



# Crónicas (e agudas) do Desporto

Compilação de textos publicados no  
Jornal de Leiria entre 2007 e 2010

**Rui Matos**

## Índice

<b>Prefácio .....</b>	<b>6</b>
<b>1. Estava tudo a correr tão bem... (3 de maio de 2007) .....</b>	<b>8</b>
<b>2. Perigo escondido com o risco de fora (7 de junho de 2007) .....</b>	<b>12</b>
<b>3. As 7 Maravilhas (12 de julho de 2007) .....</b>	<b>15</b>
<b>4. Medalhite precoce (16 de agosto de 2007) .....</b>	<b>17</b>
<b>5. Ações pontuais (20 de setembro de 2007) .....</b>	<b>20</b>
<b>6. Montenegro, mancha negra (25 de outubro de 2007) .....</b>	<b>23</b>
<b>7. Diz-me como pontapeaste dentro da barriga da mãe... (29 de novembro de 2007) .....</b>	<b>26</b>
<b>8. Uma outra história de Natal (3 de janeiro de 2008).....</b>	<b>29</b>
<b>9. Dia dos não-murados (14 de fevereiro de 2008).....</b>	<b>32</b>
<b>10. Um bocadinho assim... (20 de março de 2008) .....</b>	<b>34</b>
<b>11. Conversa da treta (24 de abril de 2008) .....</b>	<b>37</b>
<b>12. O atleta biónico (29 de maio de 2008) .....</b>	<b>40</b>
<b>13. Correntes de ar (3 de julho de 2008).....</b>	<b>43</b>
<b>14. Jogos Allímpios (31 de julho de 2008) .....</b>	<b>46</b>
<b>15. Então e eu? (28 de agosto de 2008) .....</b>	<b>48</b>
<b>16. Dezculpas (25 de setembro de 2008) .....</b>	<b>51</b>

17. Riso dos pequenos, alegria das grandes (23 de outubro de 2008).....	53
18. Pela televisão, também eu (20 de novembro de 2008) .	56
19. Basta! (18 de dezembro de 2008) .....	59
20. Quem vê gestos... (22 de janeiro de 2009).....	62
21. Uma questão de luvas (12 de fevereiro de 2009).....	65
22. Tu quoque, Brute, fili mi! (5 de março de 2009) .....	67
23. Penso, logo... canso-me! (26 de março de 2009).....	70
24. Mo... quê?! (16 de abril de 2009) .....	73
25. Passar-se com <i>shots</i> ou... (7 de maio de 2009).....	76
26. Na caminha... ou a caminhar? (28 de maio de 2009).....	78
27. Nas Paredes ao ar livre (18 de junho de 2009).....	81
28. A luz de Jesus e CR na Terra Prometida (9 de julho de 2009) .....	83
29. Desporto no feminino (30 de julho de 2009) .....	86
30. <i>Geocaching</i> : por que não? (20 de agosto de 2009) .....	88
31. Barcelona! (10 de setembro de 2009) .....	91
32. Cabeças no ar (1 de outubro de 2009).....	94
33. Provoações motoras (22 de outubro de 2009) .....	97
34. Muros e túneis (12 de novembro de 2009).....	99
35. Não é fácil... (3 de dezembro de 2009) .....	102
36. <i>Presentes para o futuro (24 de dezembro de 2009) ....</i>	105
37. Só para mulheres (14 de janeiro de 2010).....	108

<b>38. Física e Desporto, a relação de...vida! (4 de fevereiro de 2010) .....</b>	<b>111</b>
<b>39. Barreiras à nossa Mobilidade (25 de fevereiro de 2010) .....</b>	<b>114</b>
<b>40. Tudo sobre rodas! (18 de março de 2010) .....</b>	<b>117</b>
<b>41. Jogos de corredor (8 de abril de 2010) .....</b>	<b>120</b>
<b>42. Ligados ou desligados? (29 de abril de 2010).....</b>	<b>122</b>
<b>43. Todos (in)diferentes? (20 de maio de 2010) .....</b>	<b>125</b>
<b>44. Uma outra forma de pensar o movimento (10 de junho de 2010).....</b>	<b>128</b>
<b>45. Profissionalismo ou <i>Mercenarismo</i>? (1 de julho de 2010) .....</b>	<b>132</b>
<b>46. Formar quem, como e para quê? (22 de julho de 2010) .....</b>	<b>136</b>
<b>47. Uma rotunda dor de cabeça (12 de agosto de 2010)...</b>	<b>140</b>
<b>48. Representar uma Seleção: direito ou dever? (2 de setembro de 2010) .....</b>	<b>144</b>
<b>49. Campos de Batalha (23 de setembro de 2010) .....</b>	<b>148</b>
<b>50. Homo Zappiens (14 de outubro de 2010) .....</b>	<b>151</b>
<b>51. O maior perdedor... ganha! (25 de novembro de 2010) .....</b>	<b>154</b>
<b>52. Com que olhos? (16 de dezembro de 2010) .....</b>	<b>158</b>

## **Ficha técnica**

Título: Crónicas (e agudas) do Desporto - Compilação de textos publicados no Jornal de Leiria entre 2007 e 2010.

Autor: Rui Matos, CIDESD – Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento, ESECS, Politécnico de Leiria

Edição: Politécnico de Leiria

Ano de edição: 2025

e-ISBN: 978-989-36294-0-6

DOI: <https://doi.org/10.25766/50et-tw09>



## **Prefácio**

Entre 2007 e 2010, a convite da Direção do Jornal de Leiria, foi possível dar à estampa, (mais do que) mensalmente, crónicas desportivas de vária índole. São essas crónicas que, agora, compiladas num só documento, se dão a conhecer ao público interessado nestas temáticas, algumas das quais acompanhadas de pequena nota comentada face à sua maior ou menor atualidade. Optámos, igualmente, por apresentar a sua redação utilizando o novo acordo ortográfico, em vigor desde 13 de maio de 2009, bem como por corrigir pequenas gralhas, entretanto detetadas.

À natural interrogação relativa ao porquê da sua publicação agora, respondo simplesmente que... não sei. Ou talvez saiba. Todos temos projetos permanentemente adiados, guardados para melhor ocasião. Um dia, “os astros alinham-se” e a obra nasce. Também a aparente intemporalidade ou atualidade da maioria dos textos agora apresentados nos terá levado a desejar a sua divulgação. Tendo em conta que alguns textos foram escritos há, quase, 20 anos, muitos serão os que, agora interessados no

fenómeno desportivo, na altura não lhes terão prestado atenção ou, mesmo, não lhes terão tido acesso. Alguns que irão ler estas crónicas não seriam, quiçá, sequer nascidos quando foram escritas! Para além disso, o avanço na nossa carreira profissional coloca em nós, eticamente, a obrigação de sermos promotores de reflexão, de interrogação, de inquietação. Pensar, escrever, investigar, divulgar. Disseminar.

Não espero que concordem com tudo o que escrevo nem com as opiniões que advogo. Espero e desejo, sim, que os textos disponibilizados possam servir para agitar o pensamento e fazer pensar um pouco mais além da espuma dos dias e do que, por norma, se apresenta mais à superfície. Há que ter em conta que, por baixo de um aparente inócuo e inofensivo bloco de gelo, se pode esconder um icebergue de razoáveis proporções. Ah, sim, e nem sempre a maioria terá razão!

Ao Jornal de Leiria, um especial agradecimento pelo convite então efetuado e por, volvidos estes anos, apoiar este projeto!

Agradeço ao CIDESD o apoio institucional que empresta a esta obra.

## Crónicas( e agudas) do Desporto

(Compilação de crónicas publicadas no Jornal de Leiria,  
entre 2007 e 2010)

### **1. Estava tudo a correr tão bem... (3 de maio de 2007)**

15.00 horas. Cento e vinte minutos para o início do jogo. Centenas de miúdos, juntamente com os seus pais, divertem-se alegremente no estádio Dr. Magalhães Pessoa. Muitos jogam *à bola*, em imaginários retângulos em que o campo foi dividido, tropeçando algumas vezes, caindo outras, mas sempre sorrindo. Os golos mais artísticos são entusiasticamente aplaudidos, por todos, colegas da mesma e da equipa contrária. Todos jogam descalços, experimentando as suaves carícias e o prazer do toque da relva nas plantas dos pés! As bolas, de esponja, não aleijam. Mais além, procura-se manter uma bola de voleibol no ar, o que nem sempre se consegue. Contudo, o riso é, também aqui, uma constante. Miúdos e miúdas que andam na ginástica divertem-se a fazer rodas, *flicks* e mortais. Descalços! Outros experimentam a pista. A

impulsão do *tartan* quase os faz levantar voo, arrancando-lhes gritinhos de prazer. As barreiras, espalhadas na pista, não são obstáculo! As caixas de areia também estão ocupadas. Numa, a construção de fantásticos castelos ocupa uma dezena de miniescultores, pouco incomodados com os grãos de areia que insistem em entranhar-se um pouco por todo o lado. Já na outra, ensaiam-se uns saltos compridos: corrida de balanço, chamada, voo e... queda artística! Depois de saltar, cada um deixa uma fitinha, de cor diferente da dos outros, na borda da caixa, a marcar a distância atingida. Na vez seguinte, tenta-se ir mais longe: pequenos saltos para a modalidade, grandes voos para a personalidade!

Toda agente se mexe, exercitando com gosto o gesto nunca exatamente repetido.

16.00 horas. Pausa para lanchar. Toalhas coloridas rivalizam com o impacte visual das cadeiras do estádio. As famílias reúnem-se e misturam-se, retemperando forças e fortalecendo a convivência. Partilha-se a comida com a mesma alegria com que antes se cruzaram movimentos e se ensinaram habilidades.

16.30 horas. Os jogadores começam a entrar no relvado para aquecer para o jogo. As famílias retiram-se para as bancadas, não deixando o mínimo vestígio da sua passagem. Apenas os ecos da sua fruição!

O jogo está prestes a começar. Não se veem polícias no estádio, nem fora dele. A claque da equipa visitante não foi barrada na autoestrada nem convidada a voltar para trás. Não há lugares reservados para “locais” e para “visitantes”. Os assistentes limitam-se a apoiar a sua equipa, entoando cânticos melodiosos, não injuriando a equipa parceira. As bandeiras, desfraldadas, não contêm insultos, obscenidades, ou símbolos ofensivos.

O jogo começa. O respeito entre os jogadores é evidente. As faltas, inevitáveis, são ocasionais e não maldosas. A atuação do árbitro passa despercebida, não havendo, por parte do público, qualquer referência à sua mãe.

Quando alguém, fortuitamente, é lesionado, o jogador responsável sai também do campo, aguardando o seu restabelecimento, evitando-se o evidente benefício do infrator.

Não se verificam manobras para *queimar tempo*, não só porque o espírito desportivo é algo que todos respeitam, mas também porque, seguindo os exemplos do futsal e do basquetebol, o cronómetro para sempre que a bola não está em jogo.

A certa altura, o árbitro apita. Ninguém percebe qual foi a falta, mas, ainda assim, ninguém protesta. Estranhamente, o árbitro continua a apitar, cada vez mais alto, cada vez mais forte, cada vez mais perto...

08.00 horas. Maldito despertador! Bem, horas de levantar e ir para a ESEL. Às 09.00 horas vou dar uma aula sobre Atividade Física, Lazer e Saúde, e às 11.00 horas o tema é o *Fair-Play* e as regras desportivas.

<p><b>NOTA:</b> Abstenho-me de falar da atualidade desta crónica. Infelizmente.</p>
---

## **2. Perigo escondido com o risco de fora (7 de junho de 2007)**

Aquele garoto tinha sempre os sapatos bem limpos. Impecáveis.

A sua roupa, cuidadosamente engomada, não revelava o mínimo desgaste.

De nódoas negras, nem vestígios.

O suor nunca escorria do seu rosto. O aprumo reinava.

Nunca experimentara o *skate*. Mas também nunca caíra!

Bicicleta? *Ná*, demasiado arriscado.

Brinquedos? Topo de gama. Daqueles com os quais não se brinca, mas que vemos brincar sozinhos.

Escalada? Antes os pés bem assentes no chão.

Saltar do baloiço em andamento? Credo! Vocês lembram-se de cada coisa!

Escorregar no chão gelado? Cruzes! Ainda se fosse um escorrega *ISO XPTO*... mas não empurrem!

Luta de almofadas? E a alergia ao pó e aos ácaros? E o penteado? Esqueçam!

Correr na praia? Descalço? E o lixo? E as pedras mais aguçadas? Não me parece.

Andar a cavalo? E se o bicho se passa? Passo.

Basquetebol? Experimentou uma vez, mas deu cabo de um dedo. Bem, é certo que foi só uma unha que se partiu, mas a unha faz parte do dedo, não?

Canoagem? E se os sapatos se molham? E o volante? Onde está o volante?

Os seus pais estão orgulhosos. De si próprios. Conseguiram, a muito custo, extinguir todo e qualquer risco da vida do seu herdeiro. Máxima segurança!

É certo que o garoto está um bocadito gordo. Os amigos também não abundam, mas antes só que mal-acompanhado! Bem, de vez em quando deixa escapar um lamento, manifestando vontade de brincar com os colegas, na hora do recreio, à apanhada e ao pontapé na bola.

Enfim, de ser como os outros. Mas passa-lhe depressa!  
Sempre é mais meia hora de estudo afinçado!

Ontem, aconteceu. Os seus pais tiveram de se ausentar cedo e não o puderam levar à escola. Foi obrigado a efetuar uma penosa caminhada de 300 metros. A meio do trajeto, já cansado, colocou mal um pé. Com a sua falta de agilidade e de equilíbrio, caiu desamparado no chão, resvalando do passeio para a estrada. Demasiado lento a reagir, foi incapaz de evitar o tremendo impacte.

Ontem, o suor marcou presença. As nódoas revelaram-se bem negras e magoou bem mais do que uma unha. A roupa ficou bem coçada.

Só os sapatos escaparam. Bem limpos. Impecáveis.

### **3. As 7 Maravilhas (12 de julho de 2007)**

O espetáculo decorreu num estádio de futebol. O espetáculo teve música. O espetáculo foi uma maravilha. A música no futebol é uma maravilha. O futebol na música é uma maravilha. À sua maneira, e ao longo dos tempos, muitos compositores construíram deslumbrantes palácios, ergueram imponentes castelos, levantaram sólidas torres e criaram magníficos mosteiros de palavras e notas na defesa da Maravilha que o futebol pode e deve ser.

Respeitando o cabalístico número, aqui vos deixo 7 extratos de canções escritas e interpretadas por artistas portugueses e brasileiros que se renderam... à Maravilha do futebol: “Quando tu me vires no futebol...” (Espetáculo — Sérgio Godinho); “...quem não sonhou em ser um jogador de futebol...” (É Uma Partida de Futebol — Skank); “Há zero-a-zero, há cem-a-cem...” (Zero-a-Zero — Carlos Paião); “...aqui na Terra ‘tão jogando futebol...” (Meu Caro Amigo — Chico Buarque); “...voar como Jardel entre os centrais...” (Voar Como o Jardel — Carlos T/Rui Veloso); “... vamos lá cambada, todos à molhada, que isto é futebol total...” (Carlos

Paião/Herman José) e “... olha o sambão, aqui é o país do futebol...” (Aqui é o País do Futebol — Milton Nascimento/Fernando Brant).

Mas o Desporto não é só futebol e há muitas outras modalidades desportivas igualmente Maravilhosas. Algumas têm, inclusive, uma forte associação ao número 7, como sejam o andebol (de sete), o rãguebi (de sete, variante da sua congénere de 15) e o heptatlo (conjunto de sete provas de atletismo, praticado exclusivamente por mulheres). Aproveite este Verão para conhecer e experimentar novas modalidades desportivas e não se preocupe: a prática desportiva não é um dos 7 pecados mortais e pode ser realizada em qualquer dos 7 dias da semana.

#### **4. Medalhite precoce (16 de agosto de 2007)**

Por vaidade, ganância e, certamente também, dose substancial de ignorância, muitos jovens são empurrados prematuramente para a obtenção de *resultados*, sendo a sua (e a dos seus técnicos) qualidade avaliada pela quantidade de medalhas que vão obtendo aqui e ali. O facto de se dedicarem páginas inteiras a garotos de 10 anos (ou menos!), salientando os seus *resultados*, é sintomático desta visão distorcida do que deveria ser uma carreira desportiva construída a pensar no longo prazo, respeitando as particularidades de corpos e cérebros em crescimento. Só se poderá alcançar o mais alto nível, em adulto, sem lesões incapacitantes e sem abandonos prematuros por saturação, se se proceder de forma cuidadosa e ponderada, evitando, a todo o custo, sucumbir à tentação de introduzir curto-circuitos neste trajeto para a obtenção de *resultados* efêmeros e completamente irrelevantes. Se ninguém infere tempos finais na maratona pelos resultados que os atletas conseguem fazer em 400 metros, por ser impossível manter este ritmo, por que diabo se há de dar tanta importância a *resultados* em infantis, iniciados, juvenis,

etc., quando, muitas das vezes, se trata apenas de miúdos com maturação avançada para a idade cronológica, sendo, assim, perfeitamente natural essa superioridade momentânea? Quantos e quantos destes *campeões* não abandonarão a competição ou não se perderão no mais perfeito anonimato quando, terminada essa superior velocidade de amadurecimento biológico, se tiverem de confrontar em igualdade de circunstâncias?

Contudo, as pressões são imensas. Toda a *máquina* está montada para empurrar estes jovens para a *performance* prematura, dando-lhes visibilidade, mas, sobretudo, aos que os rodeiam: pais, dirigentes, treinadores, *media*, são os principais responsáveis por esta *medalhite* que, qual pandemia, se propagou e inquinou aquelas que deveriam ser as tranquilas e saudáveis águas do desporto jovem.

É urgente que todos se consciencializem que não são os jovens que deverão servir e alimentar o fenómeno desportivo, mas sim o desporto que deverá estar ao serviço dos jovens. Mais do que *campeões*, interessa principalmente que os nossos jovens ganhem gosto pela prática de atividade física e que este se mantenha durante

toda a vida, o que, como sabemos, não está a ser conseguido. E quem se preocupa?

**NOTA:** Está em curso um Projeto (Da Formação à Competição), da responsabilidade do IPDJ-PNED e com a colaboração, desde o seu início, do Politécnico de Leiria, por via do Departamento de Desporto, Exercício e Saúde da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. Este visa discutir e, sobretudo, propor novos modelos pedagógicos de competição desportiva no desporto com jovens em que o processo seja mais relevante do que transitórios produtos. Oportunamente serão revelados os primeiros resultados desta experiência, na qual estamos fortemente empenhados e comprometidos, ao integrarmos a comissão de avaliação do mesmo.

## **5. Ações pontuais (20 de setembro de 2007)**

Não, não. Não vou dissertar acerca da necessidade de enquadrar uma panóplia de ações avulsas num qualquer Plano integrado e coerente. Estas ações são aquelas que, como o nome indicia, dão pontos. Na prática desportiva, existem dois grandes grupos de modalidades, em função da maneira de obter pontos ou golos. Num, a pontuação que vai sendo obtida é independente da forma utilizada para tal, apenas interessando o resultado da ação e não a ação em si. Aqui, os pontos ou golos assim obtidos valem todos o mesmo. Por exemplo, um golo no futebol, obtido de cabeça ou com o pé, vale sempre um e um só golo. Pois, eu sei, às vezes até com a mão...

Num outro grupo temos as modalidades em que a pontuação obtida depende fundamentalmente da execução técnica, ou melhor, da técnica da execução e da componente artística das ações realizadas. Temos os exemplos da ginástica artística, da patinagem no gelo e dos saltos para a água, entre outras. Curiosamente, no basquetebol e no rãguebi, modalidades que ultimamente nos entram amiúde pela casa dentro, pelas razões que

todos conhecem, temos uma situação híbrida, pois as pontuações que vão sendo obtidas no decurso dos seus jogos não são independentes da execução que as originou. No caso do basquetebol, podem obter-se 1, 2 ou 3 pontos com uma só ação, em função, fundamentalmente, do local onde a mesma teve lugar, embora a técnica usada seja perfeitamente irrelevante, desde que enquadrada regularmente. Também no râguebi é possível obter 5, 3 ou 2 pontos, em função das diferentes ações realizadas (ensaio, pontapé de ressaltado e de penalidade ou pontapé de transformação). Uma vez mais, o aspeto técnico não é avaliado de per si, apenas importando que, respeitando as regras, a bola toque o solo para lá da linha de meta ou passe entre os postes, por cima da barra transversal que os une. E porque o andebol é modalidade-rainha no nosso concelho, gostaria de não deixar em claro a sua variante de praia. É que, nesta, os golos podem valer 1 ou 2 pontos cada, em função da maior ou menor espetacularidade da ação que os originou ou de quem os obteve. Por falar em rainha: estaria o desporto-rei disposto a embarcar no premiar da espetacularidade? Golos de fora da grande-

área, obtidos por pontapé-de-bicicleta ou pelo guarda-redes são três possibilidades.

Não, não, cotoveladas e diretos de esquerda podem dar pontos, mas é na pele dos adversários!

**NOTA:** Nesta altura, já me contentava com a introdução do cronómetro, como nos restantes desportos coletivos “civilizados” ...

## **6. Montenegro, mancha negra (25 de outubro de 2007)**

Talvez seja um dos poucos portugueses (não quero acreditar ser o único...) que, há alguns dias, voltaram a sentir-se envergonhados pelo comportamento de uma seleção de desportistas que representavam Portugal. Agora foi a vez da seleção masculina de sub-21 anos de futebol de 11 mostrar que o fair-play é, afinal, um conceito ultrapassado e retrógrado, com o qual a sociedade voraz dos nossos dias não se compadece. Perdia Portugal por um a zero, no Montenegro, quando um jogador português caiu no relvado, aí permanecendo. Um jogador montenegrino, na posse da bola, atirou a mesma para fora, como é normal acontecer nestas situações, facilitando assim a interrupção do jogo para que o adversário pudesse ser assistido. Surpreendentemente (pelo menos para mim, pobre ingénuo...), a equipa portuguesa, na reposição da bola em jogo, ao invés de a devolver à equipa adversária, optou por atacar de forma rápida, perante uns adversários estupefactos e desprevenidos. Da jogada resultou uma falta que culminou no golo do empate de Portugal, a que se seguiria, não muito tempo depois, o golo da vitória. Para

os adeptos das recentes teorias anti-fairplay, incluindo, presumo, os mais altos dirigentes desportivos a nível europeu, tudo normal. Para aqueles que levam muito a sério a honestidade (uns ingénuos como eu, coitados...), recusando a máxima de que os fins justificam os meios e desprezando o conceito da vitória a todo o custo, a vergonha foi mais do que muita. Confesso que me senti bem mais envergonhado do que aquando da reação intempestiva do senhor Scolari, precisamente porque essa foi irracional e esta foi mesquinha, vil, batoteira, mas não irracional. Mas mais vergonhoso ainda foi não ouvir, por parte dos mais altos dirigentes do nosso futebol e do desporto em geral, uma condenação clara e firme da atitude daqueles meninos. Coitado, o seleccionador Rui Caçador ainda veio dizer que pediu aos jogadores para devolverem a bola aos adversários, mas eles não lhe obedeceram! Se não lhe obedeceram, das duas uma: ou os jogadores não obedecem ao treinador desta seleção e, aí, não se percebe o que está ele (e eles) lá a fazer, ou então o treinador é mentiroso, dizendo que pediu o que não pediu. Em qualquer das situações, a situação é muito grave. Lembrem-se do que fez, há uns anos, o treinador Arsène

Wenger quando a sua equipa ganhou um jogo em Inglaterra por situação semelhante? Pois, pediu à Federação Inglesa de Futebol para repetir o jogo. Mas esse, coitado, como eu, não passa de um ingénuo...

**NOTA:** Este episódio passou-se em 1999, num jogo da Taça entre o Arsenal e o Sheffield United. Felizmente, diversos exemplos como este têm ocorrido, talvez não com a frequência com que gostássemos que acontecesse. Que se consiga que, de uma vez por todas, se acabe com a estupidez da frase de “O fair-play é uma treita!”

## **7. Diz-me como pontapeaste dentro da barriga da mãe... (29 de novembro de 2007)**

A mais recente e divulgada notícia envolvendo estupidez, ganância e ignorância, tendo o desporto por pano de fundo, envolve uma disputa por, pasme-se, um garoto de oito (!) anos. Não interessa quem é nem interessa quem são os clubes que o disputam, ou destroem, consoante o ponto de vista. O que é, a meu ver, importante salientar, é que, por mais falível que seja, e é, a predição de elevados rendimentos, em adulto, a partir de indicadores detetados pelos célebres *olheiros* (*biscateiros* seria um termo bem mais adequado...), em crianças e jovens *prodígios*, situações como esta continuam a acontecer, com a criminosa complacência de muitos (ir)responsáveis pelo desporto no nosso país. Para evitar que as crianças, desde muito cedo, sejam encaradas como *carne para canhão*, alimentando a ganância de pais, dirigentes, clubes, associações, federações, comités e países, somos obrigados a, crónica após crónica, exercer o nosso dever, enquanto formadores de jovens e de futuros quadros desportivos, alertando para a vergonhosa atuação de quem

deveria ser proibido de se aproximar a menos de cem metros de crianças e jovens. Já por mais de uma vez o disse, neste e noutros locais, que, para mim e para quem percebe um mínimo de desenvolvimento motor e desportivo, valem zero os resultados obtidos por crianças e jovens e, por isso mesmo, não deveriam ser minimamente valorizados nem exacerbados por ninguém, de pais a dirigentes, de treinadores a jornalistas. Contudo, não é isso que se vê. Depois, quando a frustração pela ausência de resultados e medalhas aparece, o caminho mais fácil é o abandono desportivo, muitas vezes na altura em que o rendimento se deveria começar a potencializar e a manifestar. Num país desenvolvido, não haveria lugar para aqueles que, sob a pomposa denominação de *detetores de talentos*, se dedicam a, desde muito cedo, criar ilusões em garotos e pais, os quais, por ignorância, vaidade e ganância, embarcam em comboios que, fatalmente, mais tarde ou mais cedo, irão descarrilar.

Pode ser que me engane, mas não deverá faltar muito para começarmos a ver *olheiros* a assistir a consultas de obstetrícia, medindo o impacte dos pontapés intrauterinos,

de contrato e caneta em riste, a que se seguirá, não muito tempo depois, uma aposta decisiva na descoberta do gene responsável pela habilidade para o futebol. Só que aí, ou muito me engano ou mais depressa se descobrirá o gene responsável pela estupidez humana...

**NOTA:** A atualização passará pelo facto de já se ter baixado dos 8 anos...; por outro lado, é, obviamente, tentador pensar que o nosso filho poderá ser a futura galinha dos ovos de ouro, ainda que as possibilidades de isso ocorrerem serem ínfimas e que, por cada um que apareça, milhares sejam descartados. Pior que isso, possam passar a detestar a prática de atividade física no futuro, com as graves consequências que daí advirão aos mais diversos níveis, contribuindo para nos continuar a situar na cauda dos países na União Europeia em que uma maior percentagem de cidadãos pratica a referida atividade física com regularidade.

## **8. Uma outra história de Natal (3 de janeiro de 2008)**

Junto à casa dos pastéis de Belém, a dois passos do Mosteiro dos Jerónimos, num modesto T1, viviam José e Maria, apaixonado casal, com o seu filho Jesus. José, carpinteiro, trabalhava na Movifruta. Maria, só com o 9º ano, vendia bilhetes no Centro Cultural de Belém.

Jesus, com 18 anos, era um exímio atleta. Corridas, saltos e lançamentos não tinham, para si, segredo. Não havia, a nível mundial, ninguém capaz de o bater em nenhuma das disciplinas do atletismo.

Até que, um dia, alguém bateu à porta do velho T1. José foi abrir e deu com três sujeitos, com aspeto de estrangeiros, que falavam línguas esquisitas. Chamou por Jesus, na esperança de que este entendesse aqueles forasteiros. Desde novo que ele revelava uma queda especial para as línguas, árabe, grego e aramaico incluídas, vá-se lá saber porquê. Jesus percebeu rapidamente que eram, de facto, estrangeiros: um israelita, um iraquiano e um paquistanês. Tinham vindo de muito longe e, para passarem despercebidos, aproveitaram a realização da Cimeira Europa-África, ali pertinho. Pernoitaram em

Oeiras e tencionavam apanhar o comboio para Belém, mas, estando a circulação de comboios na linha de Cascais interdita, lembraram-se de visitar a tenda de Yasser Arafat e roubaram três camelos. Tinham uma proposta para lhe fazer. Irrecusável, segundo eles. Todos eles queriam ser respeitados nos seus países e, se possível, ascender aos mais altos cargos governativos. Para impressionar os seus conterrâneos, propunham-lhe que competisse contra eles, perdendo propositadamente a troca de choruda quantia. O israelita oferecia-lhe uma enorme quantia em ouro. Com ele, poderia comprar o mais moderno equipamento desportivo, tornando-se ainda mais competitivo. O iraquiano prometia-lhe incenso em quantidades industriais, lembrando-lhe que o perfume por ele exalado, ao arder, funcionava melhor que qualquer das substâncias dopantes conhecidas, tendo a vantagem de não ser detetado nos controlos antidoping. Finalmente, o paquistanês oferecia-lhe mirra, salientando as suas propriedades antissépticas, combatendo, por exemplo, o pé-de-atleta, e funcionando, também, como potente analgésico, ações fundamentais para um desportista de topo.

No fim, e após Jesus se ter recusado a entrar naquele negócio dourado, mas malcheiroso, os seus interlocutores, visivelmente desiludidos e irritados, montaram nos seus camelos e afastaram-se, vociferando e ameaçando com grandes retaliações contra os seus conterrâneos, quando regressassem.

**NOTA:** Esta crónica estará ultrapassada, dado que os episódios de corrupção no desporto (e não só) foram, há muito, banidos do cimo da terra...

## **9. Dia dos não-murados (14 de fevereiro de 2008)**

Os muros separam, dificultam, atrapalham e ocultam. Vivemos uma cultura do muro, da defesa, ainda que contra inimigos pouco mais que imaginários. Criamos redomas, barreiras, isolamo-nos em condomínios assépticos e, assim, não moramos: muramos.

E no desporto? Nesse muro, perdão, nesse mundo à parte, também se mura? Mura. E muito. Olhemos para o futebol. Aí, é ver os árbitros, pressurosos, exibindo os seus dotes de arquitetos ou engenheiros, mais ou menos técnicos, na construção, tão laboriosa quanto desnecessária e injusta, de paredes de maralha humana. E que teimosas são as suas pedras! Finalmente, quando prontas, e tal como as suas congéneres inorgânicas, estas barreiras assim erigidas ameaçam, a qualquer momento, desmoronar. Não é raro ver-se uma pedra humana rolar destas amálgamas, sem a devida autorização para tal. Quando tal acontece, o árbitro saca do cartão mas não lhe pede um autógrafo, que estas pedras rolam, mas não cantam! Contudo, barreira, muralha, muro, muralha ou paredão, são termos que não constam das leis do futebol. E é aí que parecem injustos

estes laivos construtores dos juizes desportivos, alicerçados em diretrizes, também elas, potencialmente beneficiadoras dos assim protegidos infratores. Se acaso um jogador pretende aproveitar a não-organização defensiva da equipa adversária, logo o senhor juiz árbitro o impede de o fazer, alegando o direito aos infratores de se murarem. De uma progressão, muitas vezes, sem fronteiras, cai-se nas malhas de um livre... com barreiras.

Que no dia de hoje São Valentim troque o seu arco e flechas por canhões de bom senso, destruindo estes muros de vergonha. Ah, e se com canhões não resultar, sempre se pode usar mur(r)os e... pontapés, claro!

## **10. Um bocadinho assim... (20 de março de 2008)**

Como já por diversas (muitas) vezes escrevi, aqui e noutros locais, sou frontalmente contra a existência de competições desportivas nos escalões jovens nos moldes em que elas se encontram concebidas. O exacerbado ênfase colocado no resultado imediato, não relativizado nem contextualizado, conduz, frequentemente, a um desvirtuamento dos objetivos que, a meu ver, essas competições deveriam ter. Por outro lado, colocar em confronto miúdos de 9 e de 14 anos de idade maturacional (situação perfeitamente possível quando se juntam jovens de 12 anos de idade cronológica) é, no mínimo, injusto, e, no limite, quase criminoso.

Daí que, em muitas modalidades desportivas, se tenha (a meu ver bem) abolido a realização de campeonatos nacionais nesses mesmos escalões jovens, contra a vontade daqueles que viam aí uma forma de se promover e de assumir um protagonismo, ainda que à custa do possível sacrifício do desenvolvimento (desportivo) dos jovens atletas.

Contudo, e contrariamente ao que acontece, por exemplo, com a engenharia, em que não basta sequer ser licenciado para a poder exercer, havendo a necessidade de uma certificação por parte da respetiva Ordem, no desporto toda a gente se arvora o estatuto de especialista, ainda que, do assunto, pouco ou nada perceba. Só isso justificará que, ao arrepio das indicações dos conhecedores da psicologia infantojuvenil e dos especialistas em desenvolvimento (motor) da criança, a par da posição de bastantes federações desportivas, uma conhecida empresa de produtos alimentares tenha tido a *brilhante* ideia de organizar um *Campeonato do Mundo de Futebol* para crianças de 10 a 12 anos, apoiada, infelizmente, ao que julgo saber, pela FIFA e pela Federação Francesa de Futebol. Ao que parece, não é só a essa empresa que *falta um bocadinho assim...* de juízo!

P.S. Atendendo à mais rápida maturação dos indivíduos de *raça* negra e às conhecidas dificuldades no registo de recém-nascidos em alguns países africanos, vai uma aposta que a equipa vencedora deste campeonato será

constituída, maioritariamente, por jovens negros e/ou africanos?

**NOTA:** O vencedor, neste ano de 2008, terá sido... a França.

Afinal, enganei-me redondamente, pois toda a gente sabe que as seleções francesas não têm jogadores negros...

## **11. Conversa da treta (24 de abril de 2008)**

Amigos que sabem o quanto me interesse pela temática do espírito desportivo e do desenvolvimento de valores a par da prática desportiva, enviaram-me, há dias, um vídeo onde, felizmente, o *fair-play* não foi uma treta. Num jogo de futebol disputado, creio, na Holanda, um jogador, ao devolver a bola à equipa adversária, retribuindo o gesto desportivo anterior desta, introduziu-a, involuntariamente, na baliza, obtendo um golo (legalmente válido) para a sua equipa. A estupefação foi geral, sendo fácil perceber que o mais aflito e incomodado com a situação era o executante do pontapé certo. Alguém adivinha o que se passou a seguir? Lembrem-se, isto passou-se na Holanda, não façam confusão! Pois bem: a bola foi reposta a meio-campo, como não podia deixar de ser, e, para raiva dos que entendem que o sentido ético não deve, para o domínio desportivo, ser chamado, a equipa que obtivera golo da forma insólita e injusta que referimos ficou, simplesmente... parada, deixando que os adversários progredissem no terreno, de forma livre, até à sua baliza. Aí chegados, mais não tiveram de fazer, ainda que de

forma algo envergonhada, do que empurrar a bola para o fundo da baliza contrária, sem a mínima oposição, inclusive, do guarda-redes, o qual, ostensivamente, se afastou da mesma, não esboçando qualquer intenção de travar o movimento do esférico rumo à rede que defendia. Foi, deste modo, reposta, mais do que a legalidade, a moralidade, a qual havia, inadvertidamente, sido... pontapeada!

Este e outros exemplos deviam ser mostrados às crianças e com elas discutidos, levando-as a perceber que a competição desportiva só fará sentido e só será gratificante quando for disputada, dentro do possível, em igualdade de circunstâncias e no maior respeito por todos os intervenientes. Situações como esta ajudarão, certamente, a rebater as infelizes atoardas de pessoas que, pelo (i)mediatismo que lhes é habitual e desproporcionalmente concedido, deveriam ter o maior cuidado nas afirmações que produzem, sabendo do impacte (negativo) que acabarão por ter na formação do raciocínio moral, ético dos nossos jovens. Pela minha parte, continuarei a lutar por uma humanização da prática desportiva, onde a

estética e a ética tenham o lugar que, julgo, merecem.  
Comigo, a conversa da treta não pega, nem que venha de  
Jesus...

<b>NOTA:</b> Ver NOTA da crónica 6
------------------------------------

## **12. O atleta biônico (29 de maio de 2008)**

A discussão que, até há algum tempo, era altamente improvável, roçando o absurdo ou assumindo laivos de humor negro, encontra-se, agora, plena de atualidade e coloca interrogações cuja resposta não se afigura nada fácil. A possibilidade de um atleta deficiente, por utilizar próteses de tal forma sofisticadas que poderão mesmo ultrapassar o normal funcionamento dos órgãos biológicos naturais, apresentar superioridade face a um atleta normal, levando estes a sentir-se em desvantagem face ao primeiro, já não é ficção. Oscar Pistorius, sul-africano de 21 anos, amputado aos onze meses de idade por ter nascido sem os ossos das pernas, pretendia participar, não nos Jogos Paralímpicos, expoente máximo das competições próprias para atletas com determinados tipos de deficiência comprovada, mas nos Jogos Olímpicos de Pequim, na prova de atletismo dos 400 metros planos, competindo com os atletas normais. Contudo, a Federação Internacional de Atletismo vetou, inicialmente, essa sua intenção, com base nos resultados de um estudo realizado numa universidade alemã. Segundo esse estudo, realizado

com o próprio atleta, as lâminas das suas próteses, construídas em fibra de carbono, não só lhe permitiriam uma redução de cerca de 25% no gasto energético como lhe dariam uma elasticidade/ impulsão acrescida em cerca de 30% face ao comportamento elástico ao nível da articulação de um joelho normal. O atleta, insatisfeito com esta decisão, recorreu para o Tribunal Arbitral do Desporto e viu este dar-lhe razão, estando, por essa via, autorizado a participar nos Jogos Olímpicos de Pequim 2008, caso consiga obter os mínimos para tal. Quando todos julgaríamos que a discussão passaria pelos novos equipamentos (vide recente inovação ao nível dos fatos de banho de competição, por exemplo), ou pelo reforço do combate ao *doping*, eis que nos deparamos com uma realidade que, se desejável no âmbito da medicina e do bem-estar em geral das pessoas, obriga à reflexão num plano mais ético e de equidade de participação no domínio desportivo. Estou certo de que o assunto não ficará por aqui, até porque, depois da polémica provocada por este *Blade Runner*, lá virá o dia em que um *Brave Heart*, depois das amostras sobre corações artificiais em *Space 1999*, *Star Trek* e *Robocop*, entre outros, e das experiências já

realizadas em seres humanos com problemas cardíacos, pedirá para participar na prova da maratona de uns Jogos Olímpicos com o seu coração biónico...\_

**NOTA:** A par desta polémica, nos dias de hoje outra igualmente relevante se instalou, mais concretamente quanto à (im)possibilidade de participação de atletas transgénero em determinadas competições. A situação coloca-se sobretudo nas atletas que foram, durante muito tempo da sua vida, atletas do sexo masculino. Argumenta-se que a superioridade resultante da produção hormonal diferenciada se transportará para a sua nova situação, colocando-as (os?) em situação de superioridade face a quem nasceu mulher e assim continua. A este propósito, destaque para a ordem executiva emitida por Donald Trump em 5 de fevereiro deste ano de 2025, proibindo proíbe mulheres trans de praticar desportos femininos.

### **13. Correntes de ar (3 de julho de 2008)**

Depois dos pescadores, dos agricultores e dos transportadores, agora são os saltadores que ameaçam paralisar. Com efeito, Naide Gomes e Nelson Évora, incomodados com as correntes de ar que se terão feito sentir durante a Taça da Europa de atletismo realizada em Leiria, deram a entender que, caso não se acabem as obras no estádio municipal, vedando a pista às frequentes e perturbadoras nortadas, veriam com melhores olhos a realização da Superliga de 2009 noutra local, com alguma comunicação a ventilar (nem de propósito...) a hipótese Estádio Nacional. E eu que pensava que tínhamos o melhor local para a prática do atletismo em Portugal...

Por muito que nos apetecesse dizer que, precisamente para evitar a influência do vento e de outros fatores atmosféricos adversos é que existem as competições em pista coberta, não podemos ficar indiferentes a críticas tão acutilantes como estas. Atente-se neste excerto da declaração de Nelson Évora à Lusa: “A pista de Leiria é

muito má por causa do vento. Ou tapam aquela parte (topo norte) ou é impossível haver provas de atletismo no Estádio de Leiria, pelo menos para os concursos, porque influencia muito, principalmente nos saltos”.

Continua, assim, a verificar-se a existência do estigma da ameaça em relação a esta obra arquitetónica. Primeiro, foram os responsáveis pela equipa profissional de futebol de onze da União Desportiva de Leiria a ameaçar deixar de jogar no estádio por aparente desentendimento com a empresa municipal que o gere. Agora, são os melhores saltadores portugueses, pensando, certamente, na preservação dos anemómetros, altamente suscetíveis às constantes alterações na direção e intensidade do vento. Em qualquer dos casos, mesmo não sabendo quem começou a sementeira de ventos, espero que não tenhamos todos de colher as tempestades que, para bem do desporto, se deseja que não ultrapassem os limites de um pequeno copo de água.

Para acabar, um apelo a quem manda: tapem lá como deve ser as janelas panorâmicas do estádio. Fica mais

bonito e, ainda que não se batam recordes em 2009, sempre ajudará a evitar que alguns leirienses paralistem... por pneumonia!

**NOTA:** Em novembro de 2018, noticiava o Jornal de Leiria que o Arquiteto Pedro Cordeiro havia vencido o concurso de ideias para a cobertura do topo norte do estádio, com uma proposta que contemplava uma fachada em vidro e uma cobertura ajardinada.

Em finais de janeiro de 2024, podia ler-se no sítio eletrónico da Câmara Municipal de Leiria que a requalificação do referido topo arrancaria a 5 de fevereiro desse ano, com a adaptação da torre nascente do Topo Norte para posterior instalação dos serviços locais e distritais da Autoridade Tributária e Aduaneira.

Para já, lonas já há faz algum tempo, patrocinadas pela União Desportiva de Leiria. Quanto ao desfecho, aguardemos...

#### **14. Jogos Allímpios (31 de julho de 2008)**

O mundo desportivo oferece, bem o sabemos, um palco apetecível aos mais diferentes níveis. Os Jogos Olímpicos, pela sua dimensão e simbolismo, centram sobre si as mais elevadas atenções. Não é de admirar, pois, a tentação que os diversos governos sentirão em se associar a tudo de bom que os atletas dos respetivos países consigam realizar. Nuns casos, mais ou menos inócuos, são as fotografias da praxe e as palavras de circunstância, apelando ao patriotismo e deixando o recado do “*se puderem, tragam lá umas medalhinhas*”. Nessas alturas, a referência à experiência desportiva dos próprios governantes parece, aos seus olhos, legitimar todo e qualquer pedido no sentido da superação atlética. Mais tarde, é fundamental deixar-se (ou melhor, fazer-se) fotografar na cerimónia oficial de abertura dos Jogos, com uma eventual corridinha na véspera a preparar terreno, ainda que seguida de umas fumaças envergonhadas. A sua colagem aos êxitos é, naturalmente, inevitável. Tão inevitável como o seu alheamento perante a ausência desses mesmos êxitos. Por

mais que o Desporto queira (e deva) ter a sua independência, assumindo falta de comparência aos jogos politiqueros, o certo é que, pelo menos desde os Jogos Olímpicos da Era Moderna, não mais os interesses políticos e de propaganda deixaram de querer instrumentalizar a sua prática. Contudo, o Comité Olímpico Internacional, não obstante críticas mais ou menos legítimas à sua forma de atuação, lá vai conseguindo, aqui e ali, resistir às mais variadas pressões. Se, em plena Guerra Fria, teve papel decisivo na participação dos países de leste nos Jogos Olímpicos, agora foi a vez de o Iraque ser proibido de participar em Pequim pela ingerência que, alegadamente, o seu governo terá tido no respetivo Comité Olímpico. Pena é que aqueles que deveriam ser os verdadeiros protagonistas, os atletas, sejam (como sempre) os mais prejudicados por estas politiquices. O desporto aos desportistas, sejam eles mais ou menos ímpios.

**NOTA:** 4 edições passadas sobre os JO de Pequim, pouco mudou. Na mais recente, em Paris 2024, Rússia e Bielorrússia foram proibidas de participar. Em 1920, o envolvimento na I Guerra Mundial fez com que Alemanha, Áustria, Hungria, Bulgária e Turquia fossem as primeiras nações a verem vedada a sua participação nuns Jogos Olímpicos, em Antuérpia (Bélgica).

## **15. Então e eu? (28 de agosto de 2008)**

Como muitos de vós se terão já apercebido, para participar nos Jogos Olímpicos (JO) nem sempre chega ser o detentor de uma marca de elevado nível internacional, bem como, por vezes, ter essa mesma marca acaba por não ser um pré-requisito incontornável. Confuso? Talvez, mas é o que decorre da Carta Olímpica, atualizada e modificada por ocasião da 119ª Sessão que decorreu na Guatemala, em 7 de julho de 2007, sendo que a versão anterior datava de 1 de setembro de 2004. A Carta Olímpica é a codificação dos Princípios Fundamentais do Olimpismo, Regras e Regulamentos adotadas pelo Comité Olímpico Internacional (COI). É assim que o Regulamento da Lei 45 (lei relativa aos convites e vagas) estipula que o número de vagas por desporto é estabelecido pelo Comité Executivo do COI, após consulta às Federações Internacionais relevantes, dois anos antes dos respetivos JO. Diz ainda que o número de vagas nas provas individuais não poderá exceder o número limite estabelecido nos respetivos Campeonatos Mundiais e

não poderá exceder, em nenhum desporto, três por país. Curiosamente, estabelece-se ainda que este Comité Executivo poderá conceder exceções em certos desportos... de inverno. Falando ainda de números, e caso não seja decidido nada em contrário, dever-se-á limitar a 10.500 o número total de atletas participantes. É por isso que atletas de países extremamente fortes numa dada modalidade acabam, muitas vezes, por se verem impedidos de participarem nos JO.

Percebe-se que, sendo uma das características do Movimento Olímpico a cobertura dos 5 continentes (simbolizada nos 5 anéis olímpicos entrelaçados), e havendo naturais limitações logísticas à participação ainda mais abrangente nos JO, o COI opte por ter atletas de um elevado número de países, ainda que alguns possam apresentar rendimentos deficitários, mas atendendo aos interesses e valores em disputa, cada vez menos materializados numa simples coroa de louros, difícil se torna entender que os participantes nos JO não sejam, de facto, os melhores do mundo nas respetivas

modalidades: convite à mudança de nacionalidade (onde é que já vi isto, por motivos pouco diferentes?)? E, já agora, a quem aproveita a limitação etária (superior), anacrónica e desfasada em relação a todas as outras modalidades desportivas, que o futebol apresenta? A haver preocupação com idades nos JO, que tal começarem pelo outro lado (inferior), colocando a fasquia, quiçá, no se ter já largado as fraldas ou, condescendamos, na ultrapassagem da dentição de leite?

P.S. Três jamaicanas nos três primeiros lugares dos 100 metros do atletismo feminino. Pois, não podiam ser mais!

**NOTA:**

Por exemplo, a Federação Internacional de Ginástica exige que os ginastas tenham/completem pelo menos 16 anos de idade no ano dos Jogos Olímpicos. Já a Federação Internacional de Natação estabelece como idade mínima de participação os 14 anos.

## **16. *Dezculpas* (25 de setembro de 2008)**

Há desculpas e desculpas. Há realidades mais ou menos incontornáveis, acarretando desequilíbrios competitivos que se deverão, naturalmente, aceitar, seja por diferenças nas possibilidades de recrutamento de atletas ou por outras condições diferenciadas de preparação. Contudo, dormir sistematicamente à sombra dessas diferenças à partida faz com que se instale uma cultura de fatalismo e de desresponsabilização que em nada ajuda os nossos jovens a perceber que é necessário assumir a responsabilidade pelo que (não) se faz.

No desporto, como na vida em geral, que bom seria arcarmos sempre com as consequências das nossas (in)decisões e (in)ações, evitando o recurso à desculpa fácil e moralmente reprovável. Pelo respeito da dimensão ética e pela formação de futuros adultos responsáveis e íntegros, faço um apelo para que se deixem de ouvir expressões como estas dez que agora vos deixo. Ajudaremos, com esta mudança, os jovens a perceber que quase sempre quem se prepara mais e, sobretudo,

melhor, tem maiores probabilidades de alcançar o tão desejado êxito, assim como que a sorte, como todos sabemos mas bastas vezes nos esquecemos, dá muito trabalho. 1) *Tivemos de jogar contra a equipa adversária e contra a equipa de arbitragem;* 2) *A sorte não quis nada connosco;* 3) *Não gosto deste tipo de competição;* 4) *O vento (a chuva, a humidade, o calor, o piso, etc.) prejudicou-nos;* 5) *Entrámos mal no jogo;* 6) *As pernas não responderam;* 7) *De manhã não rendo;* 8) *O cavalo assustou-se;* 9) *Estava muita gente a assistir;* 10) *Os atletas não fizeram o que se treinou.*

P.S. Qualquer semelhança entre algumas destas *desculpas* e as apresentadas por atletas da recente delegação olímpica portuguesa são pura coincidência...

## **17. Riso dos pequenos, alegria das grandes (23 de outubro de 2008)**

No sábado à noite, já deitado, surgiu-me a ideia para a escrita do artigo desta semana. Fiquei algum tempo a matutar no mesmo, o que, aliado ao incómodo de um par de mosquitos, fez com que o sono chegasse apenas pela madrugada dentro. Decidi que, na tarde do dia seguinte, passaria para o papel, e depois para o computador, as ideias que, nesse período, me tinham surgido. Contudo, ao assistir, na televisão, ao jogo de Andebol entre as equipas seniores masculinas do Águas Santas e do Sporting Clube de Portugal, tomei a decisão de mudar o assunto da minha prosa mensal. Por isso, não irei dissertar acerca do binómio, que não necessariamente antinomia, movimento/imobilidade no desporto, não mostrando como, muitas vezes, uma ausência de movimento, como um apoio facial invertido (pino) ou um Cristo nas argolas poderá ser tão ou mais difícil de realizar do que um movimento propriamente dito, nem que é das posturas corretas que saem os movimentos mais eficazes. Também por isso não lembrarei que, em certos desportos, ditos de

precisão, o doping mais utilizado consiste na utilização de substâncias (betabloqueantes) que visam, dito de forma simples, dar uma tranquilidade e uma segurança que impeçam a mão, o braço e outros segmentos corporais de tremer, assegurando o tiro certo e o disparo preciso. Não, deixemos isso para outra altura. Vamos ao Andebol. Ou melhor, à alegria no desporto. Já na segunda parte do jogo referido, perdia a equipa do norte, em sua casa, por uma diferença não habitual em jogos da Liga Profissional de Andebol (16 golos), quando, numa combinação espetacular (jogo aéreo) e eficaz, obteve êxito. Apesar de, em termos de definição do vencedor do jogo, pouco (ou nada) ter adiantado, o certo é que, pela sua espetacularidade, tal ação arrancou fortes aplausos à assistência, levando, também, um quarteto de pequenitos, ostentando com satisfação o fato de treino do clube da casa, a exhibir rasgados sorrisos e a pular de alegria pelo belo momento, manifestação oportunamente captada pelas câmaras de televisão.

No desporto, como na vida em geral, ninguém gosta de perder. Eu, fiquei bastante contente de não ter perdido... a alegria daqueles pequenitos!

## **18. Pela televisão, também eu (20 de novembro de 2008)**

Por uns motivos ou por outros, a avaliação entrou, decididamente, na ordem do dia. No domínio desportivo, o foco dos holofotes mediáticos, à falta de cultura desportiva, continua a apontar para a arbitragem, concretamente no que ao futebol diz respeito, arrastando consigo todos os que tomam acriticamente por certo o que é mais badalado. Vem isto a propósito da avaliação (crucificação?) dos árbitros de futebol tendo por referência a utilização de imagens televisivas. Sejam claros: não somos contra a utilização de meios auxiliares de diagnóstico para ajudar na tomada de decisões mais corretas e mais justas, tendo já sido demonstrada a sua viabilidade noutras modalidades desportivas. Há que pesar os prós e os contras, verificar exequibilidades e fazer as testagens preliminares, avaliando o seu impacte nas competições reais. No entanto, coisa bem diferente é avaliar (condenar?) o trabalho desenvolvido em campo pelas equipas de arbitragem recorrendo a filmagens. Se poderemos estar de acordo com as mesmas para avaliar aspetos como colocação, movimentação e condição física

(alguns dos mencionados no Guia do Observador de Árbitros elaborado pelo Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Futebol), já não conseguimos compreender como é que se poderá aferir a qualidade (acerto ou erro) de algumas decisões que os árbitros tomam se essa apreciação for feita em circunstâncias e recorrendo a meios diferentes daqueles de que eles dispõem no momento! Será legítimo concluir que o árbitro auxiliar errou quando se descobrem foras-de-jogo mal assinalados após diversos visionamentos em movimento lento, a partir de câmaras colocadas em plano bastante mais elevado do que aquele em que os árbitros auxiliares se movimentam, com sobreposição digital de linhas auxiliares, entre outras disparidades absurdas? Deverá ser considerado erro aquilo que humanamente, e em direto, é impossível de detetar? Estaremos todos a errar quando, na mais completa escuridão, não vemos o que uma câmara de infravermelhos facilmente deteta? No jogo, há demasiados *burros e ciganos* para tão poucos olhos! Mais que boa visão periférica, fundamental e treinável, terão um dia os árbitros auxiliares de apresentar certificado que comprove possuírem estrabismo para poderem desempenhar a sua

função? Comodamente sentados, nunca erramos. A menos que estejamos num banco de automóvel e com um volante nas mãos...

**NOTA:** Cerca de 9 anos após esta crónica, e numa outra perspetiva, foi introduzido o célebre VAR (*Video Assistant Referee*). Ao que parece, e contrariamente ao que referia em 2008, mesmo comodamente sentados o erro parece manter-se, e não é só a conduzir um automóvel...

## **19. Basta! (18 de dezembro de 2008)**

Por mais que os entendidos nas coisas do desporto juvenil se esforcem em tentar passar a mensagem, o certo é que, como várias vezes aqui tenho referido, tudo continua na mesma ou, atrever-me-ia a dizer, pior. A caça ao pseudo-talento não tem sazonalidade, e as infelizes criaturas, ao contrário das habituais espécies cinegéticas, só percebem que foram caçadas alguns anos mais tarde. Sob a capa de desenvolvimento da prática desportiva juvenil, o que existe é uma luta desenfreada pela manutenção de uma aura de competência, alicerçada nos resultados desportivos dos incautos petizes, os quais não tiveram a felicidade de escolher pais atentos, treinadores competentes, dirigentes escrupulosos, jornalistas responsáveis, um país desenvolvido, um mundo humanizado. Quantos dos campeões em idades jovens foram também campeões na idade do rendimento, a idade adulta? Se são tão poucos, por que motivo se insiste em exaltar, de forma absurda, os resultados obtidos a meio, ou até antes, da pirâmide do desenvolvimento desportivo? Estarão as autarquias disponíveis, e terão a coragem, para

acabar com o critério de apoiar de forma especial os clubes cujos atletas/equipas se sagrem campeões em competições dos denominados escalões de formação? Será difícil perceberem que esse será mais um incentivo para se treinar mal nesses escalões, podendo conduzir a uma aplicação desajustada de cargas de treino, na ganância do resultado imediato? Estarão as Associações de modalidade e as respetivas Federações disponíveis, e terão a coragem, para acabar de vez com o modelo anacrónico, decalcado do modelo adulto, das competições juvenis? Estarão os clubes, treinadores e dirigentes disponíveis, e terão a coragem, para acabar com a especialização precoce dos seus petizes? Acabarão de vez com a estupidez e a chantagem de obrigar o jovem atleta a escolher, por vezes aos 10 anos, entre uma ou outra modalidade que o mesmo deseja praticar simultaneamente, alegando a incompatibilidade da sua prática ao longo da semana ou no fim-de-semana? Poderão as competições perder o carácter de dramatismo que agora encerram, relativizando resultados e enfatizando o prazer da prática, não havendo grupos/equipas estáveis, mas sendo possível fazer acertos entre elementos de diferentes equipas/clubes para

homogeneizar e equilibrar as mesmas, aspeto fundamental para o desenvolvimento desportivo? Estaremos todos dispostos a continuar a assistir a atropelos à ética desportiva e a linguagem obscena e malcriada nas competições dos nossos filhos? Eu, não! Voltaremos, inevitavelmente, a este assunto, continuando a aborrecer aqueles que se arvoram no direito de continuar a comprometer o futuro, pessoal e desportivo, de grande parte da nossa juventude, com atos e condutas que ninguém hesitaria em classificar como de exploração infantil, não fosse o caso de se estar a falar de desporto, onde, ao que parece, vale tudo.

## 20. Quem vê gestos... (22 de janeiro de 2009)

Uma granada de gás lacrimogéneo lançada para dispersar uma multidão e uma bola rematada para a baliza do desamparado guarda-redes de andebol. Um pontapé... na crise e um remate *de trivela* no futebol. Um papel amarrotado que se lança para o caixote de lixo (claro, o melhor seria alisá-lo e pô-lo na reciclagem!) e uma bola de basquetebol projetada na direção do cesto. Um tijolo passado de mãos em mãos, em lançamentos precisos e harmoniosamente ritmados, até ocupar o seu lugar no muro que se ergue, e o caminho seguro de uma bola de rãguebi que voa de mãos em mãos até ao ensaio final. A corrida para apanhar o autocarro que se apresta para partir sem nós e o sprint para a meta que, quieta, aguarda a chegada dos velocistas. A fuga do cavalo, em parceria com o cavaleiro, à cornada do touro, no último instante, e a finta soberba, saída do nada, deixando o defesa colado ao chão. O soldado que dispara em palco de guerra e o atleta que atira a um prato que não berra. Afinal, não será assim tão grande a distância que separa a rotina dos nossos dias da dinâmica do fenómeno desportivo. Os gestos que se

utilizam em muitas modalidades desportivas em pouco diferem daqueles que, de forma utilitária, muitas profissões requerem para o cumprimento das suas tarefas. As analogias são mais do que muitas e, a meu ver, constituirá um interessante exercício procurar estes pontos de contacto entre as mais diversas manifestações da nossa praxis. Assim fazendo, por via destas e de outras semelhanças, seremos levados a pensar que quem vê gestos não vê, de imediato, profissões, ou, pelo menos, não verá apenas uma! A mensagem? Mexa-se, faça muitos gestos, ponha o seu corpo em ação, pois ele irá agradecer, independentemente do âmbito mais ou menos desportivo em que elas ocorram. Como é lógico, o músculo não sabe, nem tem de saber, se são pesos cuidadosamente empilhados numa qualquer máquina de musculação que estão a ser mobilizados ou se são caixotes de fruta que se manipulam e se movimentam. Os efeitos dependerão, logicamente, da qualidade e quantidade dessa mobilização, devendo, acima de tudo, ser realizada de forma correta e segura. Claro está que esta recomendação e as analogias que apontei não justificam que, sob o pretexto de se fazer exercício físico e realizar muitos

gestos, se opte pelo arremesso... de cadeiras para o relvado ou se tente bater o recorde mundial de cuspir em distância...

**NOTA:** Experimentem pesquisar “arremesso de cadeiras para o relvado” e vão descobrir uma *nova modalidade desportiva*...

## **21. Uma questão de luvas (12 de fevereiro de 2009)**

As luvas aquecem. Por vezes, queimam... No desporto têm, nalguns casos, papel de destaque. Paradigmáticas no boxe, atenuam, de forma sensível, o efeito que adviria de um impacte direto das mãos despidas, tanto no executante como no executado. No futebol, as luvas ajudam a aumentar a aderência. O que não deixa de ser curioso, pois, paralelamente, retiram sensibilidade tátil às mãos dos guarda-redes que, de forma desesperada, anseiam por apertar de forma segura aquele objeto redondo. Por falar em falta de sensibilidade, deixem-me viajar no tempo e recordar a decepção que senti quando, após vários anos a jogar futebol na rua e, mais tarde, nas equipas do liceu da Figueira da Foz, calcei, pela primeira vez, umas chuteiras de futebol de 11, na equipa de juvenis da Naval 1º de Maio: duras, rígidas, que diferença para os modelos atuais, ergonómicos, leves e flexíveis. Rijas como cornos, mais parecendo os típicos tamancos holandeses, impediam o encaixe perfeito entre bola e pé, verdadeiro manipulador daquela, naqueles campos tantas vezes enlameados e quase sempre agrestes, mas, ainda assim, tão irresistíveis.

Estava assim criada uma barreira que separava, de forma artificial e com inevitáveis reflexos no conforto e na eficácia, o sentir do agir. Desde aí, não mais gostei de usar quaisquer artefactos que me privassem das necessárias e prazenteiras sensações que tão bem casam com as ações. Até ao dia em que, experimentando um frio glacial, na ordem dos quinze graus negativos, aquando de um breve período de lecionação na Noruega, dei graças pela existência das referidas luvas, as quais, felizmente, e apesar da maior dificuldade em sentir o toque dos bastões de esqui, permitiram que as minhas mãos, pouco habituadas a temperaturas mais próprias de congelador, mantivessem as suas capacidades intactas. Aos colegas e amigos noruegueses, aqui deixo o meu público agradecimento pelas luvas que me cederam e que, confesso, recebi sem qualquer constrangimento ou peso na consciência...

## **22. Tu quoque, Brute, fili mi! (5 de março de 2009)**

Anúncio no Jornal de Leiria, na edição da semana passada: “Circuito Nacional Sub-8 e Sub-10, 2ª Etapa – Zona Centro”, etc. Li e não queria acreditar. A Federação Portuguesa de Ténis e um Clube de Leiria levavam a cabo uma prova para atletas de SUB-8! Se só este facto já era motivo para espanto (se ainda algo a este nível me espantasse), continuar a pesquisar o anúncio levou-me a detetar um simpático boneco, no canto inferior direito, que desvendou o mistério de tal evento: enquadrava-se no PNDDT (Programa Nacional de Detecção de Talentos). Talentos, com menos de 8 anos, no Ténis? Sendo um talento alguém que apresenta traços e características que o fazem distinguir dos demais da sua idade, não sendo essa superioridade devida a avanços maturacionais que são, naturalmente, passageiros, fiquei, pelos motivos que tantas vezes já aqui deixei expressos, mais do que surpreendido, desiludido, pela continuação de uma linha de atuação que não tem minimamente em conta tudo o que tem sido escrito e todos os alertas que têm sido feitos por especialistas no desenvolvimento da criança, aos mais

variados níveis. Não resisti e fui pesquisar, procurando saber mais acerca deste Programa. No sítio da Federação Portuguesa de Ténis, lá encontrei mais algumas informações, das quais destaco alguns dos objetivos gerais a atingir com este Programa: “Identificar os Jovens Talentos Nacionais, masculinos e femininos, a partir dos 7 anos de idade. Dinamizar a atividade dos escalões de Sub-8 e Sub-10 com estágios e competições adaptadas. Participar na sua formação e desenvolvimento através de jornadas de controlo. Organizar o Circuito Nacional de Sub-8 e Sub-10 com regras, dimensões de campos e bolas adaptadas.” Do mal, o menos: deu para perceber que “sub-8” e “sub-10” se referiam a “anos”, e não, como a certa altura comecei a reear, a “meses” de idade. Ficam também a saber os pais que, aos 7 anos, os seus filhos, ao brincarem ao ténis (Ténis?), correm o risco de serem observados por certos olheiros que, pressurosamente, os encaminharão para jornadas de controlo. Esta ânsia, por eventual ganância e, quiçá, ignorância, de descobrir tesouros, encontra, infelizmente, eco e recetividade nos pais que, por essa via, julgam ter o rendimento (o dos seus talentos e o seu) assegurado. Mas voltando ao anúncio que

referi: sabem o que é que me custou mais ler? Depois de tanto tempo a escrever neste Jornal, o que mais me custou foi ver, no canto inferior esquerdo:” Com o Apoio do Jornal de Leiria”. Ao jeito de Caius Iulius Caesar: “Até tu, Colipo Jornalis Jornalium!”

### **23. Penso, logo... canso-me! (26 de março de 2009)**

Pensar dá muito trabalho. Não daquele trabalho que a Física nos ensinou, resultante do produto da ação de uma Força por um Deslocamento de um corpo, mas cansa na mesma. Além disso, pensar obriga a vencer a inércia de seguir o rumo programado por outros ou a alterar a forma habitual de realizar algo, não sendo, por esta via, muito distante daquilo que se entende por inércia no âmbito da mesma Física. Infelizmente, aqueles que pensam pela própria cabeça (será que quem não pensa pela própria cabeça pensa de facto?) são, não raras vezes, incomodados e tidos como incómodos. O peso da tradição é enorme e, por exemplo, ao nível da Educação, por mais que se propague e que os Programas apelem ao raciocínio divergente, o certo é que somos todos, desde pequenos, moldados e formatados para papaguear respostas unidirecionais e para responder de forma *apropriada*. Acontece que essa forma aparentemente adequada de progredir no trajeto educativo, reproduzindo sem erros o que a autoridade máxima e absoluta definiu, acarreta, inevitavelmente, a produção massiva de seres desprovidos

de capacidade de reflexão, de iniciativa ousada e empreendedora e de sentido crítico. No Desporto, o fenómeno também não é muito diferente. Poucos jogadores têm a capacidade e a coragem para questionar a forma e o objetivo de realizar determinados exercícios de treino, sendo, muitas vezes, quando a isso se atrevem, admoestados, sendo o treinador célere em lembrar-lhes que, ao jeito da tropa, eles estão ali para fazer o que ele pede e não para pensar. Curiosa sentença, quando, em campo, são eles que têm de decidir, em centésimos de segundo, o que fazer. O treinador, como líder, deverá ser capaz de delegar funções nos seus atletas, potenciando todas as suas potencialidades, fazendo-os sentir que estão juntos no processo de crescimento mútuo. Os bons treinadores, quais bons gestores de um negócio empresarial, sabem que, para que alguém produza mais e melhor, tem de se sentir motivado para tal, passando essa motivação pela sensação de utilidade e de quota-parte na tomada de decisões. Se algum treinador tem medo de que os seus jogadores pensem é porque ele próprio não terá pensado o suficiente para responder às suas dúvidas. É por isso que se torna cada vez mais urgente que os atletas

descubram, de forma criativa, as melhores soluções para os problemas que as situações desportivas lhes colocam. E se têm dúvidas de que isto resulte, deem um salto ao país dos *nuestros hermanos*, vejam como lá se treina ténis, andebol, basquetebol, futebol, etc., e talvez percebam o porquê dos seus resultados desportivos.

Cabecinha pensadora...

**NOTA:** Clube com mais títulos de Campeão Europeu sénior masculino:

- Futebol: Real Madrid;
- Basquetebol: Real Madrid;
- Andebol: FC Barcelona

País com mais títulos de Campeão Europeu sénior masculino:

- Futebol: Espanha;
- Basquetebol: União Soviética (Espanha em 3º, sendo que, das 6 edições realizadas desde 2009, venceu 4 e ficou em 3º nas outras duas, sendo o maior vencedor desde essa altura;
- Andebol: Suécia (Espanha em 3º, mas com mais lugares de pódio (9)

## **24. Mo... quê?! (16 de abril de 2009)**

Quando, em Agosto de 1989, o Instituto Superior de Educação Física (ISEF) de Lisboa se passou a chamar Faculdade de Motricidade Humana (FMH), mais do que uma mera mudança de nome foi, na verdade, uma mudança de paradigma. Aqueles que, como eu, por lá passaram nessa altura, sentiram, apesar de ainda demasiado novatos para a apreender na sua totalidade, a transformação em curso e o perspetivar de uma nova forma de encarar a atividade física e desportiva. Olhada inicialmente de forma desconfiada por muitos, como sempre acontece quando algo diferente se pretende assumir, ainda hoje, vinte anos passados sobre a formalização da alteração, são bastantes aqueles que se interrogam acerca da virtude desta Motricidade Humana. E, no entanto, dez anos antes da referida transformação, já o Doutor Manuel Sérgio escrevia, no *Jornal da Educação*, que havia nascido mais uma Ciência do Homem: a Ciência do Movimento Humano. Entre outras virtudes deste olhar científico, salienta-se, a meu ver, a possibilidade de maior abrangência de intervenção daqueles que aprenderam a

lidar com o movimento humano, nas suas mais variadas expressões. Não mais terá de haver um laço estreito e unívoco entre a Educação Física e a prática desportiva, mas, de forma mais ampla, deverá reconhecer-se a possibilidade de todas as atividades físicas serem estudadas no âmbito da Motricidade Humana. Na verdade, seria interessante fazer-se uma reflexão séria e pensar-se se, por exemplo, fará sentido que a prática de atividade física orientada nas nossas escolas se esgote no domínio desportivo. Pessoalmente, creio que não. Creio até que, fazendo um paralelo com as possibilidades que a maioria dos clubes oferece, seria muito mais lógico encontrar uma articulação com estes para essa oferta multilateral do que insistir em iniciações estéreis de diversas modalidades, quase sempre as mesmas, cuja repercussão positiva no futuro dos jovens deixa muito a desejar. Não estamos contra, naturalmente, a prática desportiva no âmbito da Educação Física escolar, mas entendemos que esta deverá estar ao serviço dos jovens, proporcionando-lhes experiências que os façam, por um lado, melhorar as suas possibilidades e habilidades de movimentação e, por outro, ganhar motivação para continuarem a ser cidadãos

ativos durante toda a sua vida, mesmo quando já não existir uma formalidade como uma aula de Educação Física. E aí, acreditem, será preciso ter experimentado bem mais do que os desportos que se praticam atualmente nas nossas escolas. Malabarismo, skate, BMX, capoeira, hip-hop, orientação, canoagem, entre tantas outras atividades, ainda que sem nome, deverão ter o seu lugar na Escola. Vamos a isso?

## **25. Passar-se com *shots* ou... (7 de maio de 2009)**

Numa altura em que os portugueses olham com especial atenção para o Ténis, não só pelos resultados que Frederico Gil e Rui Machado têm obtido, mas, também, pela proximidade do *Estoril Open*, dei por mim a estabelecer um paralelo entre esta modalidade desportiva e outra que, de desportiva, pouco terá. Segundo um estudo realizado em Coimbra, coordenado pela médica Rosa Costa, durante a Queima das Fitas do ano passado, os jovens consomem álcool de forma excessiva durante o referido evento. Além disso, ao longo do ano, esse consumo é igualmente preocupante. Metade das 395 pessoas que constituíram a amostra deste estudo foram classificadas como tendo um consumo nocivo ou mesmo como sendo álcool-dependentes. Mais de 70% dos indivíduos tinham uma alcoolemia superior a 0,5g/l, colocando-os em situação imediata de impossibilidade de conduzir um veículo automóvel. Em Leiria, este fenómeno não deverá ser muito diferente, bastando uma visita ao recinto da Semana Académica para o comprovar. Enquanto responsável pela formação superior de

indivíduos que abraçaram a causa do Desporto na sua relação com o Bem-Estar, não posso deixar de me sentir preocupado com estes dados. Na verdade, e aproveitando a boleia do Ténis, bastante mais saudável do que passar-se com muitos *shots* seria fazer muitos *passing shots*. Todos temos responsabilidades neste fenómeno, a começar no exato momento em que com ele pactuamos e a ele condescendemos, entendendo-o como natural e inevitável. Há que ter coragem para recusar entrar em jogos gratuitos de consumo irracional de álcool, jogos esses que utilizam a chantagem inaceitável e desprezível de, a troco de permitir (ainda que metaforicamente) a alguém *ser lá da malta*, obrigar ao consumo, *de penalty* (estúpida associação ao desporto), do conteúdo momentâneo de um copo de cerveja, vinho ou outra qualquer bebida alcoólica. Como no Ténis, devolvamos a proposta do colega de mesa que *subiu à rede* com uma contraproposta original: Vai um *passing shot*?

**NOTA:** João Sousa, Gastão Elias, Michelle Brito e Nuno Borges são outros embaixadores portugueses deste desporto, com presenças de relevo por esses *courts* fora. Quanto ao consumo de álcool, o panorama continua bastante problemático.

## **26. Na caminha... ou a caminhar? (28 de maio de 2009)**

Ponte de Lima, 22 e 23 de Maio. 4º Seminário sobre Desenvolvimento Motor da Criança e a oportunidade de estar com aqueles amigos que, pelas mais variadas circunstâncias, apenas se encontram em ocasiões como esta. Organizado, desta feita, pelo Departamento de Motricidade Humana da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viana do Castelo, este evento contou com a participação de oradores de prestígio nacional e internacional, tendo tido o Centro de Investigação em Motricidade Humana, do Instituto Politécnico de Leiria, a possibilidade de nele participar, com a apresentação de duas comunicações. O local dificilmente poderia ser mais aprazível: Centro de Interpretação Ambiental, na Área de Paisagem Protegida das Lagoas de Bertandos e S. Pedro de Arcos, Complexo da Quinta dos Pentieiros. Zona protegida, com uma enorme diversidade de fauna e flora, foi o mote para, após o encerramento dos trabalhos diários, nos empenharmos, com um entusiasmo quase pueril, na busca de garças, lontras e outras espécies que raramente podemos

contemplar. Fosse por inabilidade ou falta de sorte, o certo é que pouco mais conseguimos descortinar do que meia dúzia de vacas bonacheironas, uns patos em passeio de fim-de-semana e uma garça de porte gracioso. Estou mesmo convencido de que, habituados ao bulício citadino, aquele silêncio, nos percursos pedestres que realizámos, nos fez tamanha confusão que tivemos de falar de forma mais alta do que o habitual, comprometendo, com isso, qualquer hipótese de usufruir da observação de mais espécimes raros. Ficou o exercício físico em ambiente saudável, com a ausência de redes de telecomunicações a privarmos, momentaneamente, do contacto com a civilização dos tempos modernos, mas, em sentido inverso, a proporcionar-nos a possibilidade de uma grande comunhão com a natureza, pondo em prática, de forma imediata, os conselhos do Professor Carl Gabbard, o qual já exerceu as funções de presidente da Associação Nacional Americana para o Desporto e a Educação Física, entre outras. Assim, segundo ele, tem sido encontrada uma associação entre a prática de atividade física regular e a obtenção de bons resultados académicos devido, provavelmente, ao efeito de relaxação e aumento de

concentração induzidos pelo exercício, a melhoria, por esta mesma via, da autoimagem e, principalmente, pelo aumento do afluxo sanguíneo ao cérebro, com os consequentes benefícios em termos de oxigenação e funcionamento das redes neuronais. Talvez por estarmos a apenas cerca de 60 quilómetros de Caminha tenhamos sido induzidos, e bem, a ...caminhar. Outros talvez fizessem outra associação, pensando antes em dormir, mas nós não. Somos fortes, mas não *Marcadamente Fortes*... \_

## **27. Nas Paredes ao ar livre (18 de junho de 2009)**

Manuel Sérgio, entre muitas ideias e desafios que deixou no I Colóquio sobre Tripela, realizado no passado dia 6 deste mês, exortou-nos a... ser felizes! Na verdade, a voracidade dos tempos atuais remete, bastantes vezes, o usufruto de momentos prazenteiros para as calendas gregas. As nossas cabeças, mais cheias do que bem-feitas, arrastam corpos e espíritos mais cansados do que relaxados, pintando a vida em tons cinzentos e esbatidos, tornando-nos, e aos que nos rodeiam, sorumbáticos e macambúzios. Nesta semana que passou, terão sido muitos os portugueses a deitar para trás das costas algumas dessas maleitas e preocupações, aproveitando essa magnífica obra de engenharia que dá pelo nome de... ponte. No Curso de Desporto e Bem-Estar da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, do Instituto Politécnico de Leiria, aguardámos que chegasse o final da semana e, na Praia das Paredes, realizámos um convívio entre professores e alunos. Depois de um ano letivo bastante intenso, com diversas atividades de complemento da oferta curricular propriamente dita, nada melhor do que

nos encontrarmos, docentes e alunos, num ambiente mais relaxado, menos formal, dando a conhecer e conhecendo outras facetas das nossas vidas e personalidades. Acredito que, muitas vezes, os alunos têm uma ideia dos professores (e vice-versa) que não corresponde minimamente à realidade ou que, pelo menos, há mais realidades para além daquelas que se conseguem apreender no contacto restrito do tempo letivo. Foi, também por isso, bastante compensador ter passado dois dias a jogar Voleibol, Tripela e Futebol, entre outras modalidades, e a assistir a (e a participar em) demonstrações de *Aeróbica*, *Dance-Fusion*, *Capoeira*, *Body Combat*, etc., atividades estas devidamente entremeadas com banhos de... alguma chuva e vento, mas, também, muito boa disposição. Penso que os alunos perceberam, finalmente, que os seus professores são, antes de qualquer outra coisa, pessoas, com os seus defeitos e com as suas virtudes, e que o grau de exigência que colocam naquilo que lhes propõem realizar visa, pura e simplesmente, prepará-los o melhor possível para o seu futuro profissional, o qual passa, também, por saber criar (e aproveitar) momentos como os que passámos nas Paredes... ao ar livre!

## **28. A luz de Jesus e CR na Terra Prometida (9 de julho de 2009)**

“E quando Eu tiver ido e vos tiver preparado lugar, virei novamente e hei de levar-vos para junto de mim, a fim de que, onde Eu estou, vós estejais também” (São João 14:3). “Quanto àquele dia e àquela hora, ninguém o sabe: nem os anjos do Céu nem o Filho; só o Pai” (São Mateus, 24:36). Os cristãos vivem na esperança do regresso de Cristo à Terra. Muitos afirmam serem inequívocos os sinais da iminência dessa segunda vinda, materializados em cataclismos como as catástrofes naturais, os conflitos armados ou até mesmo o aumento generalizado do desemprego. Outros, porventura menos conhecedores dos Livros Sagrados, mas gente de fé, crença esta todos os anos renovada em julho, algo abalada por volta de dezembro e quase sempre quebrada no mês de maio, não têm dúvidas em afirmar que esse regresso já aconteceu e, nem mais nem menos, colocam Portugal no seu epicentro. A começar no Benfica: depois do tumulto das recentes eleições nesse clube, eis que, aparentemente, a paz regressou ao seu seio. Impossível não lembrar:” Agarrou

o Dragão, a Serpente antiga, que também se chama Diabo ou Satanás: prendeu-o por mil anos e lançou-o no Abismo que depois fechou e selou, para que ele não mais enganasse as nações...” (Apocalipse, 20:2,3). Para além disso, a presença palpável de Jesus, ele mesmo, a treinar a equipa de futebol, dá motivos de sobra para se acreditar nesse regresso. Como se isso não bastasse, o facto de o estádio benfiquista se chamar “da Luz” constitui, à luz desta teoria, ouro sobre... vermelho: “Jesus falou-lhes novamente: Eu sou a luz do mundo. Quem me segue não andará nas trevas, mas terá a luz da vida” (São João, 8:12). Mas, é claro, nem todos concordam com esta leitura. O início desta semana trouxe luz... a uma nova teoria: Cristo Rei voltou à Terra, sim, não em Portugal, mas em... Espanha, mais propriamente em Madrid. Como compreender que cerca de 100 mil pessoas se tenham aglomerado se não para ver o Eleito, o Magnífico, Aquele que irá salvar, para todo o sempre, o mítico clube madrilenho? “Pois o próprio Senhor, à ordem dada, à voz do arcanjo e ao som da trombeta de Deus, descera do Céu...” (1ª Carta aos Tessalonicenses: 4:16). Não veio do céu, mas emergiu do túnel de acesso ao *São Tiago*...

Bernabéu; não teve trombetas, mas música... à maneira dos Xutos. Não falou muito, mas disse que cumpriu o seu sonho de *criança*, certamente o regresso à Terra... há muito Prometida. Por último, mas não menos significativo, a sigla CR9, nas suas vestes brancas, só poderá significar... Cristo Rei, 2009, não?

<p><b>NOTA:</b> Aqui, desafio os leitores a fazer o paralelo com os mais recentes acontecimentos e a tirarem as suas próprias conclusões.</p>
---

## 29. Desporto no feminino (30 de julho de 2009)

Há dias, em conversa com familiares, perguntava o que achavam da ideia de se lançar um jornal desportivo dedicado a eventos desportivos no feminino. Hoje, resolvi pegar, ao acaso, num diário desportivo nacional, contando o número de páginas em que as mulheres desportistas foram alvo de atenção. Das 44 páginas, apenas em 7 (cerca de 16%) lhes é feita alguma referência; calculo (pois não me dei ao trabalho de contabilizar) que, se a contagem fosse feita em termos do número de notícias, a percentagem seria ainda menor, uma vez que o espaço global abrangido por elas não ultrapassaria, seguramente, uma página! Mas são cada vez mais as vozes que se levantam pela igualdade de géneros, não escapando o desporto a esta (louvável) preocupação. A *Associação Portuguesa Mulher e Desporto* é uma organização de direitos de mulheres que visa *promover a igualdade e a participação das mulheres no desporto a todos os níveis, funções e esferas de competência*. No seu sítio eletrónico (<http://www.mulheresdesporto.org.pt>), entre outras informações, dão-se exemplos das discriminações

(negativas) a que as desportistas são frequentemente sujeitas, como acontece quando recebem troféus ou prémios diferentes e de menor valor do que os dos rapazes ou dos homens, quando têm horários (e espaços) de treino menos adequados, etc. Também a Comissão Europeia ([http://ec.europa.eu/sport/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/sport/index_en.htm)) lançou uma Ação no domínio desportivo, visando a implementação de projetos transnacionais em diferentes áreas, sendo uma a *Promoção da Igualdade de Géneros no Desporto*, dando-se especial ênfase à divulgação e implementação de boas práticas ao nível do fortalecimento do acesso das mulheres às posições de tomada de decisão no Desporto. Todos temos responsabilidades neste domínio, devendo cada um de nós fazer um esforço para, na sua esfera de influência, ajudar a minimizar este fosso que em nada dignifica a condição humana. A linguagem não é inócua, e uma defesa do tipo individual não tem de ser, forçosamente, uma defesa *homem a homem...*

**NOTA:** Aqui, embora ainda falte fazer muito, penso que também se evoluiu bastante nestes últimos 15 anos. Ainda assim, capas de jornais diários desportivos com notícias no feminino são *escassas...* para ser simpático.

### **30. *Geocaching*: por que não? (20 de agosto de 2009)**

O *GPS* (*Global Positioning System*) é um sistema de posicionamento geográfico que nos dá as coordenadas de um lugar na Terra, desde que tenhamos um recetor de sinais de *GPS*. Quando, em 2 de maio de 2000, 24 satélites à volta do globo processaram novas ordens, aumentando exponencialmente a precisão desta tecnologia, ficaram abertas as portas para que aparecessem novas atividades à volta deste notável avanço. Não foi, de facto, preciso esperar muito: um dia depois, Dave Ulmer, perito em computadores, quis testar a precisão dos instrumentos de GPS, escondendo um alvo nos bosques e desafiando as pessoas a encontrá-lo. Alguns meses depois, Jeremy Irish, construtor de conteúdos *web* para uma empresa americana, idealizou uma espécie de caça ao tesouro com recurso ao sistema GPS: estava criado o *Geocaching*. E se vos escrevo, esta semana, sobre este assunto, é porque, eu próprio, aderi, entusiasticamente, a esta atividade, nos finais de julho. Um fim de semana com amigos em Almeida, extraordinária vila fortificada no distrito da Guarda, fez-me ficar fã. Daí para cá, grande parte dos fins-

de-semana e dos dias de férias tem servido para uma comunhão com a natureza e para um contacto mais próximo com locais de rara beleza e/ou de grande valor histórico, arquitetónico ou outro. Se, em setembro de 2000, eram 75 as *caches* (recipientes com os mais variados objetos, para observação e possível troca) existentes em todo o mundo, hoje serão mais de 870... mil! Em Portugal, serão já mais de 5 mil, estando cerca de 360 no nosso distrito. Para mim, e para alguns amigos que ajudei a iniciar nesta atividade, este desafio é uma verdadeira *provocação motora*, ajudando, e de que maneira, a combater o sedentarismo e promovendo a atividade física, dado que, para chegar a muitas destas *caches*, é preciso calcorrear trilhos mais ou menos longos, mais ou menos íngremes, mais ou menos fáceis. A emoção de ver, no GPS portátil, o número de metros para uma *cache* a baixar consistentemente, seguindo-se a tentativa de, à volta do local indicado, e com a ajuda de pistas que o mentor dessa *cache* forneceu, encontrar esse objeto dissimulado (no interior do tronco de uma árvore, no fundo de uma fonte ou preso, com íman, a um banco de jardim, são alguns exemplos), não se explica: sente-se! Se a quer sentir,

fazendo, simultaneamente, mais atividade física, vá a <http://www.geocaching.com>, tente perceber a filosofia e dinâmica da atividade, onde as preocupações ambientais são um ponto importante, junte-se a um grupo de amigos e percorra o nosso país (e o mundo), visitando locais que, de outro modo, não visitaria e dos quais, muito provavelmente, nunca viria a ter conhecimento: eu que o diga com a fonte centenária da vila de Buarcos e com a Torre de Redondos (ou Castelo de Buarcos), mesmo à porta da minha terra natal!

**NOTA:** Clicando no link que indiquei, recebemos logo a informação de que, em 27 de maio de 2025, existem 1779 geocaches à volta de Leiria! Ah, e das cerca de 870 mil que havia no mundo em 2009, passou-se para cerca de 3 milhões! Cá por casa, já acedemos a mais de 650 por esses país (e não só) fora!

### **31. Barcelona! (10 de setembro de 2009)**

Já tivemos, noutras ocasiões, oportunidade de salientar o enorme impacto que algumas manifestações desportivas têm nos locais onde se realizam. Desta vez, gostava de vos falar sobre Barcelona 92. A escolha deste tema explica-se facilmente: na companhia de alguns amigos, tive a oportunidade de me deslocar, nas férias, àquela cidade da Catalunha. A celebração dos XXV Jogos Olímpicos de Verão, em 1992, teve repercussões fabulosas no seu urbanismo, projetando decisivamente Barcelona para fora do país. Com as infraestruturas criadas, Barcelona tornou-se uma das cidades europeias mais visitadas, eventualmente apenas suplantada por Londres, Paris e Roma. Visitámos o Estádio Olímpico de Montjuïc. A par dos acontecimentos desportivos, a recordação de dois episódios inolvidáveis: por um lado, a passagem do vídeo de Barcelona durante a cerimónia de abertura, canção composta cinco anos antes por Freddie Mercury e cantada em dueto com Montserrat Caballé. Como se lembrarão, o cantor morreu alguns meses antes dos Jogos, dando uma ainda maior carga emocional ao momento. Por outro, o

disparo de uma flecha em chamas pelo arqueiro paraolímpico Antonio Rebollo, dando a perfeita ilusão (sabe-se hoje) de ter caído no caldeirão. Em termos político-desportivos, alguns destaques: a participação da África do Sul após uma longa ausência, devido a sanções sofridas pela sua política de *apartheid* e a participação de uma única seleção alemã, na sequência da reunificação de 1990; em sentido oposto, a participação da Estónia, Letónia e Lituânia de forma independente, na sequência da dissolução da União Soviética em 1991 (o mesmo acontecendo com a Croácia, Eslovénia e Bósnia-Herzegovina, com a dissolução da Jugoslávia). Em termos estritamente desportivos, será justo referir Vitaly Scherbo, da Bielorrússia, na Ginástica Artística, o qual ganhou 6 medalhas de ouro; por outro lado, a abertura à participação de atletas profissionais permitiu o aparecimento daquela equipa americana de basquetebol que ficou conhecida como *Dream Team*, a qual incluía jogadores como Michael Jordan, Magic Johnson e Larry Bird. Linford Christie ganhou finalmente o ouro nos 100 metros, com 32 anos de idade, enquanto Carl Lewis venceu, pela terceira vez, a prova olímpica de salto em comprimento. Depois

desta visita, assistir ao jogo, da 2ª mão da Supertaça espanhola de futebol, Barcelona-Atlético de Bilbao, no Camp Nou, na companhia de sessenta e uma mil oitocentas e duas pessoas, foi a cereja no cimo do bolo, com Henry, Ibrahimovic e Messi, entre outros, a dar espetáculo. Viva Barcelona!

### 32. Cabeças no ar (1 de outubro de 2009)

Não, não me vou referir àquelas pessoas que, de tão distraídas, se diz andarem sempre com a cabeça no ar. Também não vou, apesar de gostar muito de música, falar do Rui Veloso, do Jorge Palma, do Tim ou do João Gil. É verdade que aos músicos sempre se associou uma aura de alguma excentricidade, e estar *high* não será uma novidade para muitos deles, creio (falo em geral e não dos músicos que referi, claro está...). Também não vou falar do Jardel, cuja cabeça, sempre no ar, punha em pânico os centrais adversários, ao voar sobre eles. Mas vou falar da minha cabeça, e da cabeça de outros que, como eu, resolveram pô-la, literalmente, no ar, voando. No âmbito de um evento de *geocaching*, atividade de que já vos dei conta noutra crónica, tive a possibilidade de, pela primeira vez, voar a bordo de uma avioneta, mais propriamente um Cessna 172N Skyhawk, pertença do Aero Clube de Leiria. Para quem nunca voou num aparelho deste tipo, ainda que já o tenha feito (como eu) a bordo de um avião comercial, deixo a sugestão de, num destes fins de semana, passar pelo aeródromo José Ferrinho, na Gândara dos Olivais, e

experimentar. Estou em crer que nunca mais irão olhar para estes aparelhos com os mesmos olhos de quem, cá de baixo, os vê, ocasionalmente, passar lá no alto. E, ao dizer isto, falo da minha própria experiência, uma vez que, por morar precisamente na Gândara dos Olivais, os via (e vejo) com alguma frequência, sobretudo aos fins de semana, sobrevoando de muito perto a minha casa. Em cerca de 20 minutos, tive uma nova perspetiva da nossa região, vista lá do alto. E como parecia pequeno o Mosteiro da Batalha! Ao piloto Afonso Vieira, um grande abraço pela experiência e pelas sensações únicas que me fez experimentar. Depois do que senti, estou preparado para enfrentar qualquer montanha-russa! É certo que não se tratou de um *Red Bull Air Race*, no qual os pilotos já utilizam fatos *anti-G*, preparados para ajudar a suportar as forças a que os intrépidos voadores ficam sujeitos em determinadas manobras aéreas. Mas, se em determinadas manobras ficámos colados ao assento, incapazes de realizar qualquer movimento, noutras, bem pelo contrário, perdemos, e de que maneira, a aderência ao mesmo, descendo, durante breves segundos que pareceram uma eternidade, em plena queda livre. E, acreditem, mesmo

depois de aterrar e durante o resto desse sábado (vá, até final de domingo...), a minha cabeça ainda ficou lá no ar. Experimentem!

### **33. Provocações motoras (22 de outubro de 2009)**

Depois de, há umas crónicas atrás, vos ter falado do *Geocaching* como um dos possíveis indutores do aumento da atividade física, venho hoje falar-vos de um *e-mail* que recebi há dias. Nele, davam-me conta de uma campanha desenvolvida na Suécia para um construtor automóvel, enquadrada no projeto *Rolighetsteorin* – traduzível como *A teoria da diversão*. Segundo o seu criador, a ideia está em procurar modificar o comportamento das pessoas fazendo com que estas obtenham prazer em consequência desse comportamento modificado. No exemplo que me enviaram, o objetivo foi fazer com que as pessoas passassem a utilizar mais as escadas tradicionais de uma estação de Metro sueca do que as escadas rolantes, incentivando, por esta via, a prática de exercício físico. A equipa de técnicos do projeto transformou uma das escadas num piano gigante, colocando sensores de pressão nos degraus, os quais foram depois cobertos com adesivos pretos e brancos, simbolizando as teclas de ébano e de marfim do referido instrumento. O resultado foi um aumento bastante significativo no número de utilizadores

desta escada transformada, mostrando que, de facto, é possível alterar comportamentos recorrendo à diversão, colocando essa diversão, também, ao serviço de outras causas e valores, nomeadamente a vertente da saúde. Aos que ficaram curiosos com esta breve descrição, aconselho que passem os olhos por <http://thefuntheory.com>, onde poderão ficar a conhecer outras ideias postas em prática à volta deste mesmo conceito. É o caso de um divertido recetor de lixo, que induz à reciclagem, e cujos efeitos foram bastante semelhantes aos descritos para o exemplo anterior. Há muito que nos preocupamos com o encontrar de estratégias para induzir comportamentos saudáveis, numa perspetiva individual, mas, igualmente, com uma preocupação social geral. É por isso que exemplos como este são, a meu ver, preciosos, mostrando-nos como, a partir de ideias tão simples como geniais, se pode contribuir para o objetivo que referi. Já agora, a distribuição de bicicletas pela cidade poderá, se funcionar bem, ser outro desses indutores. Alguém tem mais ideias geniais como estas para pôr as pessoas a mexer? A saúde pública agradece!

### **34. Muros e túneis (12 de novembro de 2009)**

Escrevo-vos esta crónica no dia 9 de novembro. Para muitos, naturalmente, mais um dia. Para mim, um dia especial, pela ocorrência de diversos eventos, algo distanciados no tempo: em 1934, nascia o meu pai; em 1979, era criada a Escola Superior de Educação de Leiria (ESEL, hoje denominada ESECS), local onde exerço a minha atividade profissional; em 1989, assistia-se à queda do muro de Berlim (4 dias depois começava a trabalhar na ESEL); finalmente, em 2004, lançava o primeiro livro da Coleção “As Aventuras de Rafa”, o qual marcou o início de uma caminhada que me tem levado a contactar com muitas crianças por essas escolas fora. Penso que não será difícil, agora, perceberem o porquê desta data ser marcante para mim. Esta crónica teria, assim, necessariamente, de ser marcada por alguns destes acontecimentos. Com os parabéns aos aniversariantes (pessoas e instituições), centremo-nos no muro que foi abaixo. No desporto, como na vida em geral, são também muitos os muros que, não raras vezes, se erguem, imponentes e dissuasores. Uns, de silêncio. Por um motivo ou por outro, normalmente

associados a maus resultados desportivos, entra-se em *blackout*, tornando-se o clube, momentaneamente, um sistema fechado sobre si mesmo. Noutras ocasiões, equipas com menores recursos técnico-táticos optam por erigir muros de betão em frente à sua baliza, vulgo *autocarros*, pensando, dessa forma, manter as suas redes devidamente protegidas dos ataques adversários. Em sentido inverso, em alguns desportos, são os atacantes que se socorrem desses muros, bloqueios ou cortinas, tentando evitar, com essa ação, a melhor atuação defensiva adversária. Perante um qualquer destes muros, várias hipóteses se colocam: passar por cima do muro (remate em suspensão no andebol, bola pontapeada com efeito no futebol, etc.), contornar lateralmente o muro (finta com mudança de direção) ou cavar um túnel passando por baixo do muro (já pensaram em rematar, nos livres do futebol, rente ao solo, aproveitando o salto que o *muro* quase sempre dá?). Resta ainda, pelo menos, uma outra solução: destruir o muro (cuidado com as faltas atacantes)! Em Berlim, depois de anos e anos a utilizar algumas das anteriores estratégias, foi esta última que materializou o fim da separação das *duas alemanhas*. Em Fátima, pode-

se visitar um pedaço desse muro e sonhar com o dia em que os que mandam no mundo, Desporto incluído, estarão mais empenhados em fazer túneis e pontes que unem do que muros que separam.

**NOTA:** Esta crónica retoma e amplia a temática da publicada em 9 de fevereiro de 2008.

Em 2011, Ronaldinho Gaúcho marcou, pelo Flamengo, um livre por baixo da “barreira” do Santos quando esta saltou que resultou em golo. Não terá sido a primeira vez, mas parece ter sido determinante para a sua divulgação e utilização planetária.

Quem diria que o Ronaldinho Gaúcho era leitor do Jornal de Leiria...

### **35. Não é fácil... (3 de dezembro de 2009)**

A realização de um Congresso Nacional de Educação Física (o 8º, tendo o primeiro decorrido na Figueira da Foz em 1988) é, naturalmente, um excelente motivo para a concretização de mais uma crónica neste nosso semanário. Subordinado ao tema “Educação, Saúde e Desporto: Compromisso e Desenvolvimento Profissional em Educação Física”, foi mais uma oportunidade para encontrar colegas que só se veem de tempos a tempos e, fundamentalmente, para discutir assuntos atuais e que preocupam os profissionais desta área. Não podendo, obviamente, falar de tudo o que se abordou, gostava de destacar o painel do último dia, dedicado ao relacionamento entre o sucesso do treino e a qualidade do treinador. Tendo como moderador a figura mítica do Professor Hermínio Barreto, pudemos ainda escutar as opiniões de pessoas de elevado prestígio como os Professores João Vilas Boas, José Curado, Paulo Cunha e Luís Sardinha. Em todos, a preocupação com a qualidade dos treinadores e, naturalmente, com a qualidade da sua formação. Em termos legislativos, essa preocupação

parece também evidente, desde o Regime Jurídico da Formação Desportiva no Quadro da Formação Profissional, estabelecido pelo Decreto - Lei n.º 407/99, de 15 de outubro, até ao Decreto - Lei n.º 396/2007, de 31 de dezembro, que estabelece o Regime Jurídico do Sistema Nacional de Qualificações e, mais recentemente, pelo Decreto-Lei n.º 248-A/2008 de 31 de dezembro, o qual definiu o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto (na sequência do disposto nos artigos 35.º e 43.º da Lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro — Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto). Estando todos de acordo com o carácter indispensável da existência de bons treinadores, mais difícil se torna chegar a um consenso sobre o que caracteriza esse bom treinador. Nos ditos escalões de formação essa dificuldade será, ainda, maior, pois a sua avaliação não deverá passar, claramente, pela contabilização de vitórias ou pelas medalhas obtidas. Infelizmente, e apesar de todas as preocupações e alertas, ainda é por aí que muitos aferem a referida competência dos técnicos destes escalões. Tendo sido, uma vez mais, referido o papel muito negativo que muitos pais têm na formação desportiva dos seus filhos, empunhando

cronómetros e vociferando impropérios nos palcos desportivos, não se apercebendo das consequências nefastas destas e de semelhantes atitudes, lanço o desafio aos Clubes, Associações e demais instituições que lidam com a formação de jovens atletas para que promovam ações dirigidas especificamente aos pais destas crianças e adolescentes, mostrando-lhes, claramente, o que devem e o que não devem fazer a este nível, ensinando-os, também, a reconhecer a competência do treinador que lida com os seus filhos por outra via que não a do *medalhómetro*. Os nossos jovens, certamente, agradecerão.

**NOTA:** Muita legislação se publicou, a este propósito, desde 2008. Assim, a Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto, estabelecendo o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto, revogou o Decreto-Lei n.º 248-A/2008 de 31 de dezembro; posteriormente, a Lei n.º 106/2019, de 6 de setembro, efetuou a primeira alteração a esta Lei n.º 40/2012.

De destacar, ainda, o Decreto-Lei n.º 117/2023, de 20 de dezembro, o qual estabelece o regime jurídico de exercício da atividade de formação desportiva, a sua organização e condições de funcionamento, onde fica expressa a necessidade de promoção dos direitos e proteção das crianças e jovens.

Reforço a necessidade de se efetuarem ações de formação para Pais, agentes decisivos para a criação de ambientes saudáveis e humanizados na prática desportiva.

### ***36. Presentes para o futuro (24 de dezembro de 2009)***

Não sei se os leitores deste semanário terão oportunidade de ler esta crónica antes do Natal. Preocupados com os últimos preparativos para a noite de consoada e com a compra daquele presente ainda em falta, é provável que só a consigam ler depois da visita do Pai Natal. De qualquer forma, esperando ir ainda a tempo de ser atendido pelo simpático velhinho (este ano, pelas razões conhecidas, menos beijeiro), aqui deixo uma lista de presentes que gostaria de ver distribuídos pelas crianças da nossa cidade, se mais longe não puderem, também, ser levados: pais que se preocupem com eles e com a sua felicidade, motivando para a prática desportiva sem lhes colocar pressões exageradas e desajustadas; treinadores competentes, vendo à sua frente, antes de um atleta, uma criança que precisa de se desenvolver na sua plenitude; dirigentes desportivos bem formados, percebendo que as vitórias não são para conquistar a qualquer preço, principalmente se esse preço se traduzir num abandono precoce da prática desportiva ou numa limitação futura da qualidade dessa mesma prática; jornalistas desportivos com sólidos

conhecimentos relativos aos assuntos sobre os quais escrevem e cientes das implicações dos seus comentários, banindo, de uma vez por todas, frases como “*a equipa de infantis esmagou... cilindrou...*,” etc.; horários de treino e de competição adequados; equipamentos e instalações de qualidade; competição ajustada às idades biológicas e não às idades cronológicas; prática multidesportiva, evitando uma especialização precoce; fim da atribuição de subsídios ou apoios a clubes em função de resultados desportivos obtidos por crianças e jovens; valorização de comportamentos reveladores de bom espírito desportivo, sendo esse um dos principais aspetos a salientar nas notícias desportivas que falem de jovens atletas; Programas de Educação Física efetivamente cumpridos, garantindo um trajeto gradual e consolidado ao longo do percurso do desenvolvimento (motor e desportivo) da criança; brinquedos com que as crianças brinquem, de forma ativa, em vez de brinquedos que (quase) brincam sozinhos; fim da hiperssegurança e da superproteção a que as crianças são sujeitas, as quais fazem com que, entre outras consequências, não haja lugar para o risco controlado que estimula o desenvolvimento e carros se

amontoem à porta das escolas, diminuindo a quantidade de exercício físico diário dos jovens. Sim, Pai Natal, percebo esse teu franzir de testa, mas não é por as coisas parecerem impossíveis que devemos desistir de tentar fazer com que aconteçam!

### **37. Só para mulheres (14 de janeiro de 2010)**

Não, não, nada de confusões. Este artigo é para ser lido por mulheres, mas também por homens. *Só para mulheres* parece ser a nova moda em diversos ramos de atividade económica e social, prendendo, de forma especial, a minha atenção os locais destinados a prática de atividade física em recinto fechado, vulgo Ginásios. O Ginásio, na Grécia Antiga, era um local que servia, fundamentalmente, para preparação para os Jogos, permitindo ainda a socialização e o desenvolvimento de atividades do domínio mais intelectual. Curiosamente, nas competições atléticas gregas, apenas competiam homens, e nus (o termo grego *gymnos* significa isso mesmo), aparentemente para facilitar uma apreciação estética do corpo e, simultaneamente, prestar tributo aos Deuses. Não há muito tempo, as aulas, nas nossas escolas, ainda separavam rapazes de raparigas (o que ainda acontece em alguns, poucos, estabelecimentos privados de ensino). Em 1972, o Decreto-lei 485/72, de 28 de novembro, estabelecia, finalmente, a existência de turmas mistas no sector oficial, justificando a medida com "a evolução social", tendente a"

situar homens e mulheres lado a lado em equivalência de direitos e deveres". Salientava-se a importância de rapazes e raparigas crescerem numa sã convivência, tendo a lei entrado em vigor no ano letivo de 1973/74. No entanto, assim como *nem toda a Gália foi ocupada pelos romanos*, também nas então denominadas Escolas Preparatórias *uma aldeia povoada por irredutíveis gauleses ainda resistia ao invasor*, uma vez que o ensino das disciplinas de Trabalhos Manuais e de Educação Física continuava a ser ministrado em regime de separação. Com efeito, o artigo 227.º deste Decreto-Lei dizia que “O ensino das disciplinas de Trabalhos Manuais e Educação Física será ministrado por professores do mesmo sexo dos alunos”. Entretanto, pouco tempo depois, esta situação acabou e rapazes e raparigas puderam, finalmente, conviver mais ou menos salutarmente, também, nas aulas destas disciplinas (se bem que só em 1988, no artigo 89º do Decreto-Lei n.º 18/88, de 21 de janeiro, tenha ficado determinada a extinção da distinção entre vagas masculinas e femininas para colocação de Professores de Educação Física). Mas voltemos aos ginásios “só para mulheres”: retrocesso ou estratégia para nicho de mercado? Timidez ou afirmação?

Seja lá qual for o motivo pelo qual elas nos querem de lá para fora, ao menos que se mexam, muito e bem. E, já agora, deixo uma interrogação: será que, à boa maneira da Grécia Antiga, elas praticam, lá, exercício físico... nuas? Não vos sei responder, pois estes ginásios são só para elas...

**NOTA:** Uma busca rápida na internet revela uma disseminação do conceito pelo país. Entre outras cidades, Lisboa, Porto, Coimbra, Braga, Viseu, Santarém, Tomar... e Leiria, pois claro!

### **38. Física e Desporto, a relação de...vida! (4 de fevereiro de 2010)**

Em 2005, em pleno Ano Internacional da Física, tive a oportunidade de proferir uma palestra sobre a Física e o Desporto, na ESEL (atual ESECS). Cinco anos volvidos sobre essa conversa, eis que o convite surgiu renovado. Pedia-me a Dra. Lídia, professora de Ciências Físico-Químicas no Colégio Conciliar de Maria Imaculada, para que fizesse algo de parecido (ela tinha marcado presença há 5 anos) com os alunos do 9º ano de escolaridade. Dizia ela que os alunos, de uma maneira geral, adoram Desporto, mas, infelizmente, não gostarão assim tanto de Física. Posto perante este desafio, comecei a pensar na melhor forma de lhe responder, em colaboração com o meu colega Pedro Morouço. No primeiro dia deste mês de fevereiro, tal como combinado, lá estivemos, rodeados por cerca de 80 alunos, no ginásio da Escola. Foi uma sessão bastante interessante e, creio, produtiva. A atenção que se presta a quem vem de fora é, quase sempre, diferente daquela que disponibilizamos a quem vemos (quase) todos os dias (vem muito a propósito o dito popular “Santos da

casa...”). Assim, durante uma hora e meia, tentámos estabelecer pontes entre o Desporto, de que a maioria tanto gosta, e a Física, disciplina temida pelas suas fórmulas e raciocínios mais ou menos intrincados e distantes da realidade apelativa e imediata que os rodeia. Procurámos levá-los a duvidar do imediatismo tentador da resposta irrefletida e precipitada, saboreando os contornos e implicações das questões que lhes colocámos. Perceberam que, na maior parte das vezes, não obtinham mau resultado se começassem por responder ”depende”. Sim, porque a resposta a perguntas como: “O melhor ângulo para lançar um objeto é igual, maior ou menor que 45 graus?”, ou “No Desporto, o atrito ajuda ou prejudica?”, ou ainda “O atleta com mais massa (entenda-se, com maior quantidade de matéria e não o mais rico...) provoca maior impacte ao chocar com um adversário de menor massa?”, etc., depende de premissas que urge explicitar. Por exemplo, há que saber qual o objetivo do lançamento (lançar longe, distância horizontal, ou lançar alto, distância vertical?), a altura relativa de saída (ou seja, a eventual maior, menor ou inexistente diferença de alturas entre aquela a que um objeto é projetado e aquela a que é previsto aterrar), o

objetivo da modalidade/execução (se eu remato para a baliza, no futebol, e a neve ou a lama travam a bola antes de ela entrar, o atrito prejudicou o executante, embora tenha favorecido o adversário; porém, quando quero ter uma pega segura da bola de andebol e utilizo resina, aí o atrito que entre a mão e a bola se estabelece é, à partida favorável, embora em demasia dificulte a sua projeção da forma e na direção desejada) ou, ainda, a informação relativa, por exemplo, à velocidade de deslocamento dos atletas, pois o impacte que se provoca em algo ou alguém depende, para além da massa dos mesmos, deste fator. Se a nossa intervenção não fez com que muitos dos alunos presentes decidam vir a ser físicos ou técnicos de biomecânica, ao menos que tenha servido para perceberem que as temidas fórmulas não são só para decorar, mas que expressam uma realidade que os rodeia e da qual, afinal, eles tanto gostam!

### **39. Barreiras à nossa Mobilidade (25 de fevereiro de 2010)**

É natural que o título desta crónica remeta, de imediato, o pensamento dos nossos leitores para passeios apertados, esburacados, atravancados por carros cujos donos lamentam o não poderem entrar com eles no café para tomar a bica matinal. À falta de espaço nesse passeio, um recanto de uma qualquer rotunda também dá para os gastos, desprezando-se as possíveis consequências duma assim reduzida visão global por parte dos colegas automobilistas. Mas não, não é dessas e de tantas outras barreiras tão evidentes que vos quero falar hoje. As barreiras de que vos quero falar estão muito mais perto de cada um de nós e são, não raras vezes, das mais difíceis de ver. A falta de vontade de nos movimentarmos e uma certa cultura do ócio, não raras vezes motivada por (ou associada a) um desenvolvimento tecnológico que quase limita a nossa atividade física ao movimento coordenado dos polegares, limitam e atrofiam a nossa mobilidade. São barreiras, de certa forma, autoimpostas, contra as quais de nada serve o Decreto-Lei nº 123/97 de 22 de maio e,

posteriormente, o 163/2006 de 8 de agosto. De facto, a adoção de um conjunto de normas técnicas para eliminar barreiras arquitetónicas em edifícios públicos, equipamentos coletivos e via pública para facilitar a acessibilidade de pessoas com mobilidade reduzida não pode, só por si, pôr a mexer quem se deixou cair na rotina da inércia. Sendo, sem sombra de dúvida, instrumentos fundamentais para auxiliar quem se move com dificuldade, não poderão, nunca, fazer o milagre de aumentar a qualidade de vida daqueles que, por desconhecimento, preguiça ou demais condicionalismos, nada fazem para derrubar as barreiras mais difíceis de derrubar: as interiores, as psicológicas, as motivacionais. Olhemos à nossa volta com alguma atenção e facilmente constataremos a enorme quantidade de cidadãos que, todos os dias, vivem verdadeiramente aprisionados num corpo que não lhes permite fruir uma parte importante de prazer que a vida lhes deveria proporcionar. Chegados a velhos, quantos não morrem por falta de força, de equilíbrio e de agilidade para contrariar aquela queda inesperada. Quantos não se privam de conduzir o seu automóvel por rigidez excessiva do pescoço ou falta de

capacidade para dividir a atenção por tantos estímulos visuais e tarefas perceptivo-motoras a desempenhar. A atividade física não resolve todos os problemas nem impede o declínio da vitalidade, mas pode, sem dúvida, atrasar a instalação dos seus efeitos negativos. Não nos mexermos porque não queremos é uma coisa, mas não nos mexermos porque não podemos é outra bem diferente. Mau, mau, é já não nos mexermos por não o termos querido fazer quando podíamos. Pela sua saúde, mexa-se! (Por falar nisso, vou preparar o saco para ir amanhã ao ginásio, esperando que o fim de semana traga um tempo que me deixe fazer umas *geocachadas*...).

#### **40. Tudo sobre rodas! (18 de março de 2010)**

Regras apertadas. Os veículos são preparados ao pormenor. Os detalhes técnicos impressionam e nada é deixado ao acaso. Medições precisas, sistemas anticapotagem, inspeções rigorosas. Se não respeitar os requisitos legais, o veículo não poderá entrar na competição, restando a possibilidade de se recorrer a um de reserva. Em prova, as velocidades atingidas impressionam. Pressente-se o acidente a qualquer momento, o qual, efetivamente, quase sempre acontece. Felizmente, as consequências físicas costumam ser reduzidas, dadas as evoluções tecnológicas e, acrescenta-se, a perícia dos competidores. Incrível a forma como muitos choques, ainda assim, são evitados, com manobras de esquiva no último instante. As mudanças de líder são habituais e a incerteza, não raro, mantém-se até bem perto do fim. O resultado final raramente depende da capacidade individual dos participantes, antes resultando de um apurado trabalho de equipa. À sua maneira, na medida das suas capacidades, cada um contribui como pode para que a meta seja alcançada com sucesso. No final, os efeitos da

prova são evidentes, com o esforço despendido bem estampado no rosto encharcado de suor. Dir-me-ão que, numa altura em que tanto se fala de crise, com a gasolina pela hora da morte, estar a fazer a apologia duma competição sobre rodas pouco terá de adequado e, quiçá, roçará mesmo a irresponsabilidade. Contudo, se vos disser que, apesar da quantidade de metros percorridos, a poluição acaba por ser praticamente nula, o ruído bastante reduzido, a troca de pneus quase inexistente e o consumo de gasolina, na prova, igual a zero, talvez me deem o benefício da dúvida. E agora a pergunta impõe-se: Se podia estar a falar de Fórmula 1? Podia, mas não seria a mesma coisa. Falo de Basquetebol em Cadeira de Rodas, sendo a atual (2008/09) campeã nacional a equipa da Delegação Distrital de Leiria da Associação Portuguesa de Deficientes (APD-Leiria).

Se nunca assistiu a um jogo ao vivo desta espetacular modalidade, dê um pulinho ao Pavilhão Desportivo da Maceira e aprecie!

**NOTA:** Nos últimos anos, também no andebol em cadeira de rodas a APD-Leiria passou a ter lugar de destaque, com bastantes troféus nacionais já conquistados. Contudo, a sobrecarga de jogos entre basquetebol e andebol fez com que fosse tomada a decisão, em julho de 2024, de suspender a prática do andebol. O basquetebol, agora, é praticado no Pavilhão do Lis, nas Cortes, Leiria.

#### **41. Jogos de corredor (8 de abril de 2010)**

Sempre gostei muito de futebol. Lembro-me de, há mais de 30 anos, passar tardes (e parte das noites) em animadas *futeboladas* de rua, sem grandes preocupações regulamentares e com ainda menos espartilhos táticos, com a criatividade à solta e o engodo pela baliza ao rubro (sem conotações cromático-clubísticas). A par desses momentos de confraternização em grande grupo, o futebol marcava ainda presença em disputas de 1x1 em recinto fechado, mais propriamente no corredor de casa dos meus avós. Uma vez, era um *porta a porta*, com direito a um remate direto a partir da própria; outras, permitia-se a progressão e as fintas, dificultadas (mas também, por essa via, aprimoradas) por se fazerem num espaço tão exíguo; noutros casos, ainda, era o jogo do *Olé!*, em que o objetivo era, tão-somente, manter a posse da bola. Em todas estas situações havia um elemento marcante e que se revelava, quando bem aproveitado, um auxiliar precioso: a parede. Na verdade, os jogos no corredor viviam muito daquele resalto mais ou menos *milagroso*, auxiliar (às vezes...) do avançado e extremamente perturbador para o defensor.

Dois acontecimentos recentes fizeram-me lembrar estes alegres momentos. Um, por altura do Carnaval: estando uns dias de férias com uns amigos que apreciam, tanto quanto eu, o *Geocaching*, pude, com o Miguel, de 8 anos, dedicar parte do período pré-jantar a *furiosos* jogos de corredor, cada qual tentando defender o seu quarto o melhor possível das investidas adversárias e retribuindo com ataques de igual intensidade! Não admira, assim, que alguns desses jogos terminassem com um conveniente empate a 20 (e até mais), só se interrompendo com o chamar insistente para a janta dos *garotos* que teimavam em jogar até ao anoitecer. O outro, mais próximo, aconteceu há cerca de uma semana: desafiado pelo meu colega Nuno Amaro, fui experimentar uma modalidade da qual já tinha ouvido falar, o *Jorkyball*. Tendo apenas uma vaga ideia da forma como se jogava, qual não foi o meu espanto quando percebi que havia ali um misto de squash, matraquilhos e... futebol *de corredor*! E só não jogámos até ao anoitecer porque as pernas se queixaram!

## **42. Ligados ou desligados? (29 de abril de 2010)**

No passado fim de semana, mais um agradável passeio pedestre organizado pela Casa do Povo de Santa Catarina da Serra. O tempo ajudou e as cerca de cinquenta pessoas que participaram não deram, certamente, por mal empregar o tempo que despenderam nesta atividade. Não foi uma caminhada propriamente fácil, devido à sua extensão (cerca de 13 quilómetros), mas o ar puro, a mistura de cheiros de plantas, conhecidas, por muitos, apenas de nome (alecrim, erva azeitoneira, etc.) e o convívio entre os caminheiros foram motivos mais do que suficientes para amenizar as dificuldades encontradas. A presença de alguns elementos mais jovens fez com que déssemos por nós a constatar duas coisas. Por um lado, a sua nada invejável forma física, facilmente explicável pela habitual inatividade do seu dia a dia. Com mais de metade do trajeto para percorrer, eram já muitas as queixas e a vontade de que o final “fosse já ali”. Por outro lado, a extrema dificuldade em desligar do mundo eletrónico e informático em que vivemos, ora recorrendo à audição de música nos seus *headphones*, ora *smsando* de forma quase

compulsiva com os amigos que, porventura ainda *no vale dos lençóis* (sim, que isto de acordar às 7 da manhã ao domingo não é para todos!), estavam mais presentes do que a, em algumas partes do percurso, exuberante natureza. Sendo, obviamente, natural a atração pela sua utilização diária, causa alguma confusão, estranheza e, fundamentalmente, pena, verificar quão desligado se pode estar daquilo que nos é mais imediato e próximo e tão ligado ao que está tão longe. Mais estranha se torna esta constatação quando a possibilidade de, na nossa labuta diária, usufruir de ambientes como aquele que descrevi é rara. Na verdade, para aqueles jovens nascidos e criados numa sociedade de consumo desenfreado, com ritmos de vida tão acelerados, aquelas três horas e meia de deambulação pelo mato, com quase total ausência, durante grande parte delas, dos ruídos habituais e *tranquilizadores* da *selva urbana*, devem ter constituído uma provação difícil de superar. Assim, socorreram-se do que tinham mais à mão para não lhes custar tanto aguentar a nossa *odisseia*, quase parecendo que fizeram um trajeto paralelo ao nosso, numa outra dimensão espacial e temporal. Quanto mais não seja, valeu pela carga física que

experimentaram e pelo ar puro que, mesmo que não se tenham disso apercebido, respiraram. Talvez daqui a algum tempo, num momento de *desconexão tecnológica* ou quando acharem que a aula está a ser *uma seca*, caiam em si e constatem que, afinal, passaram uma manhã de domingo extraordinária e, numa próxima oportunidade, voltem a querer acompanhar-nos nestas nossas *maluquices domingueiras*, desligando-se, desta vez, da moderna tecnologia para se ligarem, convictamente, à ancestral Mãe-Natureza!

### 43. Todos (in)diferentes? (20 de maio de 2010)

Há palavras de que, à primeira leitura (ou audição), gostamos. Outras, pelo contrário, fazem-nos *pele de galinha*, nem sempre se encontrando justificação racional para tal. Pessoalmente, não gosto da palavra tolerância. Do latim *tolerare*, que significa, em traços gerais, *suportar um peso*, a palavra tolerância é, com alguma frequência, apresentada como virtude. Virtude de quem, embora não concordando com a opinião, em diferentes domínios, de outrem, *a tolera*. Pelo contrário, os intolerantes (religiosos, políticos, morais, desportivos) não admitem opiniões contrárias, sendo reconhecidos como fanáticos ou fundamentalistas. Permitam-me discordar. Há, a meu ver, uma grande diferença entre *tolerar e respeitar*. Tolerar, na sua essência, implicará suportar (como vimos) as opiniões, convicções ou ações de alguém, embora convencido da superioridade das suas próprias. Ser tolerante é admitir que algo ou alguém esteja errado, mas, ainda assim, aceitar esse erro. Centrando-nos, como é suposto nestas crónicas, no âmbito desportivo, também aí se fala de tolerantes e de intolerantes. Para mim, quem não entende que só faz

sentido apoiar um clube, equipa ou atleta no respeito pelo apoio de outros a outros clubes, equipas ou atletas, não é, certamente, social e eticamente bem formado, sendo quase indiferenciável a fronteira entre o tolerante (tolo errante?) e o intolerante. Ou seja, partir vidros de autocarros, apedrejar adeptos de outros clubes, entoar cânticos ofensivos para com os adversários ou ostentar cachecóis asneirentos, denegrindo outros ao invés de apoiar os (ou em simultâneo com o apoio aos) próprios, denota intolerância. E dedicar 36 das 40 páginas de um jornal a uma só modalidade, ignorando *olimpicamente* as restantes ou dedicando-lhes um espaço residual e irrisório, é o quê? Tolerância ou tola herança? Pois, tolera-se a sua existência, admite-se que haja quem as pratique e as aprecie, mas... não se lhes dedica espaço que se veja. Assim, mais do que tolerar, gostava que, de forma ativa e enfática, se apregoasse e defendesse, agindo, o respeito pela diferença, estando esta, quase sempre, associada a uma determinada minoria. Quando é que veremos, no futebol, um comentador a dizer que *a União de Leiria (o Chaves, a Académica, etc.) precisa de fazer isto ou aquilo para vencer*, ao invés de termos de ouvir os comentários,

*nada facciosos*, apelando à mobilização de recursos dos ditos *grandes* para chegarem à vitória? As minorias (ou *os outros*, ainda que em igual ou maior número), também são gente. E porque sou otimista, estou plenamente convencido, embora não gostando da palavra, de que passaremos a ter sucessivas tolerâncias de ponto aquando da visita de um qualquer chefe de estado ou líder religioso, bem como nos será permitido, a todos, invadir ruas e parar o trânsito quando a nossa equipa do coração se sagrar campeã nacional de ténis de mesa, buzinando durante toda a noite.

#### **44. Uma outra forma de pensar o movimento (10 de junho de 2010)**

Nos passados dias 1 e 2 de junho tive a possibilidade de assistir a um Seminário proferido por um eminente cientista. Trata-se do Professor Doutor Scott Kelso, um neurocientista nascido na Irlanda do Norte, Professor de Sistemas Complexos e Ciências do Cérebro, de Psicologia, Ciências Biológicas e Ciência Biomédica na Universidade Atlântica da Florida e na Universidade de Ulster, em Derry, na sua Terra Natal. O Professor Kelso dedicou grande parte da sua vida enquanto investigador à Ciência da Coordenação e, dentro desta, à Dinâmica da Coordenação, procurando determinar os mecanismos fundamentais que estão na base dos movimentos voluntários que realizamos e na sua relação com a dinâmica de coordenação de maior escala do cérebro humano. A “originalidade” da sua abordagem reside no facto de olhar para a produção de movimentos não sob o ponto de vista da mecânica clássica (forças aplicadas em determinados pontos que provocam acelerações em corpos de determinadas massas) mas antes sob o prisma de uma

Dinâmica Coordenativa. Entre outros aspetos abordados, as imagens apresentadas relativas à ativação cerebral aquando da produção de determinados movimentos, em determinadas circunstâncias, são, de facto, fantásticas. Um exemplo: se tentarmos bater ritmicamente com um dedo no tampo da secretária, fazendo coincidir esse batimento com um sinal sonoro repetitivo (produzido por um metrónomo ou por outro dispositivo análogo), tal provoca uma dada ativação cerebral; por outro lado, se tentarmos fazer com que o batimento produzido ocorra em contratempo ao sinal acústico (sinal no tempo forte e batimento no fraco), apesar de, aos olhos de quem observa, os dois tipos de movimento serem rigorosamente iguais, em termos neurológicos pode-se observar uma ativação de mais áreas cerebrais, revelando uma tarefa mais complicada por implicar mais cálculos espaço-temporais, maior abstração, etc. O investigador salientou ainda a importância de, quando se pretende ensinar alguém a fazer algo de novo, conhecer com o rigor possível aquilo de que ele já é capaz, nomeadamente as suas tendências coordenativas, adquiridas ao longo da sua experiência vivida. No que diz respeito a implicações para a

organização da aprendizagem motora/desportiva, tal significará conhecer as dinâmicas individuais, não fazendo tábua rasa do que os aprendizes à nossa frente possuem. Como sabemos, pelos mais variados condicionalismos, é raro fazermos uma real adaptação daquilo que queremos ensinar às pessoas a quem queremos ensinar algo. Na verdade, será como ignorar, à entrada para o 1º Ciclo do Ensino Básico, todo o passado das crianças, nomeadamente ensinando todas por igual, independentemente de terem ou não frequentado o Jardim de Infância. O neurocientista deixou ainda, implicitamente, uma crítica ao tradicional ensino por “progressões pedagógicas”, aquisição de componentes críticas, etc., ao salientar que é a função que faz a forma e não o contrário, ou seja, mais importante do que ensinar “a” forma correta de executar algo é fazer perceber o que se pretende atingir e levar a pessoa a encontrar “as” diversas formas para lá chegar. Por outras palavras, se, para resolver uma dada situação num jogo coletivo, se tiver de utilizar *o pé que está mais à mão*, por que não fazê-lo? Se for mais eficaz pontapear *de bico*, por permitir uma execução mais rápida ou por outro motivo qualquer,

por que o reprimir? Em Biologia, chama-se à capacidade que determinados elementos, estruturalmente diferentes, têm para executar a mesma função ou produzir o mesmo resultado, Degeneração (sem ter o sentido negativo tradicionalmente inerente); na verdade, determinadas estruturas *degeneram* porque passam a efetuar uma função que, antes, não tinham. É o caso da ativação de determinadas áreas cerebrais, na sequência de acidentes vasculares, que substituem aquelas que ficaram lesionadas. E um joelho pode muito bem substituir a parte interna ou o peito do pé, se necessário, para marcar um golo em Futebol. Pois, por vezes até uma mão o faz...

**NOTA:** Isto de marcar, no futebol, golos com a mão passou a ser mais complicado a partir de 2017, com a utilização do VAR (*Video Assistant Referee*) na Primeira Liga. Quanto às questões mais científicas relativas à aprendizagem motora, essas, em muitos casos, parecem continuar a ser olímpicamente ignoradas... com honrosas exceções.

#### **45. Profissionalismo ou *Mercenarismo*? (1 de julho de 2010)**

António José Conceição Oliveira (Toni) foi 33 vezes internacional pela Seleção principal de Futebol de 11 de Portugal. Este ano, resolveu aceitar um convite que o sueco Sven-Goran Eriksson, com o qual trabalhara no Benfica, lhe fez. Nada mais, nada menos, do que ser o *olheiro* da Costa do Marfim na fase final do Mundial da África do Sul, seleção que fazia parte do grupo de Portugal. Sinceramente, não sei se me custou mais a aceitação do convite ou a sua formulação. Duma cajadada só, *dois coelhos morreram* à minha frente, ou seja, o respeito que nutria pelas duas pessoas em causa. Do lado do treinador sueco (ou costa-marfinense?), custa-me a crer que não tenha pensado nas implicações éticas da sua proposta e, por isso, mais me custa, ainda, a sua decisão. Com efeito, pedir a alguém para *espiar* ou, vá, para dar informações preciosas acerca de uma seleção nacional a quem é cidadão desse mesmo país, com o objetivo claro de a ultrapassar na classificação para a etapa seguinte, não cabe na cabeça de ninguém civilizado e com algum resto

de ética. Por sua vez, aceitar submeter-se a essa baixaza, só porque já se trabalhou com essa pessoa antes ou porque se espera voltar a trabalhar no futuro, cego pelo apelo do *vil metal*, é, igualmente, detestável. Já tive, por diversas vezes, oportunidade de deixar bem clara a minha opinião acerca da participação de elementos estrangeiros em seleções representativas de países. Não, não me estou a referir aos que optam por adquirir uma nacionalidade diversa daquela respeitante ao país onde nasceram. Aí, pelos motivos mais variados, desde os aparentemente mais éticos e mais legítimos (ter passado a viver nesse país, por casamento, etc.) aos menos, como seja o não ter lugar na Seleção do seu país natal, temos de aceitar que essas pessoas passaram a ter, também, essa nacionalidade. Neste último caso, contudo, seria bom arranjar forma de não permitir essa assunção de nova nacionalidade. Voltando aos *verdadeiros* estrangeiros, não consigo compreender que se entenda que uma Seleção nacional possa ser equiparada a um qualquer Clube, permitindo que o seu comandante (leia-se selecionador/treinador) ou outros sejam, efetivamente, de outra nacionalidade. Se uma Seleção pretende ser nacional, então toda a sua estrutura

deverá assentar no que a identifica como tal. Entendo, assim, que, a exemplo dos jogadores que se naturalizam por esses países, também os treinadores o deverão fazer, pois não percebo porque a uns se exige que o façam e a outros não! Além disso, como é possível que alguém não tenha qualquer prurido em disputar um jogo, ao comando de uma dada Seleção nacional, contra o seu próprio país? Os exemplos são mais que muitos e o futebol não detém o exclusivo. Se já é mau estar à frente de uma seleção que representa um país que não é o nosso, imagine-se o que será estar a colaborar com uma Seleção, que não é a nossa, CONTRA a nossa, principalmente quando já se sabe que isso vai acontecer, sem estar à mercê dos caprichos de um sorteio. As semelhanças com os mercenários, confesso, incomodam-me. Mercenário: *Soldado que combate em exército estrangeiro a troco de dinheiro. Pessoa que age ou trabalha apenas por interesse financeiro* (Dic. Académico Porto Editora, 2004). A Convenção de Genebra, de 1949, proíbe o uso de mercenários, definindo-os como “pessoas recrutadas para um conflito armado, por um país que não é o seu e movidas apenas pela ganância pessoal”. Em pleno século XXI, o recrutamento de

mercenários atingiu grande requinte organizativo, havendo empresas privadas que vendem serviços de segurança e de atividade bélica a outros países. Muitos começam a interrogar-se acerca da possibilidade de, um dia, esses mercenários poderem lutar contra o seu próprio país por dinheiro. Um dia?

É claro que isto é só o que eu sinto. Sinto muito...

**NOTA:** A situação mantém-se, “toda a gente” parece continuar a não ver nisto um dilema ético, mas eu insisto.

Bem, a temática da ética, também fora do âmbito desportivo, parece dar razão aos que não se importam nada com isto e para quem tudo fazer para, eventualmente, levar de vencida a seleção que, essa sim, representa, de facto, o seu país e não aquele que momentaneamente lhe paga, é perfeitamente normal...

#### **46. Formar quem, como e para quê? (22 de julho de 2010)**

Quando se fala em *formação*, no âmbito desportivo, diversos âmbitos de análise e aspetos deverão ser observados, mas vou-me cingir, essencialmente, a três: formar quem, como e para quê. *Quem* formar, dirão, é óbvio: os jovens que chegam aos clubes. Mas quem nos garante que os jovens que chegam aos clubes *querem* ser forma(ta)dos? Quantos são os clubes que, chegando-lhes um jovem, pela primeira vez, às suas instalações, se preocupam em tentar perceber *por que* motivo ele ali está, que motivações e expectativas traz, o que esperam os seus pais, etc.? Será que a atividade a desenvolver com um jovem que visa, pura e simplesmente, divertir-se na companhia de colegas, num ambiente seguro, praticando uma modalidade de que gosta, será a mesma de um outro que pretende, além disso, percorrer um trajeto que, eventualmente, o coloque no rumo de vir a competir ao mais alto nível? Dir-me-ão, provavelmente, que muitos não saberão, quando chegam, aquilo que querem e, por isso, deverão ser sujeitos aos mesmos estímulos, tarefas e

propostas motoras, vendo-se, depois, quais os que aguentam. Faz-me lembrar os países onde as crianças não tinham (em alguns ainda não terão), pelo menos, a sorte de poder desistir. Desistir é, precisamente, o que acontecerá a tantos, provavelmente devido a essa abordagem formatada, na altura em que poderiam começar, efetivamente, a preparar-se de uma forma mais específica. No que diz respeito ao *como* e ao *para que* fazer essa preparação, parece claro e deveria ser consensual (mas, na prática, não é...) que os métodos a utilizar não deverão ser os mesmos do treino de adultos. Ainda assim, pensemos na preocupação, por exemplo, nos desportos coletivos, em implantar, desde os escalões mais jovens, um *modelo de jogo* a que todos se sujeitem, dado ser esse modelo o que se utiliza no escalão sénior. Acaso existe a ilusão de que aquela equipa de infantis chegará incólume e completa a seniores, naquele clube? O que acontecerá à esmagadora maioria que não terá lugar nos seniores e terá de ir para outro clube com outro *modelo de jogo*? E quando receberem, eles próprios, atletas formados noutra clube com outro *modelo*? E são os modelos que interessa homogeneizar ou serão os princípios de jogo que deverão

ser interiorizados, compreendidos e aplicados por todos, independentemente do modelo? A verdade, caros leitores, é outra, e bem mesquinha: com raras exceções, os clubes, os seus dirigentes, os treinadores, os pais dos atletas, as autarquias, enfim, todos aqueles que vislumbrem a possibilidade de um retorno mediático, garantido pela ignorância pedagógica de pseudojornalistas desportivos, pouco se estão ralando se aquela forma de treinar estará ou não correta. Acreditam que, quanto mais ganharem agora, mais ganharão no futuro. Como tantos investigadores já constataram, a percentagem de atletas que surge em lugares cimeiros no escalão sénior após já lá ter estado nos escalões de formação é bastante reduzida, sendo tanto menor quanto mais baixo o escalão considerado. Competições mal estruturadas, treinos e preparação desportiva condicionados por aquelas, e não o contrário, só poderão dar maus resultados, a prazo. Infelizmente, nestes tempos tão efémeros, já ninguém se lembra do *devagar se vai ao longe*. Enquanto continuarem os subsídios camarários aos clubes em função dos resultados de infantis, as competições jovens tendo por exclusivo critério a idade cronológica dos competidores e a

identificação dos melhores treinadores destes escalões por respeito aos títulos aí obtidos, continuaremos, estupidamente, a comprometer o seu possível trajeto desportivo. Para quê?

**NOTA:** Aparentemente, o panorama vai mudando. São já diversas as competições em que, nos escalões jovens, não há resultados desportivos ou tabelas classificativas, entre outras modificações. Ainda assim, continuo a não perceber a necessidade de haver Regulamentos Pedagógicos que, entre outras coisas, obriguem os treinadores a colocar todos os jogadores presentes no boletim de jogo a jogar um mínimo de minutos/períodos: haverá mesmo treinadores de jovens que, se pudessem, não colocariam todos os jogadores convocados a jogar? Não quero acreditar...

#### **47. Uma rotunda dor de cabeça (12 de agosto de 2010)**

*Há mar e mar, há ir e voltar, e Circular é viver* são dois *slogans* que, tal como aqueles carros nipónicos, parecem ter *vindo para ficar*, de tal forma ficaram incrustados nas nossas memórias. Contudo, circular nas rotundas do nosso país constitui, não raras vezes, um exercício de temeridade e um teste à frieza dos nossos nervos. Ao contrário das versões anteriores, que não estabeleciam qualquer regra de exceção às rotundas, o atual do Código da Estrada (artigo 14º) estabelece que “ao trânsito em rotundas, situadas dentro e fora das localidades, é também aplicável o disposto no número anterior, salvo no que se refere à paragem e estacionamento”, afirmando o referido número anterior que “dentro das localidades, os condutores devem utilizar a via de trânsito mais conveniente ao seu destino, só lhes sendo permitida a mudança para outra depois de tomadas as devidas precauções, a fim de mudar de direção, ultrapassar, parar ou estacionar”. A ex-Direcção Geral de Viação, numa missão que compete agora à Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária, esclareceu que “o objetivo é levar as pessoas a rodarem nas faixas interiores,

passando apenas para as exteriores nos troços imediatamente antes da saída desejada”. Circular então à direita não só deixa de ser obrigatório, como até é proibido, caso não seja “o mais conveniente”, variando a coima a esta infração entre 60 e 300 euros. O esclarecimento sobre esta situação refere que “o condutor que pretende tomar a primeira saída da rotunda deve ocupar, dentro da rotunda, a via da direita, sinalizando antecipadamente quando pretende sair”. Mas “se pretender tomar qualquer das outras saídas deve ocupar, dentro da rotunda, a via de trânsito mais adequada em função da saída que vai utilizar (por exemplo: se quiser sair na segunda saída deve circular na segunda via ou se quiser tomar a terceira saída deve circular na terceira via), aproximando-se progressivamente da via da direita, fazendo sempre sinal para a direita depois de passar a saída imediatamente anterior à que pretende utilizar”. Posto isto, e passados 5 anos desta alteração legal, como explicar que, para muitos, a via mais interior de uma rotunda pareça ser algo supérfluo, feito para pouco mais do que enfeitar? É, simultaneamente, extraordinário, (in)compreensível e assustador que, mais do que desconhecerem esta lei e a

diretiva que a precedeu, muitos as preferiram ignorar, simplesmente porque, no caso de ocorrer algum acidente, provocado pela incompatibilidade entre quem respeita a lei, circulando por dentro para só posteriormente se aproximar da saída pretendida, e quem faz *olimpicamente* a rotunda sempre na faixa exterior, quem acaba por arcar com a responsabilidade do acidente é o respeitador! Assim, estamos perante uma situação aparentemente irresolúvel e que tende a conduzir à subversão da lei, ou seja, apesar de eu saber que devo circular por dentro e só começar a tomar a via mais exterior depois de ter passado a última saída antes daquela de que eu pretendo usufruir, o certo é que se, para meu azar, me surgir um ser iluminado a fazer toda a rotunda na via exterior, bloqueando-me a saída que eu pretendo usar, resta-me uma de três alternativas: colidir com o referido sujeito, arcando, muito provavelmente, com a responsabilidade por *lhe bater vindo da sua esquerda*; parar, esperando que este artista passe (sujeitando-me a ser abalroado por trás e multado por parar numa rotunda) ou *dar mais uma volta ao bilhar grande*, abortando, *in extremis*, a saída que queria fazer, esperando que, na próxima volta, o caminho já esteja livre!

Dado ser algo relativamente simples de compreender, mas extremamente difícil de operacionalizar num país pouco dado a leituras, embora profuso em leis, para quando uma notícia de abertura num qualquer *Telejornal* ou um *Prós e Contras* dedicado a este tema, para acabar com o *sei que devia fazer assim, mas faço assado porque se bater quem paga sou eu?* Já agora, enquanto muitos agentes de segurança e instrutores de condução continuarem a (não) dar o exemplo, a confusão irá continuar...

**NOTA:** Quando esta crónica foi escrita, vigorava, relativamente ao código da Estrada, o DL n.º 44/2005, de 23 de Fevereiro. Em 1 de janeiro de 2014 entraram em vigor as alterações preconizadas pela Lei n.º 72/2013, uma das quais (artigo 14.º- A) referente, precisamente, à circulação nas rotundas.

Mais de 11 anos depois, ainda há muita gente que não sabe (ou não quer saber) entrar, circular e sair das rotundas. O problema é que a ignorância de alguns pode ser a desgraça de outros...

#### **48. Representar uma Seleção: direito ou dever? (2 de setembro de 2010)**

Paulatinamente, vão-se sucedendo, especialmente (mas não só) no futebol, as declarações de jogadores que se manifestam *indisponíveis* para continuar a representar a respetiva Seleção Nacional. Recordo-me de, há vários anos, uma atleta portuguesa de andebol ter sido duramente castigada por se ter recusado a representar a Seleção Nacional, alegando que a sua atividade académico-profissional (médica estagiária, creio) era incompatível com os prolongados períodos de ausência a que a participação na Seleção obrigava. Noutro caso, jovens, de 13 e 14 anos, foram convocados pela respetiva Associação para um treino da Seleção Regional, ao qual terão faltado por indisponibilidade completa dos pais para os transportar até ao local do treino (a 80 km do local de residência). Foram suspensos de toda a atividade desportiva até à análise dos factos em causa. Aliás, vendo ao acaso um Regulamento Disciplinar de uma Associação de Futebol, verificamos (*Artigo 54º - Da participação em Seleções Distritais*) que “*O jogador que sem justificação aceite pela Direção da Associação de Futebol, não*

*compareça aos treinos, jogos ou quaisquer reuniões relacionadas com a representação das Seleções Distritais, para que haja sido convocado, incitem a indisciplina ou de qualquer modo prejudiquem o bom nome da Associação de Futebol, é punido com SUSPENSÃO DE 3 (TRÊS) MESES A 1 (UM) ANO.* Assim, não deixa de ser com enorme espanto que vejo jogadores profissionais alegar, alguns referindo motivos de ordem *pessoal*, não estarem disponíveis para representar oficialmente a sua Seleção, não sofrendo, com isso, qualquer penalização. O artigo nº 11 do Decreto-Lei 144/93 de 26 de abril mostra que o Estado reconhece como direito das Federações desportivas com utilidade pública desportiva a criação e representação das seleções Nacionais por elas organizadas, pelo que os respetivos Regulamentos Disciplinares criados apontam, de um modo geral, para as sanções em casos de recusa. Por outro lado ainda, a Lei nº 28/98, de 26 de junho, onde se estabelece um novo regime jurídico do contrato de trabalho do praticante desportivo e do contrato de formação desportiva, refere o dever de *“participar nos trabalhos de preparação e integrar as seleções ou representações nacionais”*. Finalmente, e sem

ter a pretensão de esgotar o que estará legislado (e disperso...) a este respeito, será interessante conhecer o *Regulamento Relativo ao Estatuto e Transferências de Jogadores*, da FIFA, aprovado na reunião realizada em Zurique nos dias 18 e 19 de dezembro de 2004 e divulgado pela Circular daquela entidade nº. 959 de 16/03/2005. Assim, o artigo 3º (*Convocatória de jogadores*) do Anexo 1 (*Dispensa de jogadores para as seleções nacionais*) diz que “*Regra geral, qualquer jogador inscrito num clube é obrigado a responder afirmativamente quando é convocado pela Federação que está qualificado para representar com base na sua nacionalidade para jogar nas respetivas seleções*”, acrescentando o 5º (*Impedimento de jogar*) que “*Um jogador que tenha sido convocado pela Federação para uma das suas seleções não tem, salvo acordo em contrário com a respetiva Federação, direito a jogar pelo clube em que está inscrito durante o período pelo qual foi cedido ou deveria ter sido cedido de acordo com as disposições do presente anexo. Este impedimento de jogar pelo clube é, além disso, prolongado por cinco dias no caso de o jogador, por alguma razão, não ter querido ou podido aceder à*

*convocatória*”. Do que fui mostrando parece poder-se concluir que a recusa em representar uma Seleção Nacional, sem sanções, dependerá, em última análise, da vontade da respetiva Federação. E para quem parece estar com tanta vontade de castigar alguém, admira-me como se *baixe as orelhas* quando são as vedetas a impor a sua vontade, num aparente atropelo ao que está legislado. Sou dos acham que só deve representar a Seleção Nacional quem tiver capacidade para tal e, também, vontade, mas, enquanto o fim do *Serviço Militar Obrigatório* não chegar ao Desporto, não vejo como, unilateralmente, alguém possa pura e simplesmente afirmar que *não quer servir o país*.

**NOTA:** A lei é clara relativamente aos deveres do praticante desportivo. Veja-se a alínea b) do artigo 13.º da Lei n.º 54/2017, de 14 de Julho: “Participar nos trabalhos de preparação e integrar as seleções ou representações nacionais”. Assim, ficará nas mãos das respetivas Federações aceitar ou não as justificações para os pedidos de dispensa.

Ah, e não se tratará de “renunciar” à representação nacional, pois a figura da renúncia aplica-se a direitos e não a deveres...

#### **49. Campos de Batalha (23 de setembro de 2010)**

O subintendente Costa Ramos, a propósito do jogo de futebol Benfica-Sporting do passado domingo, avisou: “Toda a alteração da ordem pública vai ser reprimida. Os adeptos têm de se capacitar de que está em causa a disputa de um jogo de futebol, é um espetáculo desportivo e não podemos fazer dos campos e suas imediações campos de batalha”. A PSP anunciou que o dispositivo de segurança inclui patrulhamento a pé, automóvel e à civil, equipas de intervenção rápida, corpo de intervenção, cães, as divisões de investigação criminal e de trânsito e equipas especializadas em explosivos, além da Unidade Regional de Informações Desportivas. Terá afirmado ainda que “O jogo é de risco elevado e, apesar do grande número de adeptos presentes, acredito que vai ser um policiamento tranquilo”. Mostrou-se especialmente confiante pelo facto de não ter havido, durante a semana, declarações polémicas. Lemos e, infelizmente, não nos admiramos. Há muito que os grandes espetáculos desportivos, com raras exceções, acarretam, paralelamente, episódios mais ou menos gravosos de violência e manifestações da mais pura

estupidez e boçalidade, ao ponto de já ninguém se admirar com avisos e notícias desta natureza, ao jeito da insensibilidade que manifestamos perante o anúncio de mais umas dezenas de mortos em atentados suicidas, lá para o Médio Oriente. Mas o Desporto, aquele que se pratica nos espaços a ele destinados, bem que dispensava esse anátema de local perigoso. Em todos os desportos há motivos para, enquanto espetadores, nos satisfazermos, seja com pormenores estéticos ou competitivos, dispensando de bom grado todas as manifestações e situações que nos tiram a tranquilidade para os poder, tranquilamente, apreciar. Aliás, talvez mais avisado do que os dirigentes do nosso futebol solicitarem aos seus adeptos para não se deslocarem aos estádios das equipas adversárias quando a sua lá joga, como forma de protesto por se sentirem prejudicados pela atuação dos árbitros, seria envidar todos os esforços para que os energúmenos ficassem à porta, ou, melhor, ficassem em casa. Não será, como sabemos, por falta de legislação que as situações de violência nos estádios continuam a ocorrer, como será o caso da Lei nº 16/2004, que “*Aprova medidas preventivas e punitivas a adotar em caso de manifestação de violência*”

*associadas ao desporto*”. No entanto, entre o papel e a realidade vai um enorme fosso. Com efeito, para constatararmos este facto, bastará atentarmos na alínea a) do ponto 1 do artigo 11º (*Condições de permanência dos espectadores no recinto desportivo*), que proíbe a ostentação de cartazes, bandeiras, símbolos ou outros sinais com mensagens ofensivas..., ou na alínea c) do ponto 2 do artigo 17º (*Deveres dos promotores do espetáculo desportivo*), que fala no desenvolvimento de ações que possibilitem o convívio entre adeptos. E, note-se, até a própria lei parece contraditória nos seus propósitos, uma vez que a alínea a) do ponto 2 do artigo 16º (*Regulamento de segurança e utilização dos espaços de acesso público*) fala na separação física dos adeptos, reservando-lhes zonas distintas: em que ficamos, convívio ou separação? Ou será que o convívio de que se fala é só entre adeptos... do mesmo clube?

**NOTA:** Quinze anos volvidos... e pouco mudou. Quantos mais terão de passar para o espetáculo desportivo poder ser fruído em família, tranquilamente, sem receio de vir de lá com um olho a menos ou com uns pontos a mais? Quando é que se vai aceitar tranquilamente que não é possível ganharem os dois clubes o mesmo jogo que disputam?

## **50. Homo Zappiens (14 de outubro de 2010)**

O corretor automático insistia em *Sapiens*, mas tive de lhe explicar que era mesmo assim que queria, *Zappiens*. Terão sido Wim Veen e Bem Vrakking, em 2006, a utilizar pela primeira vez este termo, com a publicação do livro “*Homo Zappiens – Growing up in a digital age*”. Segundo os autores holandeses referidos, o sistema educativo está a começar a receber esta nova geração (nova espécie?) que aprendeu a lidar, desde muito cedo, com as novas tecnologias. Todos os dispositivos que estas crianças utilizam permitem-lhes ter controlo sobre o fluxo da informação (independentemente da qualidade dessa mesma informação...), sendo capazes de lidar com diversas fontes simultaneamente. Este Homo Zappiens é um processador ativo de informação (ainda que possa não ser lá muito crítico...), habilidoso a resolver problemas utilizando estratégias que advêm do uso de jogos interativos e constitui um potencial risco para a tranquilidade do sistema educativo. Porquê? Porque vê a Escola apenas como um dos pontos relevantes da sua vida, sendo muito mais importantes o estar em rede com os

amigos, entre outras atividades mais interessantes, na sua ótica. Parece que este Homo Zappiens não tem paciência para ouvir um professor explicar como é o mundo segundo a sua (do professor) perspectiva. Em suma, o Homo Zappiens será digital e a Escola analógica. Estes novos estudantes *zapeiam* entre as diversas informações que julgam interessantes ou úteis, da mesma forma que mudam o canal na televisão. Esta possibilidade de mudar rapidamente o foco da atenção de acordo com os interesses, segundo os autores, acarreta dificuldades no ambiente escolar, onde é cada vez mais difícil despertar-lhes a atenção. Caberá ao professor, cada vez mais, indicar caminhos para que toda esta multiplicidade de ferramentas e informação seja utilizada de forma reflexiva, autónoma e responsável. Como dizia Adriano Freitas em 2009, num artigo publicado na internet (*HOMO SAPIENS, HOMO FABER OU HOMO ZAPPIENS?* publicado a 30/04/2009 em <http://www.webartigos.com>), “Este é o grande desafio da educação de hoje, encontrar formas de fazer mesclar o poder de reflexão, inteligência, construção e destreza com a tecnologia desta nova geração, em outras palavras, mesclar o Homo Sapiens com o Homo Faber e estes dois

com o Homo Zappiens”). E os profissionais da Educação Física e Desportiva, estarão preparados para esta mudança? Marc Cloes, Secretário-Geral da AIESEP (*Association Internationale des Ecoles Supérieures d'Education Physique*), visando o Congresso mundial a realizar na Corunha, este ano, de 26 a 29 de outubro, lança esta interrogação no painel interativo “*Promovendo um estilo de vida ativo numa perspetiva Escolar, Desportiva e Social*”, questionando: “*Qual é o desafio das novas tecnologias na promoção da atividade física? Estarão os professores de Educação Física prontos a usá-la, uma vez que a tecnologia e a evolução da sociedade estão a andar mais depressa do que a sua capacidade de adaptação às mudanças*”?

<b>NOTA:</b> Mal sonhava o que aí viria, quinze anos depois...
--

## **51. O maior perdedor... ganha! (25 de novembro de 2010)**

Alguns dos leitores já deverão ter assistido a pelo menos um dos episódios do *reality show* norte-americano “*The Biggest Loser*”, onde os concorrentes competem entre si para irem perdendo, ao longo de doze semanas, o máximo de quilogramas de massa corporal. Os competidores são colocados em equipas, sendo cada uma orientada por um treinador. O participante que perde a menor percentagem de peso de uma semana para a outra é mandado embora do Programa. Num país como os Estados Unidos da América, onde a prevalência de indivíduos obesos ou com excesso de peso é bastante elevada (de acordo com os dados de 2005 da OMS - Organização Mundial de Saúde, publicados em 2007, os EUA apresentavam cerca de 74% de indivíduos com sobrepeso, isto é, com um Índice de Massa Corporal superior a 25, contra os cerca de 54% de Portugal) penso que este tipo de programas tem a sua virtude, quanto mais não seja a de alertar para os riscos do sobrepeso e da obesidade ou mesmo para motivar, ainda que, muitas vezes, por razões extrínsecas (prémio

monetário), para a perda desse mesmo peso excessivo. Aliás, dos poucos episódios a que consegui (parcialmente) assistir, pareceu sincera a vontade dos concorrentes em manter os hábitos de atividade física e relativa restrição calórica adquiridos durante as semanas em que se mantiveram no Programa, uma vez saídos deste. Muitas vezes, seja para perder peso ou para atingir outros objetivos, o que nos faz falta é ter alguém que não nos deixe desistir à primeira dificuldade e que consiga manter-nos focados nesse mesmo objetivo. A paixão evidenciada por aqueles *personal trainers* pela sua atividade e, sobretudo, pelos seus *atletas* naquele Programa, acredito, será mais de meio caminho andado para os motivar para lutar pela perda razoável de peso. Segundo percebi, e para que haja mesmo algum transfer para a vida diária, os dois finalistas terão ainda de passar uma temporada em casa, por sua conta e risco, no final do Programa, ganhando aquele que, nesse período, tenha a maior perda percentual de massa corporal. Se esta redução ocorrer, como aparenta, devidamente suportada por dietas equilibradas e exercício físico em quantidade e qualidade adequadas, só temos a dizer bem do Programa, o qual bem poderá servir

de mote para que os obesos (e não só) portugueses se mexam cada vez mais, se alimentem com cada vez melhor qualidade (apesar da *crise*) e, sobretudo, para acreditarem que, com vontade e perseverança, é possível inverter muitos dos ciclos viciosos em que quase todos nós, sem darmos grande conta, nos envolvemos. Como curiosidade, os EUA, apesar da elevada percentagem de indivíduos com sobrepeso, ocupavam *apenas* a 9ª posição mundial, embora, face à dimensão da sua população, se traduzisse na maior em termos absolutos. Em termos percentuais, o *vencedor* (perdedor?) era, imagine-se, Nauru, país constituído por uma pequena ilha da Micronésia, sendo apenas ultrapassado em *pequenez* pelo Vaticano e pelo Mónaco. Em segundo lugar, os Estados Federados da Micronésia e, no último lugar do indesejado pódio, as Ilhas Cook. Ao que parece, e atendendo aos lugares seguintes da lista, as ilhas poderão ser um paraíso (esqueçam a fiscalidade), mas, para a *linha* e para a saúde de quem lá vive, um verdadeiro inferno, ou não fossem a gula e a preguiça dois dos sete pecados *capitais*...

**NOTA:** Tonga, Samoa Americana (Polinésia) e Nauru (Micronésia), em 2022, eram os países com a mais alta prevalência de adultos obesos (mais de 60% da população adulta).

Em Portugal, nos adultos, a taxa de prevalência da obesidade era de 22% (homens) e 23% (mulheres).

## 52. Com que olhos? (16 de dezembro de 2010)

O *fervor clubista*, eufemismo, em grande parte das vezes, para fanatismo, torna a pessoa que assiste a uma competição do seu clube num ser animalesco, única e exclusivamente centrado na sobrevivência da (sua) espécie. Ou melhor, na sua sobrevivência, pois o apoio à equipa é visto como um investimento futuro em caso de necessidade de defesa pessoal. Também assim é na política partidária. Quantos não se juntam a um partido como quem faz um PPR, esperando a retribuição futura. Ser *por alguém* tornou-se sinónimo de *ser contra todos os outros*. No desporto como na política, mais importante do que apurar a verdade dos factos é fazer passar a mensagem de que a verdade é o que afirmamos. Mais importante do que resolver os problemas de todos é encontrar forma de nos mantermos à superfície, ainda que apoiados nos que, por baixo, se vão afogando. É por isso que se chega ao impensável de ver pessoas (pessoas?) ostentando cartazes e cachecóis onde se podem ler insultos às outras equipas, esquecendo-se que é o confronto com os outros que possibilita a afirmação da sua eventual superioridade. É

também por isso que muitos, ostentando o maior e o mais temível tipo de cegueira, precisamente aquele que deriva de não se querer ver, são incapazes de discernir e de diferenciar convicções políticas de qualidades literárias. Por causa dessa *cegueira seletiva*, muitos não podem sequer *ver* Saramago. Pensando neles, esse grande escritor deu-nos, há quinze anos, a sua visão sobre as cegueiras que estão tão próximas de nós e que, talvez por isso mesmo, somos incapazes de ver. A estranha epidemia que a todos vai cegando, na sua obra, não é muito diferente daquela que varre os nossos estádios ao fim de semana (na verdade, já quase todos os dias da semana). Com uma diferença. Quando o jogo começa, já se entra cego no estádio. As decisões já estão previamente tomadas. Aquela bola que, a nosso favor, entrou claramente na baliza adversária, na nossa nem chegou a tocar na linha de baliza. O adversário em fora-de-jogo de mais de dez metros transforma-se em linha com o penúltimo defesa, se nosso avançado. A mola que nos faz saltar reclamando vermelho para aquela *besta agressora* transforma-se, milagrosamente, em cinto de segurança, agarrando-nos ao banco quando a pancada, afinal, mais não é do que *jogo viril* dos nossos

apaniguados. Agora que o presidente de um clube revogou o apelo que havia feito para que os seus adeptos deixassem de assistir a jogos fora da sua equipa de futebol, deixo eu outro apelo. Se tem maus fígados e só consegue ver com filtro clubista, experimente assistir a uma prova de motonáutica, ou a uma competição de remo. Pode ser que, de fanático, se transforme em *fã náutico*, com largas repercussões positivas na sua saúde, reduzindo a tensão arterial e removendo, sem cirurgia, as cataratas que, teimosamente, se instalam nos olhos de alguém que não é capaz de *despir a camisola*.

**NOTA:** Quantos anos se passaram sobre esta crónica? Quinze? Têm a certeza disso? Não pode ser...

Com o apoio de:



**FIM**