

ESPORTES

correiobraziliense.com.br/esportes - Subeditor: Marcos Paulo Lima E-mail: esportes.df@dabr.com.br Telefone: (61) 3214-1176

Duelo do Leão Caipira e a Raposa

Mirassol e Cruzeiro duelam hoje, às 20h no Estádio José Maria de Campos Maia, pela 20ª rodada do Brasileirão. Será um confronto direto na parte de cima da tabela, onde o Leão Caipira busca entrar no G6. Porém, terá que encarar a Raposa, que é vice-líder da competição e o segundo melhor visitante. Ambos se enfrentaram apenas uma vez na história e foi no primeiro turno do Brasileirão deste ano, no qual a Raposa venceu por 2 x 1, no Mineirão.

Medalhista no trampolim de 3 m do Pan Júnior 2025, brasiliense Heloá Camelo chegou ao pódio de Assunção após superar lesão no pulmão com garra, foco no mental e apoio da família. Hoje e amanhã, saltadora busca novos feitos no Paraguai



Dona do bronze no trampolim de 3 m, Heloá tem outras finais pela frente em Assunção

Um bronze que cura

DANILO QUEIROZ
Enviado especial

Assunção — Sede dos Jogos Pan-Americanos Júnior de 2025, Assunção se transformou em um palco ideal para a materialização de sonhos, muitas vezes, forçados por superação. Para a brasiliense Heloá Camelo, medalhista no trampolim de 3 m dos saltos ornamentais ao lado de Maria Faoro, a capital paraguaia concretizou uma trajetória impulsionada por foco, força e muito comprometimento. Voltando às competições de alto rendimento após enfrentar uma lesão no pulmão, a atleta de 19 anos coloriu de bronze todo o cuidado mental e físico para seguir rumo ao objetivo de representar o país em uma edição olímpica.

Heloá é um dos símbolos do sucesso recente de Brasília na modalidade. A descoberta da afinidade com os saltos ornamentais foi um presente dado pelo acaso. Em um dia da rotina comum das atividades de psicomotricidade — área para desenvolver a relação entre movimento, corpo e processos cognitivos, afetivos e sociais — a brasiliense rompia o tédio de uma fila de renovação de matrícula praticando estrelinhas e aberturas. Até hoje técnico da atleta, Gabriel Serra ativou o olhar apurado e viu talento a partir das brincadeiras. Com isso, ele teve de pedir a autorização do pai, Wesley Camelo, e o sim dele abriu o caminho



para os testes a transformarem em uma saltadora.

No Centro Olímpico do Gama, Heloá aprimorou o potencial, até a modalidade virar coisa séria. “Aquilo marcou muito a minha história, foi onde tudo começou. Devido a projetos, como o Futuro Campeão, eu consegui chegar aos Jogos Pan-Americanos e conquistar uma medalha de bronze”, festeja a atleta, direcionando a atenção ao apoio para ações voltadas ao esporte. “Acho que o governo deveria dar mais incentivo para os centros olímpicos, criar mais projetos. Isso é o que faz a diferença e muda vidas. Mudou a minha e a de muitas crianças. Só de eu estar aqui hoje, é muito gratificante para mim e para minha família”, aponta, com uma lucidez além do rosto de uma jovem de 19 anos.

Rapidamente, a saltadora passou a utilizar o espaço dos saltos ornamentais na Universidade de Brasília (UnB), onde cursa educação física, e se destacar em torneios nacionais e internacionais. A trajetória até o bronze

Quatro perguntas para...

HELOÁ CAMELO, MEDALHISTA DE BRONZE NOS SALTOS ORNAMENTAIS DO PAN JÚNIOR

Brasília tem revelado cada vez mais nomes nos saltos ornamentais. O que representa vir da cidade?

É muito importante. Estamos conseguindo colocar Brasília no topo dos saltos ornamentais. Treinamos todos os dias para isso incansavelmente e está valendo a pena. É muito gratificante.

E o futuro? Quais são seus sonhos?

Meu maior objetivo é chegar às Olimpíadas. Vou treinar ainda mais, focar na técnica, melhorar nos saltos e na preparação integrada para, se Deus quiser, conquistar esse sonho.

Como foi o processo de recuperação da lesão no pulmão?

Foi muito difícil esse processo, mas eu sabia

que era em prol de uma coisa no futuro que, se Deus quiser, vai acontecer. Quando fui ao Pan na Colômbia, fiquei muito feliz. Só de estar voltando foi uma sensação muito boa. Eu só fazia cardio, muito de leve, e é uma coisa que eu não estava acostumada. Treinamos oito horas por dia.

E como foi o retorno às competições depois disso?

Quando consegui uma medalha de prata, também no sincronizado em dupla com a Maria, foi um sensação de que eu dou conta, de que eu sou capaz. Só de estar aqui e conseguir uma medalha de bronze, é algo inimaginável. Para mim, seria um pouco mais demorado, mas quando aconteceu, eu tive a certeza de que conseguiria.

no Pan Júnior, no entanto, reservou etapas de provação. No ano passado, Heloá competia na estrutura do Pinheiros quando, na execução de um salto de salto do trampolim de 3 m — mesma altura da medalha em Assunção —, caiu de costas na água. A oscilação na respiração provocou um pequeno furo no pulmão da brasiliense, forçando-a a entrar em uma etapa complexa e delicada de recuperação.

“Geralmente, esse tipo de lesão acontece em acidente de carro ou atropelamento. Nosso esporte é sério e também machuca. Precisei abandonar a competição, não

podia pegar avião e tive que voltar de ônibus para Brasília, por causa do ar comprimido”, explica Heloá. No hospital, o conforto por poder segurar a mão da mãe, Isana Almeida, foi o primeiro passo em prol do retorno. A rotina era bem diferente das habituais oito horas de prática por dia. “Foram semanas sem treinar nada, porque podia piorar minha situação”, detalha. Na conversa com o **Correio**, a brasiliense esbanjava confiança, mesmo falando de uma situação com potencial traumático.

Desistir, no entanto, não era uma opção e Heloá contou com o apoio de um importante aliado

para centralizar forças: o psicólogo Luciano Lopes. “No começo, foi difícil voltar aos saltos e começar a fazer tudo de novo. O meu psicólogo é maravilhoso e foi um dos achados na minha vida. Ele me ajudou muito nesse processo, tanto após a cirurgia de 2023 — procedimento no pé — quanto agora”, cita. A orientação fortaleceu a atleta. “Graças a ele, consegui melhorar o meu mental e ficar mais forte. Quando estou ansiosa ou com medo, respiro e penso nas técnicas e rotinas que combinamos para fazer tudo certinho. Se houver algo do previsto, consigo colocar minha cabeça no lugar”, resume.

Todo o foco de Heloá é recompensado com medalhas. No Pan-Americano de Esportes Aquáticos, realizado em maio, em Medellín, na Colômbia, a parceria com Maria rendeu uma prata no salto sincronizado do trampolim de 3 m. A impulsão do resultado guiou a dupla até o bronze do Pan Júnior de Assunção-2025. “Estávamos muito felizes de competir juntas. Foi muito gratificante”, destacou a brasiliense, seguida de uma declaração da amiga. “Amo saltar com ela”, derreteu-se. A sinergia das meninas, inclusive, rompe os 7 mil km de distância entre Dallas — cidade de Faoro — e a capital federal. No cenário, vídeos e poucos treinos juntas são suficientes. “Às vezes, ela vai a Brasília e nas competições a gente faz uns dois ou três treinos antes e vai na fé”, explica Heloá.

Medalhista de bronze, Heloá compete em outras provas na capital paraguaia. Ontem, ela avançou às finais do trampolim de 3 m individual — com finais marcadas para amanhã, às 18h35 — e se posicionou entre as melhores do continente na plataforma de 10 m. Hoje, às 9h, a brasiliense salta nas eliminatórias de 1 m, às 9h, com possibilidade de disputar medalhas às 18h05. A trajetória da atleta, por si só, mostra capacidade para atingir feitos ainda mais expressivos. Até aqui, o talento forjado no Centro Olímpico do Gama triunfou. Mas, com toda a garra e força de vontade, o futuro se apresenta com potencial de ser ainda mais brilhante.

Giro esportivo



Finalistas definidos

Foram definidos os finalistas masculinos do Fight do Milhão durante a 139 do Jungle Fight, que aconteceu aqui em Brasília. Entre os classificados, estão Arcângelo Anjo e Marcelo Medeiros.



Líder na corrida

Largando na pole position, César Ramos manteve a liderança e venceu a quinta etapa da Stock Car 2025. Felipe Baptista foi o segundo colocado, e Felipe Fraga terminou na terceira colocação.



Rumo ao hepta

Agora hexacampeão mundial, o espanhol Marc Márquez ganha pela primeira vez o Grande Prêmio da Áustria de MotoGP. Ele segue liderando a atual edição do torneio.



Mata-mata para a final

Definidas as semifinais do Brasileirão Feminino. Corinthians e São Paulo fazem o primeiro jogo, enquanto Palmeiras e Cruzeiro o segundo. Os jogos acontecem na semana que vem.



Início vitorioso

O Arsenal começou a Premier League com o pé direito. Ontem, a equipe venceu o Manchester United por 1 x 0, confirmando o favoritismo e aumentando a pressão sobre o rival.



Apresentação abençoada

Preparando-se para o Mundial na próxima semana em busca de medalha inédita, a Seleção olímpica de ginástica se apresentou no Cristo Redentor e ao som de *Evidências*.