

## Fitness & Nutrição

O esporte é capaz de muitos feitos, entre eles, criar e fortalecer relações. No Dia dos Pais, conheça histórias de conexões entre pais e filhos feitas por meio dessa paixão

POR GABRIELA SENA\*

Mais do que uma forma de promover a saúde, o esporte também é um jeito de unir e aproximar pessoas, sejam elas estranhos, amigos ou familiares. De fato, compartilhar a paixão por um time, praticar um esporte juntos ou simplesmente torcer no sofá são experiências capazes de criar memórias afetivas inesquecíveis e fortalecer laços familiares. No Dia dos Pais, isso não poderia ser diferente, até porque, muitas vezes, a paixão por um time ou esporte é passada de geração em geração — de pai para filho.

De acordo com a neuropsicóloga Marcella Bianca, desde a infância até a fase adulta, o interesse e a prática de esportes proporcionam uma série de benefícios para a saúde mental e para as relações interpessoais. No contexto dos relacionamentos paternos, é comum que filhos se inspirem nos pais ao escolherem esportes para praticar ou times para torcer.

“A convivência e a admiração mútua influenciam essa decisão. Para filhos de atletas, o contato no dia a dia e a observação do esforço, da dedicação e da paixão por aquele esporte fazem com que a criança, às vezes, desenvolva o comportamento de espelhamento no pai”, descreve. Foi mais ou menos isso que aconteceu com Arthur Belchor, 41, e o filho, Gael Bittencourt, 11.

### Talento passado para outra geração

Jogador de basquete aposentado desde o ano passado, Arthur é considerado uma lenda do esporte candango. Durante sua carreira, o ex-atleta vestiu a camisa do Brasília Basquete e acumulou uma série de conquistas, destacando-se como um dos maiores jogadores da história da Liga Nacional de Basquete. Ele conquistou três títulos do NBB, dois Campeonatos Brasileiros, cinco Torneios Sul-Americanos e uma Liga das Américas.



Arthur Belchor e Gael Bittencourt em quadra

# Legados e conexões

Arquivo pessoal: Arthur Belchor

O filho Gael já está seguindo os passos do pai: joga e participa de campeonatos de basquete. O contato do garoto com a bola laranja começou cedo, e o esporte esteve presente, literalmente, desde o berço. “Ele sempre ia aos meus

jogos, ganhava bolinhas, roupas de basquete e vivia no ambiente em que eu estava. Quando começou a andar, nós compramos uma minitabela e a colocamos no berço dele, para que ele pudesse dar suas primeiras enterradas”, brinca.