



MULHERES LUTADORAS

É cada vez maior o número de mulheres que encaram sem preconceito os ringues de boxe. Nas academias, elas já dividem as aulas de igual para igual com os homens e dão um charme a mais ao esporte.

Em Menino de Ouro, filme consagrado como um dos grandes destaques da edição 2005 do Oscar, a atriz Hilary Swank interpreta uma boxeadora que precisa enfrentar o preconceito de um renomado treinador, que não aceita trabalhar com mulheres, para provar que ela realmente tem dotes para ser uma profissional no esporte. Na vida real, a determinação feminina na prática do boxe salta das telas do cinema e está presente nas academias e centros esportivos de todo o País. De acordo com Sidnei dal Rovere, professor de educação física, boxeador olímpico e comentarista esportivo especializado em boxe, com a entrada nas academias, o esporte vem perdendo o estigma de unicamente masculino. "Até a década de 80, as pessoas só escolhiam o boxe com o intuito de participar de competições. Com a abertura nas academias, temos mulheres de 50 anos, assim como meninas de 13 disputando espaço nos ringues, de igual para igual com os homens", explica Rovere.

Os ganhos físicos são alguns dos atrativos que fazem brilhar os olhos da ala feminina de adeptas do treino. Trabalha-se intensamente os músculos das costas, tríceps - o famoso músculo do tchauzinho -, coxas, glúteos e pernas. "O boxe é um dos exercícios mais completos que existe. Uma pessoa de 50 quilos, pode atingir uma perda de 650 calorias em uma hora de aula", afirma o professor, que treina uma turma de, aproximadamente, 60 mulheres na academia Companhia Athletica. Como não propicia o contato físico, não há risco de um ferimento mais sério ou algum corte no rosto. "As mulheres não trocam golpes, mas desenvolvem as técnicas e os movimentos pertinentes ao esporte. Trabalhamos mais com defesa e desenvolvimento de auto-confiança, raciocínio rápido, coordenação motora e conexão entre corpo e mente", diz ele.

O alívio do estresse é outro fator determinante na prática do boxe. "Realizamos exercícios que são até indicados em terapia. Nada melhor que, depois de um dia estressante, dar muitos socos em um saco de areia", brinca o treinador. Além das aulas de boxe, propriamente dito, realizadas em ringue, algumas academias oferecem exercícios com base nos fundamentos do esporte, como o Let's Boxe e Cardio Boxe.

Continua na página 06

LUTAS FEMININAS

A modalidade feminina do boxe cresce também entre as participantes de competições. A profissionalização começou na década de 90, nos EUA e o reconhecimento como esporte olímpico está previsto para os próximos jogos de Pequim, em 2008. Grandes nomes do pugilismo têm em suas filhas fortes adeptas da prática, como Laila Ali (Muhammad Ali) e Freeda Foreman (George Foreman).

No Brasil, de acordo com Gabriel de Oliveira, professor de educação física, extécnico da seleção feminina de boxe e atual responsável pela seleção masculina, o número de mulheres nos ringues é crescente. No campeonato mundial de 2002 eram três as brasileiras participantes e houve a conquista do bronze com a atleta Ana Paula Lucio dos Santos. No último Panamericano, que aconteceu recentemente em São Domingos, o Brasil levou 11 atletas e ganhou duas medalhas de ouro e seis de bronze. Adriana Araújo, uma das pugilistas responsável pela conquista de uma das medalhas de ouro, ganhou, ainda, o título de melhor atleta da competição. Oliveira, que esteve nas últimas olimpíadas de Atenas com a equipe masculina, diz que um número expressivo de novas atletas vem da prática do boxe iniciada nas academias. Como não possui contra-indicação, um grupo de meninas muito jovens também está aderindo, cada vez mais, ao pugilismo. "Neste último Panamericano tínhamos atletas de 13, 14 anos, que só não participaram da competição por não atingirem a idade mínima, mas que estavam em plena condição de luta", afirma Oliveira.

