

Em Brasília

Justamente por relatos como o da veterinária Giovanna que um dos planos para os próximos anos de Julie Assêncio, uma das fundadoras do Canicross Bsb (@canicrossbsb), é de continuar divulgando a modalidade para o maior número de pessoas possível, pois, segundo ela, muitas ainda não conhecem e sequer fazem ideia dos benefícios que se pode ter.

Julie formou o Canicross Bsb há cerca de cinco anos, junto com Adauto Belli e Thiago Ruiz. Adauto é adestrador de cães e ultramaratonista e, devido a essa extensa experiência, contribuiu muito para garantir treinos seguros e bem direcionados. Juntos, deram início às práticas na chácara Cães e Trilha, no Tororó — na região administrativa de Santa Maria.

Além do núcleo local, existem vários grupos espalhados pelo país e uma associação nacional, a Associação Brasileira de Canicross e Esportes Similares (ABCAES), que conta com vários associados e dá suporte a novos grupos que surgem e querem praticar o esporte. No Distrito Federal, o grupo organiza trilhas todos os domingos, realiza treinamentos no Parque da Cidade todas as quartas-feiras à noite e eventos temáticos cerca de quatro vezes por ano.

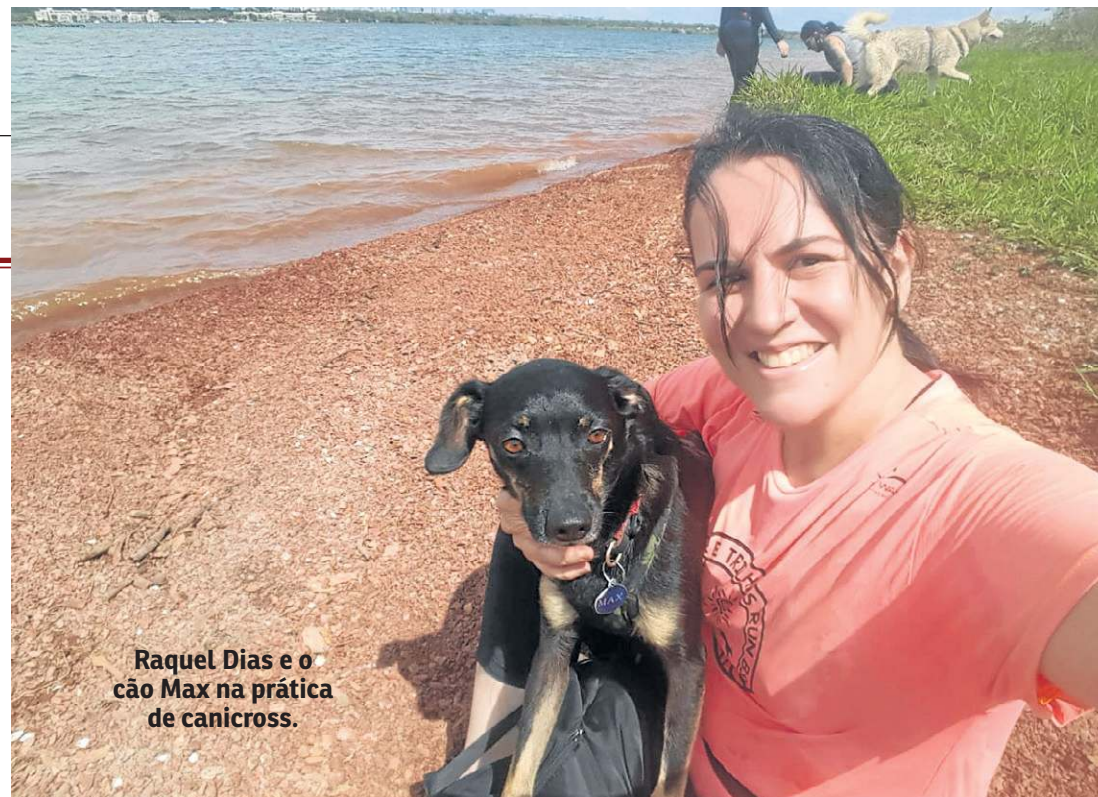
Em 2019, foi realizada a primeira competição de canicross do Centro-Oeste, que atingiu um marco histórico. Julie afirma que a prova contou com o maior número de competidores do país na modalidade. Além disso, conta que mais de 700 duplas cão/tutor já participaram de alguma atividade do Canicross Bsb, mesmo que os que praticam com frequência representem um número menor.

Cuidados

Com benefícios incríveis, alguns cuidados precisam ser tomados. A veterinária comportamental Nayara Brea chama atenção para animais que tenham doenças ou condições como problemas osteoarticulares, cardiológicos, doenças respiratórias, obesidade e alergias a componentes do ambiente da prática esportiva. O ideal é que uma consulta de avaliação veterinária seja realizada para que o profissional ateste aptidão do peludo a realizar a prática.

Outro ponto de atenção está relacionado a cães de raças braquicefálicas, ou seja, aquelas raças com focinhos curtos e crânios achatados, como os bulldogues, shitzus e pugs. Essas raças têm maior dificuldade de respiração, o que pode gerar mais desconforto no exercício. Além disso, cadelas prenhas não devem praticar o canicross.

Com relação à idade, é ideal que o cão tenha toda a estrutura óssea desenvolvida antes



Fotos: Arquivo pessoal

de iniciar o esporte. A veterinária Nayara afirma que a maturação de cães de pequeno e médio porte ocorre, geralmente, com um ano de idade, enquanto os de porte grande e gigante entre um ano e meio e dois anos. De forma alguma, ela aconselha os treinamentos antes desse período: “A sobrecarga em estruturas ainda em crescimento no filhote pode comprometer o desenvolvimento, entre outras implicações”.

Somado às condições físicas, é essencial estar com todas as vacinas em dia, a veterinária faz menção a três, em especial: a múltipla, a contra giárdia e a anti-rábica. E, como é praticado geralmente em meio à natureza, ela recomenda as medicações preventivas contra ectoparasitas e endoparasitas, como pulgas, carrapatos e vermes. A utilização de repelentes e coleiras contra o mosquito da leishmaniose também são muito importantes.

Na preparação, o ideal é que não alimentar o cão antes da prática, para que não ocorra torção gástrica, mais comum em raças de grande porte. A veterinária também recomenda que a linguagem corporal e comportamento do animal sejam sempre observados, para, desse modo, ele tenha o seu ritmo respeitado. Nos dias mais quentes, deve-se fornecer água durante todo o percurso e molhar o animal quando necessário, além da constante atenção com o calor do chão, que pode queimar os coxins, as almofadinhas das patas.

Para começar

A aqueles que nunca praticaram o esporte, a profissional recomenda que o tutor inicie aos poucos, fazendo curtas distâncias e observando como o animal se sente. “É importante nunca forçar o animal à prática”, pontua. Para ela, o primeiro passo é ter os equipamentos que garantam mais segurança e conforto, em seguida, participar da aula e testar, para ver se foi interessante para a dupla.

É o caso da servidora pública Raquel Dias, que tutora o cão Max, de seis anos. Ela descobriu o canicross através de conhecidos do condomínio e, apesar de ter se interessado, não tinha certeza se daria certo com sua realidade. “Tinha medo de não conseguir, porque sou asmática e nunca tive fôlego. Além disso, nunca fui fã de correr, mas ao ver os vídeos dos treinos no Instagram, a alegria dos cães correndo, o astral maravilhoso, não resisti e fui treinar”, relembra.

Para a surpresa dela, apesar do cansaço esperado, Raquel conseguiu fazer o percurso — o que a deixou motivada para continuar. Em seguida, participou de uma corrida de canicross de quatro quilômetros, que não foi fácil: “Tive que parar algumas vezes, mas a sensação de completar o primeiro percurso da minha vida foi algo incrível. Não acreditei que consegui”. Outra memória marcante é a de Max, que, segundo ela, estava felicíssimo, já que se divertiu e interagiu com a natureza e outros cães.

Depois das experiências, ela nunca mais parou e, inclusive, nota melhoras na sua própria saúde, como o fôlego, que hoje está bem melhor do que o de quando começou. “Ainda estou longe de ser uma atleta, mas sou uma pessoa bem mais saudável e feliz, com certeza”, emociona-se. Sempre participa dos treinos, pelo menos, quinzenalmente, aproveitando o melhor que o esporte traz para os dois.

O canicross também marca a superação de Max, que foi abandonado e atropelado no condomínio de Raquel, que o resgatou, levou ao veterinário, cuidou e adotou. Na época, o cão tinha o osso da pelve quebrado e com o tratamento adequado se recuperou e voltou a andar, foi se fortalecendo e é hoje um grande praticante do esporte, que o auxilia a se manter em forma e feliz.

***Estagiária sob a supervisão de Ailim Cabral**