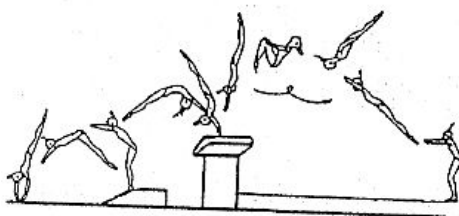
ANEXO B – Capa da Revista Internacional Gymnast (dez. 2007)



ANEXO C – Ilustrações de exercícios da Ginástica Artística feminina



Tsukahara na posição grupada



Yurchenko na posição grupada

ANEXO D – Carta de aprovação do Comitê de Ética em pesquisa



FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html

CEP, 24/04/07.
(Grupo III)

PARECER CEP: Nº 136/2007 (Este nº deve ser citado nas correspondências referente a este projeto)
CAAE: 0100.0.146.000-07

I-IDENTIFICAÇÃO:

PROJETO: “PEDAGOGIA DA GINÁSTICA ARTÍSTICA: DIRETRIZES A PARTIR DO ESTUDO DE HISTÓRIA DE VIDA ESPORTIVA DE GINASTAS FEMININAS PARTICIPANTES DE JOGOS OLÍMPICOS”

PESQUISADOR RESPONSÁVEL: Laurita Marconi Schiavon

INSTITUIÇÃO: FEF/UNICAMP

APRESENTAÇÃO AO CEP: 09/03/2007

II - OBJETIVOS

Conhecer a história de vida esportiva das atletas brasileiras de Ginástica Artística feminina, participantes de jogos olímpicos.

III - SUMÁRIO

Será desenvolvida uma pesquisa qualitativa na qual as próprias ginastas, serão entrevistadas para se obter o diagnóstico de história de vida esportiva destas ginastas por meio do método de história oral, além de pesquisa bibliográfica e documental. A análise será discutida em temas e categorias já organizados e destacados para a pesquisa de campo: iniciação esportiva e especialização esportiva, estrutura e organização do treinamento, infra-estrutura dos centros de treinamento, processo de classificação para os Jogos Olímpicos, influências determinadas para o sucesso na modalidade, treinadores, vida familiar e a ginástica, decisão de parar a modalidade e consequências dessa decisão para a vida do atleta.

IV - COMENTÁRIOS DOS RELATORES

O projeto e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foram reapresentados estando de acordo com as normas vigentes no país. A pesquisadora respondeu adequadamente às solicitações dos assessores.

V - PARECER DO CEP

O Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, após acatar os pareceres dos membros-relatores previamente designados para o presente caso e atendendo todos os dispositivos das Resoluções 196/96 e complementares, resolve aprovar sem restrições o Protocolo de Pesquisa, bem como ter aprovado o Termo do Consentimento Livre e Esclarecido, assim como todos os anexos incluídos na Pesquisa supracitada.

Comitê de Ética em Pesquisa - UNICAMP
Rua: Tessália Vieira de Camargo, 126
Caixa Postal 6111
13084-971 Campinas - SP

FONE (019) 3521-8936
FAX (019) 3521-7187
cep@fcm.unicamp.br



**FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA**

www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html

O conteúdo e as conclusões aqui apresentados são de responsabilidade exclusiva do CEP/FCM/UNICAMP e não representam a opinião da Universidade Estadual de Campinas nem a comprometem.

VI - INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

O sujeito da pesquisa tem a liberdade de recusar-se a participar ou de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado (Res. CNS 196/96 – Item IV.1.f) e deve receber uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, na íntegra, por ele assinado (Item IV.2.d).

Pesquisador deve desenvolver a pesquisa conforme delineada no protocolo aprovado e descontinuar o estudo somente após análise das razões da descontinuidade pelo CEP que o aprovou (Res. CNS Item III.1.z), exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao sujeito participante ou quando constatar a superioridade do regime oferecido a um dos grupos de pesquisa (Item V.3.).

O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (Res. CNS Item V.4.). É papel do pesquisador assegurar medidas imediatas adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e enviar notificação ao CEP e à Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA – junto com seu posicionamento.

Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas. Em caso de projeto do Grupo I ou II apresentados anteriormente à ANVISA, o pesquisador ou patrocinador deve enviá-las também à mesma junto com o parecer aprovatório do CEP, para serem juntadas ao protocolo inicial (Res. 251/97, Item III.2.e)

Relatórios parciais e final devem ser apresentados ao CEP, de acordo com os prazos estabelecidos na Resolução CNS-MS 196/96.

VII - DATA DA REUNIÃO

Homologado na III Reunião Ordinária do CEP/FCM, em 27 de março de 2007.


Profa. Dra. Carmen Sílvia Bertuzzo
PRESIDENTE DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA
FCM / UNICAMP

ANEXO E – Pedido de autorização à CBG para entrevistas das ginastas atuantes na seleção brasileira (com visto de recebimento da secretária)



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
Faculdade de Educação Física
Rua: Érico Veríssimo, 701- Caixa Postal 6134 - Cep. 13083-851
Barão Geraldo/Campinas-SP
Tel (019) 3788-6600 Fax 3289-3697



Campinas, 13 de Setembro de 2006.

Ilma. Sra
Vicélia A. Florenzano.
Presidente da Confederação Brasileira de Ginástica

Tendo em vista os estudos de doutoramento da professora mestre Laurita Marconi Schiavon na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), vimos solicitar autorização de coleta de dados, por meio de depoimento oral, das ginastas participantes de Jogos Olímpicos e ainda atuantes na seleção brasileira: Daniele Hypólito, Camila Comin, Laís Souza e Daiane dos Santos.

O estudo intitulado: Ginástica Artística Feminina - reconstrução da história de vida esportiva das ginastas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos, tem o propósito de desenvolver uma pesquisa qualitativa com método de História Oral, na qual as próprias ginastas darão seu depoimento para se obter o diagnóstico de história de vida esportiva das mesmas.

A partir dos diagnósticos de vida esportiva de cada ginasta pretende-se analisar esta realidade buscando agregar informações e discussões pautadas na pesquisa bibliográfica tendo como foco a Pedagogia do esporte, na busca de organizar aspectos relevantes no processo de formação esportiva de ginastas de alto nível no Brasil. Além disso, reconstruir a história desta modalidade, neste período, por meio da história de vida dos sujeitos da pesquisa.

Essa reconstrução criará uma documentação do processo de formação esportiva das principais ginastas do país, podendo auxiliar treinadores interessados no processo de formação de base de ginastas femininas.

Os sujeitos da pesquisa de campo deste estudo serão escolhidos pelo seguinte critério:

- Ginastas femininas, brasileiras e participantes (classificadas) de Jogos Olímpicos
- Treinadores da etapa de especialização desportiva inicial (aproximadamente os cinco primeiros anos de treinamento da ginasta) de cada um dos sujeitos da pesquisa.

*Recebido
23/09/06
Vicélia st*

*PD
mm*

Desde a primeira ginasta brasileira a participar dos Jogos Olímpicos em Moscou (1980) até os últimos Jogos Olímpicos em Atenas (2004) temos nove ginastas que se encaixam neste critério estabelecido.

O levantamento dos treinadores está sendo feito e será completado com auxílio das ginastas que serão entrevistadas e poderão falar da sua história esportiva e dos treinadores que colaboraram para estas chegassem a participar da seleção brasileira.

Este último critério está baseado na Preparação desportiva de muitos anos da teoria do treinamento desportivo, na qual se acredita que adequados e variados meios e métodos de treinamento aumentam permanentemente os resultados desportivos, durante a preparação em longo prazo do atleta (FILIN, 1996; GOMES, 2002; ZAKHAROV, 1992).

É importante lembrar que a coleta de depoimento destas atuais ginastas poderá ser feita em período que a Confederação Brasileira de Ginástica determinar para que a mesma não venha prejudicar a programação de treinamentos e eventos da seleção brasileira.

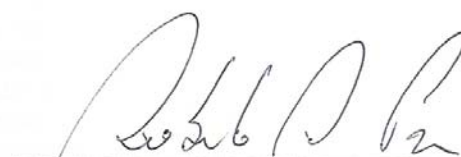
Os dados coletados serão utilizados apenas com fins de pesquisa científica, não sendo divulgados para outras finalidades, dentro das normas do Comitê de Ética da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP).

Colocamo-nos a disposição para maiores esclarecimentos e agradecemos desde já a atenção dispensada.

Campinas, 19 de setembro de 2006



Prof. Dr. Paulo Cesar Montagner
Diretor da FEF-UNICAMP



Prof. Dr. Roberto Rodrigues Paes
Orientador da Pesquisa de Doutorado

Contatos: robertopaes@fef.unicamp.br
lauritaschi@hotmail.com

ANEXO F – Imagens de equipamentos



Trampolim acrobático



Tumble Track

APÊNDICE A - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para realização de pesquisas envolvendo seres humanos

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA REALIZAÇÃO DE PESQUISAS ENVOLVENDO SERES HUMANOS

Tendo em vista os estudos de doutoramento da professora mestre Laurita Marconi Schiavon na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), vimos solicitar autorização de coleta de dados, por meio de depoimento oral, de: _____, participante dos Jogos Olímpicos de _____.

O estudo intitulado: Ginástica Artística Feminina - reconstrução da história de vida esportiva das ginastas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos, tem o propósito de desenvolver uma pesquisa qualitativa com método de História Oral, na qual as próprias ginastas fazem seu depoimento para se obter o diagnóstico de história de vida esportiva das mesmas.

A partir dos diagnósticos de vida esportiva de cada ginasta pretende-se analisar esta realidade buscando agregar informações e discussões pautadas na pesquisa bibliográfica tendo como foco a Pedagogia do esporte, na busca de organizar aspectos relevantes no processo de formação esportiva de ginastas de alto nível no Brasil. Além disso, reconstruir a história desta modalidade, neste período, por meio da história de vida dos sujeitos da pesquisa. Essa reconstrução criará uma documentação do processo de formação esportiva das principais ginastas do país, podendo auxiliar treinadores interessados no processo de formação de base de ginastas femininas.

Os sujeitos da pesquisa de campo deste estudo serão escolhidos pelo seguinte critério: ginastas femininas, brasileiras, participantes de Jogos Olímpicos nesta modalidade. Os dados coletados serão gravados e utilizados apenas com fins de pesquisa científica, não sendo divulgados para outras finalidades, dentro das normas do Comitê de Ética da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). As gravações serão armazenadas no Centro de Memória da UNICAMP, estando disponível para apenas para estudos desta e de outras pesquisas que possam ter relação com essas coletas. Não há na coleta de dados deste estudo quaisquer desconfortos ou riscos previsíveis ou passíveis de prevenção. Não haverá nenhuma forma de reembolso de dinheiro, já que a participação na pesquisa não envolve gasto algum por parte do sujeito.

Quaisquer esclarecimentos podem ser feitos antes, durante ou após a realização da pesquisa, por meio dos contatos abaixo descritos.

“Eu li a informação acima. Recebi informações sobre a natureza, demanda, riscos e benefícios do projeto. Compreendo que caso descorde de algum procedimento, posso retirar meu consentimento e interromper minha participação a qualquer momento. Uma cópia deste termo de consentimento me será dada.”.

Assinatura do sujeito da pesquisa: _____ Data: ____/____/____

“Certifico que expliquei ao indivíduo acima a natureza e o propósito do estudo, assim como a inexistência de riscos previsíveis associados com a participação neste estudo de pesquisa. Respondi todas as questões levantadas e testemunhei a assinatura acima. Forneci ao sujeito uma cópia deste documento de consentimento assinado”.

Assinatura da pesquisadora: _____ Data: ____/____/____

Profª. Ms. Laurita Marconi Schiavon

Responsável pela pesquisa

Doutoranda FEF/UNICAMP

Contatos para esclarecimentos:

Prof. Dr. Roberto Paes – Ttel: 19-96044260 - robertopaes@fef.unicamp.br

Profª. Ms. Laurita Schiavon – Tel:19-91121581/3213009 – lauritaschi@hotmail.com

Faculdade de Educação Física/Departamento de Ed. Motora – UNICAMP

Comitê de Ética da UNICAMP:

Faculdade de Ciências Médicas

Tel: (19)35218936

Rua: Tessália Vieira de Camargo, 126 - Cidade Universitária "Zeferino Vaz"

Campinas - SP - Brasil - CEP: 13083-970 - Cx. Postal: 6111

www.fcm.unicamp.br

APÊNDICE B - Roteiro para entrevista

Data do depoimento:

Depoente:

1. Explicar os objetivos da pesquisa para a entrevistada e pedir para ela contar a sua história de vida focada no período esportivo da sua vida. Desde o início da prática da Ginástica Artística ou algo que anteceda isso e tenha influência na prática esportiva até os dias atuais.

TEMAS GERADORES:

1. INICIAÇÃO ESPORTIVA E ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA
2. ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO DO TREINAMENTO
3. ESTRUTURA FÍSICA DOS LUGARES QUE JÁ TREINO
4. PROCESSO DE CLASSIFICAÇÃO PARA 1^A. OLIMPÍADA
5. A OLIMPÍADA
6. PROCESSO DE CLASSIFICAÇÃO PARA A 2^A. OLIMPÍADA
7. A SEGUNDA OLIMPÍADA (se houver)
8. PRINCIPAIS INFLUÊNCIAS PARA CHEGAR NO AUGE (DETERMINANTE)
9. TREINADORES
10. VIDA FAMILIAR E A GINÁSTICA
11. ENCERRAMENTO DA CARREIRA ESPORTIVA
12. VIDA APÓS A GINÁSTICA

ROTEIRO ESPECÍFICO DE ENTREVISTAS (PARTE II)

1. INICIAÇÃO ESPORTIVA E INÍCIO DE TREINAMENTO

- a) Como foi o processo de seleção de talentos?
- b) Quem te descobriu? Onde?
- c) Quanto tempo ficou na escolinha antes de ser selecionada?
- d) Fale sobre o início do seu treinamento (com quem? onde?).

2. ESTRUTURA E ORGANIZAÇÃO DO TREINO

- a) Quantas horas você treinava em cada faixa etária?
- b) Qual era divisão de atividades no treino?
- c) Quantas semanas antes da competição você iniciava o trabalho com séries? Sabe se existe um controle do número de elementos que fazia?
- d) Vocês faziam testes físicos com frequência?

3. ESTRUTURA e CONDIÇÕES FINANCEIRAS DOS LUGARES EM QUE JÁ TREINOU

- a) Como evoluiu a estrutura dos lugares que já treinou?
- b) Como é comparado ao exterior? Qual o melhor lugar no Brasil e no exterior que já teve a oportunidade de treinar?
- c) O que foi essencial do ponto de vista de estrutura para treinamento para chegar às Olimpíadas
- b) E os aspectos complementares? (nutrição, fisioterapia, psicologia)

4. PROCESSO DE CLASSIFICAÇÃO PARA 1^A. OLIMPÍADA

- a) Quantas meninas disputavam a classificação?
- b) Treinamentos
- c) Processo de seleção
- d) Psicologicamente

5. A OLIMPÍADA E PREPARAÇÃO PARA TAL

- a) Como foi a preparação? Houve treinamentos em outros países?
- b) Como foram os treinos lá?
- c) E depois da volta?

6. PROCESSO DE CLASSIFICAÇÃO PARA A 2^A. OLIMPÍADA

- a) Quantas meninas disputavam a classificação?
- b) Treinamentos
- c) Processo de seleção
- d) Psicologicamente

7. SEGUNDA OLIMPÍADA

- a) Como foi a preparação? Houve treinamentos em outros países?
- b) Como estar lá tendo tido uma experiência anterior? E os treinos lá?
- c) E depois, na volta para o Brasil?

9. PRINCIPAIS INFLUÊNCIAS PARA CHEGAR NO AUGUE (DETERMINANTE)

- a) Alguém ou algo ou várias coisas foram determinantes?
- b) Você consegue ver algo em comum, nas suas amigas, que também chegaram lá? Algo que vocês todas tenham em comum?

10. TREINADORES

- a) Quem foram seus treinadores?
- b) Qual foi o de maior destaque para sua ascensão profissional?
- c) Qual foi o de maior influência sobre você?
- d) Qual a sua opinião sobre os treinadores que já conheceu no Brasil (não apenas os que treinaram você).

11. VIDA FAMILIAR E A GINÁSTICA

- a) Como foi e é seu relacionamento com sua família em relação à Ginástica?
- b) E com os namorados? E marido? E filhos?

12. ENCERRAMENTO DA CARREIRA ESPORTIVA:

- a) Como foi o momento de decidir parar? O que foi necessário pesar? Ainda estava no auge?

13. VIDA APÓS GINÁSTICA

- a) O que acontece hoje?
- b) Como essa experiência influencia sua vida atual?
- c) Se você tivesse uma filha você a incentivaria a praticar GA? Por que?

FICHA DE IDENTIFICAÇÃO DA COLABORADORA

Nome completo:

Apelido:

Data de nascimento:

Data de início na ginástica (aproximada): iniciação: __/__/__ treinamento: __/__/__

Data de aposentadoria da ginástica:

Fez algum outro esporte antes de ser ginasta? Qual?

Principais títulos ou classificações que você considera:

Qual a sua formação escolar?

Qual a atuação profissional atual? Ou a que pretende exercer no futuro?

Qual a influência maior que você recebeu? (Ginastas, professor, treinador, membro da família, amiga...)

APÊNDICE C -- Programa técnico de salto na fase de especialização inicial (FIG, [199-], adaptação da autora)

SALTO	Condições da etapa de preparação preliminar	8-9 anos e 9-10 anos aproximadamente ²⁰³	10-11 anos	11-12 anos
Corrida de aproximação	Aperfeiçoamento	Velocidade e aceleração	aceleração ótima	aceleração ótima
Abordagem no trampolim	Para frente	Iniciar outras direções	avançado em ambas as direções	avançado em ambas as direções
Técnicas de apoio no aparelho	Com colchão	Com proteção	segundo o tipo de salto trabalhado	segundo o tipo de salto trabalhado
Saltos verticais	Em profundidade	Em altura	Somente pré-preparação ou pós-recuperação	Somente pré-preparação ou pós-recuperação
Variações de superfície de aterrissagem (mole, dura e diferentes partes do corpo)	Básico	Avançado	Executa/detalhamento	Executa/detalhamento
Reversão para frente	Completo com ajuda a partir do 2º. Ano	Completo sem ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Reversão com 180 graus no EL		Completo com ajuda	completo sozinha	Aprendido
Tsukahara grupado		Completo com ajuda a partir do 2º. Ano (9-10)	completo com ajuda	completo sozinha (carpado)
Reversão e mortal para frente grupado		Dividir o exercício em partes a partir do 2º. Ano (9-10)	completo com ajuda	completo sozinha
Reversão e mortal a frente carpado			Dividir o exercício em partes	completo com ajuda
Idem com colchões de 120x100x200		Completo com ajuda a partir do 2º. Ano	completo sozinha	Executa/detalhamento
Entrada em rodante-flic (Yurchenko) com colchões para o flic		Completo com ajuda a partir do 2º. Ano	completo sozinha	Executa/detalhamento
Idem sem colchões e mortal grupado		Completo com ajuda a partir do 2º. Ano	completo sozinha	Executa/detalhamento
Idem com pirueta			completo com ajuda	completo sozinha
Yurchenko grupado/carpado			completo sozinha	Executa/detalhamento
Yurchenko estendido			completo com ajuda	completo sozinha

²⁰³ A idade das ginastas é um número aproximado, pois pode variar. SMOLEUSKIY; GAVERDOUSKIY (1996), sugerem uma faixa etária para cada fase, que para etapa de preparação preliminar varia entre 5 e 8 anos, e para especialização inicial seria entre 8 e 12 anos. Portanto, as idades colocadas nos quadros são sempre aproximadas. (estão no programa da FIG)

APÊNDICE D - Programa técnico de barras assimétricas na fase de especialização inicial (FIG, [199-], adaptação da autora)

BARRA ASSIMÉTRICAS	Condições da etapa de preparação preliminar	8-9 anos	9-10 anos	10-11 anos	11-12 anos
Quipe e impulso à parada de mão (3x)	posturas e mentalização do exercício Dividir o exercício em partes	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Balanços para frente da parada de mãos (dorsal)	Completo com ajuda	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Balanços para trás da Parada de mãos	Completo com ajuda	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Lançamento à Parada de mãos (tomada dorsal) – 3x	Completo com ajuda	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Lançamento à Parada de mãos (tomada palmar) – 3x	Completo com ajuda	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Lançamento à Parada de mãos (tomada cubital) – 3x		Completo com ajuda	Completo sem ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Giro livre à Parada de mãos, stalder e endo – 2x		Completo com ajuda	Completo com ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Giro gigante (tomada dorsal)	Dividir o exercício em partes	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Giro gigante (tomada palmar) – 3x	Dividir o exercício em partes	Completo com ajuda	Completo sem ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Giro gigante (tomada cubital) – 3x	Dividir o exercício em partes	Dividir o exercício em partes	Completo com ajuda	Executa/detalhamento	Aprendido
Saída em mortal estendido			Completo com ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Saída D ou correspondente				completo com ajuda	completo sozinha
Elemento de 360°. de giro no apoio invertido (do lançamento, giro gigante, giro livre, stalder etc)			Completo com ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Primeira largada e retomada (ginger, jager e tkatchev)		Dividir o exercício em partes	Completo com ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Ligação de elementos de giro com elementos de vôo			Dividir o exercício em partes	completo com ajuda	completo sozinha

APÊNDICE E - Programa técnico de trave de equilíbrio na fase de especialização inicial (FIG, [199-], adaptação da autora)

TRAVE DE EQUILÍBRIO	Condições da etapa prep. preliminar	8-9 anos			
Posições do corpo relacionadas com a Trave	MOVIMENTAÇÕES QUE PRECISAM DE PRIORIDADE NESSA FASE				
Posicionamentos de segmentos corporais (braços, pernas, tronco, cabeça)					
Deslocamentos (caminhar, saltitos, ½ giros)					
Equilíbrios					
Trabalhar o medo e reflexos de auto-proteção					
Sissone	Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido
Geté (afastamento antero-posterior)		Completo com ajuda	Completo sozinha	completo sozinha	Executa/detalhamento
Salto afastado na posição longitudinal da Trave	Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido
Geté com troca de pernas		Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	
Giro completo	Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	
Elevação à Parada de mãos (à força)	Completo com ajuda	Completo sozinha		Executa/detalhamento	aprendido
Estrela (reversão lateral)	Completo com ajuda	Completo sozinha	Aprendido		
Rodante	Dividir em partes	Completo com ajuda	completo sozinha		Executa/detalhamento
Reversão para frente lenta (ponte)	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido	
Reversão para trás lenta (ponte)	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido	
Flic-flac com pernas alternadas	Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido
Flic-flac com pernas unidas	Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido
Flic-flac (auerbach)		Dividir em partes	Completo com ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Mortais (grupado, carpado ou estendido)			Dividir em partes	completo com ajuda	completo sozinha
Saída com giro de 720 graus no EL ou ET			Completo com ajuda	completo sozinha	Executa/detalhamento
Reversão lateral ou para frente sem mão			Dividir em partes	Completo c/ ajuda	completo sozinha

APÊNDICE F -- Programa técnico de salto na fase de especialização inicial (FIG, [199-], p.81, adaptação da autora)

SOLO	Condições da etapa prep. Preliminar	8-9 anos	9-10 anos	10-11 anos	11-12 anos
Rolamento para frente	Aprendido				
Rolamento para trás	Aprendido				
Parada de mãos	Dividir em partes/Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido	
Rolamento para trás à Parada de mãos	Dividir em partes/Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido	
Estrela	Completo com ajuda	Aprendido			
Rodante	Completo com ajuda (depois da estrela)	Completo sozinha	Executa/detalhamento		Aprendido
Ponte para frente (reversão lenta)	Completo com ajuda/ sozinha	Executa/detalhamento	Executa/detalhamento	Aprendido	
Ponte para trás (reversão lenta)	Completo com ajuda/ sozinha	Executa/detalhamento	Executa/detalhamento	Aprendido	
Reversão para frente (uma ou duas pernas a finalização)	Completo com ajuda/ sozinha	Completo sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido	
Flic para frente			Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento
Reversão sem mãos		Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento
Estrela sem mãos	Dividir em partes (depois da estrela)	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido
Flic-flac com pernas unidas	Completo com ajuda/ sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido		
Flic-flac com pernas separadas	Completo com ajuda/ sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido		
Tempo (flic sem mãos)			Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento
Mortal para trás grupado	Dividir em partes (2º. ano)	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	
Mortal para trás estendido		Completo com ajuda	Completo sozinha		Executa/detalhamento
Mortal para trás estendido com 360° no EL		Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento
Mortal para trás estendido com 720° no EL			Dividir em partes	Completo com ajuda	Completo sozinha
Duplo mortal para trás grupado ou carpado			Completo com ajuda	Completo sozinha	
Mergulho (peixe)	Completo com ajuda (2º. Ano)	Completo sozinha	Completo sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido
Mortal para frente grupado	Completo com ajuda (2º. Ano)	Completo sozinha	Completo sozinha	Executa/detalhamento	Aprendido
Mortal para frente carpado/chega 1 pé		Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento	
Mortal para frente estendido		Completo com ajuda	Completo sozinha		Executa/detalhamento
Twist			Completo com ajuda	Completo sozinha	Executa/detalhamento

APÊNDICE G -- Programa técnico de salto na fase de especialização aprofundada (FIG, [199-], adaptação da autora)

SALTO	12-13 anos aproximadamente	13-14 anos aproximadamente	14-15 anos
Corrida de aproximação	aceleração ótima	de acordo com as circunstâncias	
Abordagem no trampolim	avançado em ambas as direções	de acordo com as circunstâncias	
Técnicas de apoio no aparelho e no solo (frente, trás e lateral)	segundo o tipo de salto trabalhado	segundo o tipo de salto trabalhado	
Salto verticais (em altura, em profundidade)	Somente pré-preparação ou pós-recuperação	somente pré-preparação ou pós-recuperação	
Variações de superfície de aterrissagem (mole, dura e diferentes partes do corpo)	segundo o tipo de salto trabalhado	segundo o tipo de salto trabalhado	
Reversão para frente	Aprendido		
Reversão com 180 graus no EL	Aprendido		
Tsukahara grupado/carpado	Executa/detalhamento	Aprendido	
Reversão e mortal para frente	Executa/detalhamento	Aprendido	
Reversão-mortal para frente carpado	completo sozinha	completo sozinha	Executa/detalhamento
Idem com colchões de 120x100x200	Aprendido		
Idem com pirueta (grupado e estendido)	Executa/detalhamento	Aprendido	
Entrada em rodante-flic (Yurchenko) com colchões para o flic	Aprendido		
Idem com pirueta	Executa/detalhamento	Aprendido	
Yurchenko grupado/carpado	Aprendido		
Yurchenko estendido	Executa/detalhamento	Aprendido	

APÊNDICE H -- Programa técnico de barras assimétricas na fase de especialização aprofundada (FIG, [199-], adaptação da autora)

BARRAS ASSIMÉTRICAS	12-13 anos	13-14 anos	14-15 anos
Balanços para frente da parada de mãos (dorsal)	Executa/detalhamento	aprendido	
Balanços para trás da Parada de mãos	Executa/detalhamento	aprendido	aprendido
Giro livre à Parada de mãos, stalder e endo – 2x	Executa/detalhamento	aprendido	
Saída em mortal estendido	Executa/detalhamento	aprendido	
Saída D ou correspondente	completo sozinha	Executa/detalhamento	aprendido
Elemento de 360°. de giro no apoio invertido (do lançamento, giro gigante, giro livre, stalder etc)	Executa/detalhamento	aprendido	
Primeira largada e retomada (ginger, jager e tkatchev)	Aprendido		
Ligação de elementos de giro com elementos de vôo	Executa/detalhamento	aprendido	

APÊNDICE I -- Programa técnico de trave de equilíbrio na fase de especialização aprofundada (FIG, [199-], adaptação da autora)

TRAVE DE EQUILÍBRIO	12-13 anos	13-14 anos	14-15 anos
Geté (afastamento antero-posterior)	Executa/detalhamento	Aprendido	
Salto afastado na posição longitudinal da Trave			
Geté com troca de pernas	Executa/detalhamento		aprendido
Giro completo			
Rodante	Executa/detalhamento	Aprendido	
Flic-flac (auerbach)	Executa/detalhamento	Aprendido	
Mortais (grupado, carpado ou estendido)	Executa/detalhamento	Aprendido	
Saída com giro de 720 graus no EL ou ET	Executa/detalhamento	Aprendido	
Reversão lateral ou para frente sem mão	Executa/detalhamento	Aprendido	
Ligação com bonificação de dança	Executa/detalhamento		aprendido
Ligação com bonificação acrobática	Executa/detalhamento		aprendido

APÊNDICE J -- Programa técnico de solo na fase de especialização aprofundada (FIG, [199-], adaptação da autora)

SOLO	12-13 anos	13-14 anos	14-15 anos
Flic para frente	Aprendido		
Reversão sem mãos	Aprendido		
Estrela sem mãos			
Tempo (flic sem mãos)	Aprendido		
Mortal para trás grupado	Aprendido		
Mortal para trás estendido	Aprendido		
Mortal para trás estendido com 360° no EL	Executa/detalhamento	aprendido	
Mortal para trás estendido com 720° no EL	Executa/detalhamento	aprendido	
Duplo mortal para trás grupado ou carpado	Executa/detalhamento	aprendido	
Mergulho (peixe)			
Mortal para frente grupado			
Mortal para frente carpado (chegada em um dos pés)	Aprendido		
Mortal para frente estendido	Aprendido		
Ligação com bonificação de dança	Executa/detalhamento		aprendido
Ligação com bonificação acrobática	completo sozinha	Executa/detalhamento	
Twist	Aprendido		