

Terceira edição do Encontro Delas Caixa reuniu mais de mil mulheres. Evento faz alusão ao mês dedicado à prevenção do câncer de mama. Clima ameno e sem chuva favoreceu o sucesso da prova, que ocorre em Brasília e em Belo Horizonte



A corrida, exclusivamente feminina, faz alusão ao Outubro Rosa e já virou tradição no DF

UM MAR DE GENTE COR-DE-ROSA

» MILA FERREIRA

A corrida livre é uma forma de cuidar da saúde do corpo e da mente. A terceira edição da corrida Encontro Delas Caixa ocorreu ontem, no Lago Sul, e mobilizou 1,2 mil mulheres. A competição, exclusivamente feminina, faz alusão ao Outubro Rosa, com o objetivo de conscientizar as mulheres a se prevenir contra o câncer de mama. O clima ameno e sem chuva favoreceu o sucesso do evento.

Vencedora do percurso de 5km, a bancária Carolina Magalhães, 41 anos, ganhou a inscrição em um sorteio na Caixa, onde trabalha, e comemorou o desempenho na prova. “Eu só comecei a treinar este ano, em abril. Na primeira corrida que fiz, fiquei em nono lugar. Na segunda, já fiquei em terceiro. Na última, fiquei em quinto, todas de 10km. Hoje, corri 5km e conquistei o primeiro lugar”, relatou.

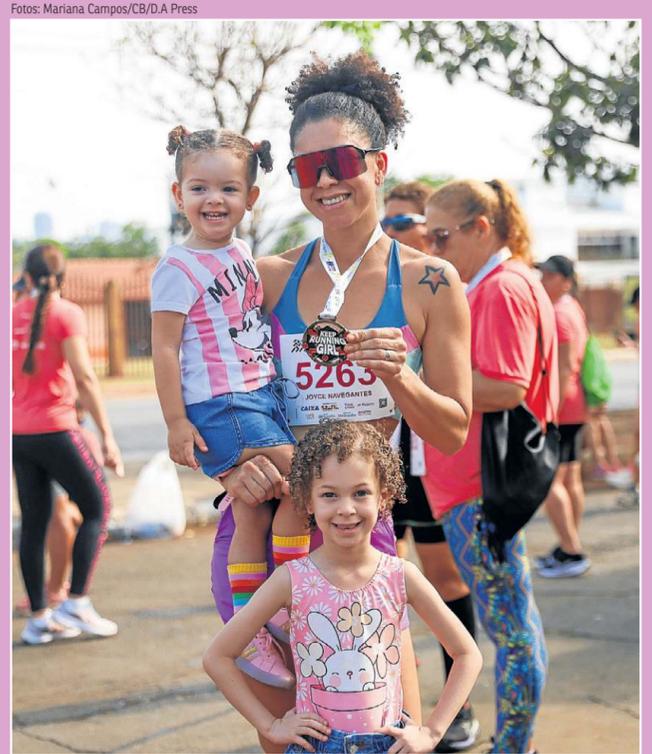
A segunda colocada na prova foi a militar da Aeronáutica Jaqueline Fernandes, 36 anos. “Eu me sinto mais do que vitoriosa. Nunca tinha ficado em segundo lugar em corridas grandes assim. Ficava sempre ali, na categoria, ou então provas menores, do trabalho, ou então provas menores, do trabalho. Hoje, foi uma megassuperação”, comemorou. Mãe de dois filhos pequenos, Jaqueline afirmou que, para obter sucesso nas corridas, é necessário treinar sempre. “Corro desde os 19 anos de idade, mas há um ano e meio eu entrei em uma assessoria e, desde então, só venho melhorando os tempos. Comecei a treinar específico e a cada prova eu evoluo mais. Esse é o segredo”, contou.

Reunindo olhares e carinhos, a cachorrinha Nike, de nove meses, correu com sua tutora a rota de 10km da corrida. “Ela tem muito pique, essa raça é muito agitada. A gente sempre a leva para treinar”, disse sua tutora, Samara Nascimento, bancária, de 45 anos. A cachorrinha corre desde os cinco meses, acompanhando Samara e o marido, mas a corrida de domingo foi seu primeiro percurso em evento. “Agora ela faz parte de nosso time”, brincou a bancária, que garantiu continuar trazendo a Nike para as corridas que se inscrever.

Ter filhos pequenos não é motivo para parar de fazer exercício físico. Foi nesse espírito que Joyce Navegantes da Silva, 38, participou da corrida ontem. Ela levou as filhas Clarice, de 6 anos, e Bianca, 2, e juntas fizeram o percurso de 5km. “Já é a terceira corrida que faço com elas. Tenho um filho de 11 anos que participa comigo às vezes. Clarice correu a Marotinha no sábado e adorou”, afirmou. “Comecei a treinar há um ano, e



Campeãs dos 5km no pódio, com o assessor do Correio Miguel Jabour à direita



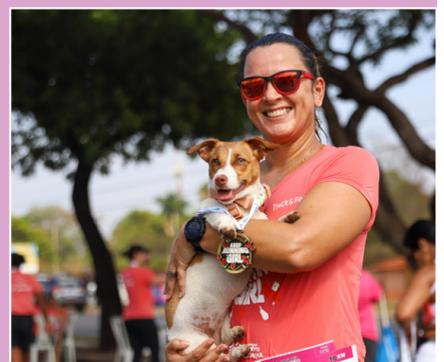
Joyce Navegantes levou as filhas e disse que ter crianças pequenas não a impede de correr



Diretor da Revista Encontro, André Lamounier



“Endorfina é viciante”, destacou Juliana Silva



O cão Nike participou com a tutora Samara Nascimento

mês que vem vou correr minha primeira maratona. Gosto de motivar meus filhos a fazer exercícios também. Gostei de correr hoje só com a mulherada. Dessa forma, posso provar que ter filhos não é razão para deixar de fazer nada, pelo contrário”, concluiu.

Cabeleireira e estudante de nutrição, Adriana Guilhã, 41, elogiou o clima. “O tempo favoreceu muito, estava fresquinho, não estava abafado, a umidade estava um pouco melhor. Foi ótimo para correr”, observou. “Eu já treino corrida há quatro anos, e há dois participo das corridas oficiais. Gosto muito dessas provas, porque motivam bastante a gente a treinar”, acrescentou.

Maria Resende, 47, é corredora e se acidentou no Circuito Serrano, de Sobradinho, em maio deste ano. Ela, que quebrou a tibia e a fíbula ao cair após prender o pé em uma fita, participou ontem de sua segunda corrida desde o acidente. “Corrida é a minha vida,

me tirou de tanta coisa. Estar aqui é meu recomeço, porque correr é tudo, é o que me dá prazer. Eu corro porque me dá vida. Para mim, estar aqui, hoje, é o que me dá forças para me recuperar”, relatou a corredora.

Maria disse que, desde criança, “corre das adversidades da vida”, mas há um ano começou a dedicar sua vida ao esporte e conquistou, em 2023, 15 pódios. Na corrida Encontro Delas, na manhã de ontem, foi aplaudida por todos que assistiam à largada, enquanto caminhava utilizando o Fixador de Ilizarov em sua perna, método utilizado na medicina para tratamento de fraturas graves.

Já Kazumi Yamamoto, de 58 anos, começou a frequentar as corridas depois de ser convidada por uma amiga. “Correr eu não posso, mas caminhar, eu caminho”, respondeu Kazumi, que usa bengala devido a uma cirurgia que fez na coluna em 2019. A aposentada já

participou de 15 corridas e contou que correr mudou sua vida. “A atividade física é muito importante. Eu sou paciente oncológica, e este mês é Outubro Rosa. Então, é importante essa participação porque a atividade física ajuda em tudo”, afirmou.

A aposentada descobriu o câncer de mama há oito anos e hoje disputa em corridas dedicadas à conscientização sobre a doença. “Passei pela fase da química, da radioterapia. Mas, hoje, estou aqui”, celebrou Kazumi.

A enfermeira Francisca Juliana Silva, 33, é iniciante na corrida de rua e essa foi a quarta competição que participou. “Estou gostando, vicia um pouco. A corrida é uma forma de cuidar do corpo e da mente. A endorfina e a sensação de bem-estar depois são viciantes. Quando cheguei no meio da corrida, achei que não fosse dar conta, mas as mulheres são muito animadas e motivam umas às outras”, elogiou.

Tradição

A corrida é uma realização do Correio Braziliense, da Revista Encontro e do Rádio Clube. O assessor de relações institucionais do Correio, Miguel Jabour, ressaltou a importância do apoio ao esporte. “Esta corrida já virou uma tradição, é uma alegria para todos nós. De três anos para cá, a competição tem se consolidado em Brasília. Isso aqui é um espetáculo para todos os corredores”, celebrou.

Diretor da Revista Encontro, André Lamounier destacou que a ideia da corrida é enaltecer as mulheres. “O espírito é proporcionar a elas um momento de lazer, esporte e cuidado com a saúde”, destacou. A corrida é um evento anual que ocorre em Brasília e em Belo Horizonte. “A gente procura resgatar esse tema do Outubro Rosa para conscientizar as mulheres quanto ao autocuidado e também homenageá-las”, complementou Lamounier.

Fotos: Mariana Campos/CB/D.A Press