



Exemplos no passado e no futuro

Quem segue a passos largos, ou melhor, pulos, o caminho para se tornar uma atleta de relevância no cenário nacional, é Pietra Campbell Simões. A barreirista divide a rotina de estudos, no 3º ano do ensino médio no Colégio Católica, com os treinos para continuar performando em alto nível. Não à toa, em agosto ela se tornou a detentora do recorde sub-18 nos 100 metros com barreiras.

Com aulas pela manhã e treinamentos durante a tarde, a jovem não abre mão de um e nem de outro, de olho nas oportunidades do futuro. “Os dois são cruciais e indispensáveis na vida de alguém. O

esporte faz uma total diferença no estilo de vida, na saúde mental e física. Mesmo que não seja no nível competitivo, a prática esportiva é indispensável. Os estudos também, não tem nem como questionar. Mesmo em alto nível, não tem como deixar de lado. Estudando você nunca está perdendo tempo, ninguém pode tirar seu conhecimento, então sempre tem que ter um plano B para tudo”, compartilha.

Com os pais atletas, Pietra e o irmão mais velho, Lucca, sempre tiveram o esporte no sangue, mas escolher uma escola com estrutura para treinar ajudou ainda mais na preparação. Pai e mãe, inclusive, são



O esporte faz uma total diferença no estilo de vida, na saúde mental e física. Mesmo que não seja no nível competitivo, a prática esportiva é indispensável”

Pietra Campbell Simões,
aluna do 3º ano do ensino médio

pesquisadores e professores na Universidade Católica de Brasília (UCB) e fizeram estudos científicos na área, demonstrando que crianças e jovens que praticam atividades físicas e esportes apresentam funções cognitivas mais desenvolvidas, como memória, capacidade de concentração, atenção e tomada de decisão e resolução de problemas.

Entre os benefícios próprios, a jovem lista, principalmente, a disciplina, fator esse que colabora também para dentro da sala de aula e se reflete no boletim da garota, sempre com notas altas. Fora isso, ela cita uma diferença perceptível nos colegas esportistas. Segundo a atleta, são pessoas mais ativas, com autoestima mais elevada e mais cuidadosas com a saúde mental e corporal.

Por fim, Pietra reforça a importância da escola nesse cotidiano. “Aqui, eles disseminam meus feitos, demonstram orgulho de me ter como aluna, me mostram nas redes sociais. Me sinto respeitada e valorizada. São agradecimentos tanto à escola pelo incentivo, apoio, torcida, bolsa institucional, e principalmente à UCB, por disponibilizar locais de treino. Todos apoiam, torcem e veem com bons olhos, incentivando as crianças e jovens no esporte. Para eles, cuidar da saúde mental e corporal não é só estudar, mas também precisa da prática esportiva e de atividade física”, acrescenta a atleta. Agora, os sonhos são de buscar uma faculdade e, quem sabe, chegar às Olimpíadas. (AR)

Conte com o
SINEPE/DF
na busca da escola
de seu(sua)
filho(a)!

SINEPE/DF
Educação Livre Educação

Sindicato dos Estabelecimentos
Particulares de Ensino do
Distrito Federal

seloescolalegal.com

Reconhecimento, gestão e capacitação da
educação particular do Distrito Federal.

Matricule seu(sua) filho(a) em uma instituição reconhecida e autorizada pela Secretária de Educação. Acesse o site e conheça as escolas perto de você! Segurança, qualidade certificada e valorização do ensino e da aprendizagem.

sinepe-df.org [@SinepeDF](https://www.instagram.com/SinepeDF)

