

6-SESSÃO PRODUÇÃO DE GERONTES

O SONHO ESPORTIVO: UMA ESCOLHA DE QUALIDADE DE VIDA

Evandro Ferreira, Acadêmico da 3ª Idade Adulta UFAM
Monique Cunha Albuquerque, Docente PIFPS-U3IA-UFAM

Sou Evandro Ferreira, Nasci em 24 de julho de 1950 no município de Manaus, migrei em 1971 para o interior (Paraná da Eva - Remanso).

Durante a vida no interior estudei por cinco anos. A rotina seguia de segunda a sexta na escola e os fins de semana eram dedicados aos trabalhos familiares, roçado e pescaria. O esporte aparecia somente pela parte da tarde aos sábados, depois de ter cumprido com o trabalho. Normalmente os jogos realizados eram com bola como cemitério e futebol, a segunda opção de brincadeira era arco e flecha.



Entre 15 e 16 anos me envolvi na organização de jogos de futebol no Paraná da Eva. Para a organização era necessário saber das regras do jogo, no entanto, a único contato que tínhamos com essas regras era a partir das transmissões dos jogos por rádio, já que não havia televisão.

Normalmente os eventos esportivos estavam relacionados aos festejos religiosos da região, como arraial em comemoração ao santo de cada região. Participavam desses eventos as comunidades vizinhas com seus times de futebol alguns exemplos eram: Caxinoa, Vare-vento, Amatari, Usina Brasil, Engenho, Ilha da onça e Paraná da Eva. Os times eram compostos por amigos e familiares. O time da comunidade do Paraná da Eva recebia o nome “Nacional” em homenagem ao Nacional de Manaus. Para a organização dos campeonatos era cobrado um valor de inscrição para comprar troféus e medalhas. Dividia o tempo de jovem entre ajudar os pais nos serviços diários, cuidar dos irmãos mais novos e jogar uma bola no fim de semana.

No início da década de 70, vim morar em Manaus, tive que servir no quartel e as obrigações iam tomando cada vez mais o lugar da diversão. Passei 11 meses servindo, um ano depois, em 1972, abdiquei da carreira militar para continuar estudando, participei do que chamavam de Educação Integrada, e conclui o primeiro grau.

Em 1973, apareceu a oportunidade de um concurso para a SUFRAMA, o fiz e fui aprovado. Durante a época que servi ao quartel continuei jogando “peladas” de

futebol as terças e quintas. Já na SUFRAMA o contato com o futebol foi resgatado, tínhamos um time organizado. E assim nunca abandonei meu sonho desde o Paraná da Eva, que era ser jogador profissional de futebol, como a maioria dos meninos.

Aos 24 anos cheguei a participar da “peneira” do Time São Raimundo e fui aventurar, mas a rotina ficava cada vez mais puxada, treino; trabalho e; estudo. Então parei os treinos e dei prioridade ao trabalho e estudo.

Cheguei a participar de alguns campeonatos amadores organizados pela FAFI nos anos de 77 e 78, o amadorismo foi acabando. em 1979 e 1980 a competição da vez era “o Peladão”, joguei os dois anos com um time do bairro e chegamos as semifinais. No entanto existia a dificuldade de chegar aos locais dos jogos.

Depois dos jogos no “Peladão” continuei jogando amistosos pelo time da SUFRAMA. Em 1980 casei e então as frequências das “peladas” diminuíram, só as jogava nos fins de semana. Os amigos feitos na SUFRAMA, foram amigos fieis. Até hoje, nos encontramos aos sábados para “bater uma bola”.

Em 2005 chegou a hora de me aposentar. Como sempre fui muito ativo esportivamente, surgiu o interesse por participar de grupos de atividade física que me mantivesse ativo. Sempre acreditei no esporte como um estímulo a vida ativa e saudável.

O primeiro grupo a participar foi o AMAM, praticava atletismo e natação.

Coincidentemente conheci uma amiga, A Toinha, que participava de outro grupo, o PIFPS – U3IA, e então ela me convidou a participar do PIFPS, na modalidade de voleibol.



Foi então que procurei o programa e me inscrevi e tive a oportunidade de praticar novamente atividades competitivas, como a natação e o gerontovoleibol, além de participar também de outras disciplinas que me mantêm saudável, é o caso do condicionamento físico e musculação.



Em uma das renovações de matrícula que ocorrem periodicamente uma vez ao ano, foi solicitado o exame e atestado médico. Por algum motivo o médico não cedeu o atestado antes de realizar uma bateria completa de exames.

Durante o teste ergométrico não me senti muito bem, logo após esse episódio surgiu a notícia que eu não esperava: diagnóstico de 3 artérias entupidadas, internamento de urgência. Nesse momento pensei no gerontovoleibol, atletismo e as outras atividades que me davam tanto gosto em participar, achei que não poderia mais participar delas. Além disso, pensei também em como esse problema tinha me atingido já que nunca tive o vício de fumar e beber, foi então que soube que poderia ser hereditário.

O dia da cirurgia foi inesquecível para mim, pois além de ter sido um momento de saúde delicado, na hora em que entrei no centro cirúrgico o Brasil iniciava a partida de futebol contra a França, em 09/02/2009. Ao final da cirurgia tudo correu bem, o médico elogiou o coração e tive a notícia de que o Brasil tinha vencido a partida.



Três meses depois voltei ao voleibol e entrei no grupo de atletismo da Vila Olímpica.



Após me tornar um adepto do atletismo, tive a oportunidade de participar do campeonato Sul-Americano de atletismo no Paraguai.

E assim continuo praticando o esporte, acredito que através dele me mantenho saudável, longe das doenças, disciplinado e ainda participo de competições.

“As pessoas devem procurar fazer exercícios, pois a saúde é a melhor coisa que Deus dá!” Evandro Ferreira.

A partir do relato do atual aposentado e gerontoatleta Evandro Ferreira, percebemos a grande influência da Educação Física na sua vida como uma atividade multivariada que exerce benefícios nos aspectos biopsicossociais.

Inicialmente, percebemos que o contato com o esporte no início da vida foi de grande importância social, pois o gosto pela prática esportiva recreativa, o incentivou a organizar eventos; campeonatos, criando uma cultura futebolística no pequeno município em que morava, facilitando as relações sociais e culturais que são essenciais ao processo de desenvolvimento do indivíduo.

Esse desenvolvimento sociocultural o fez descobrir valores humanísticos no âmbito social e familiar, além de desenvolver os aspectos de responsabilidade nas suas ações diárias.

Além dos benefícios já citados, o esporte desenvolveu também ganhos biológicos, estimulando-o a adquirir hábitos saudáveis o que o motivava a um sonho, jogar futebol profissional.

Essas situações vividas por ele, criou também valores morais, tornando-o um indivíduo disciplinado, e que entende o valor de continuar praticando atividades físicas, e mantendo bons hábitos alimentícios.

Outro fator muito importante foi a cultura esportista desenvolvida pelo gosto em realizar prática esportiva com regularidade, e é um dos motivos que o mantém alegre; ativo; independente; e longe de doenças que normalmente atingem idosos sedentários, além de manter vivo o espírito competitivo que sempre teve, e que com o desenvolvimento da educação física, pode ser mantido até a terceira idade.

Hoje em dia muitos grupos sociais podem praticar esporte com fins competitivos, entre eles estão deficientes e idosos. O Evandro é um desses exemplos, que ainda hoje aos 62 anos compete nas modalidades de atletismo, natação e gerontovoleibol. Ou seja, vemos que existem em nossa realidade Esportes Gerontológicos modalidades esportivas e recreativas, no caso do geronte podemos afirmar que pode optar pelas de maior exigência física. Mas há outros homens com a mesma faixa etária que podem por seus hábitos de vida apresentar limitações que os



levem para praticas reduzidas. Podemos ainda refletir sobre a pouca participação masculina que leva a situações as quais explicam a menor longevidade masculina em 5 a 7 anos em relação ao feminino em todo o mundo.

Esta Sessão Produção de Gerontes vem com este tema relativo a vida de um homem no sentido de demonstrar que o chamado sexo forte pode se engajar e pela vida toda, sem problemas de se achar diferente nos grupos de envelhecimento, pois há espaço para ambos os sexos. Não podemos neste século XXI continuar acreditando que há atividades



masculinas e atividades femininas. O movimento feminista quebrou barreiras, por exemplo, no esporte temos hoje a participação feminina no futebol, salto com vara, corrida de carro, e tantas outras modalidades, que eram privilegio do masculino por muitos séculos e décadas.