

**O fisioterapeuta Fernando Calixto detalha a preparação física, a rotina de recovery e a blindagem emocional que sustentaram o jovem tenista Guto Miguel rumo ao topo em Paris**

POR EDUARDO FERNANDES

**P**or trás de todo campeão existe uma disciplina rigorosa que o leva ao sucesso. Para além da explosão física e da precisão técnica, há uma engrenagem multidisciplinar complexa que funciona diariamente, sobretudo para manter o corpo do atleta resistente ao desgaste extremo que aparece em momentos de decisão. No centro dessa estrutura está Fernando Calixto (@fcalixtofisioterapia), 46 anos, fisioterapeuta brasileiro responsável por blindar as articulações e a mente da promessa do tênis mundial Guto Miguel, que conquistou o inédito Roland Garros Júnior 2026.

Enquanto o tenista desabava no saibro de Paris para comemorar uma conquista histórica, a quilômetros de distância, o olhar atento de quem trabalha nos bastidores era recarregado pelo sentimento de dever cumprido. Fernando Calixto iniciou sua trajetória profissional em 2002, moldando a carreira na fisioterapia aquática, terapia manual e no exercício terapêutico. O passaporte para o esporte de alto rendimento veio em 2015, quando passou a integrar a equipe de cuidados do piloto brasileiro Felipe Nasr, então na Fórmula 1 e hoje tricampeão consecutivo das 24 Horas de Daytona.

A transição para o tênis e a chegada à vida de Guto Miguel aconteceram em 2024, por indicação do nutricionista Henrique Bernardes. Desde o primeiro contato, o fisioterapeuta percebeu que não se tratava de um garoto comum. “O Guto chamou a atenção não apenas pelo talento dentro das quadras, mas também pela disciplina, maturidade e comprometimento com todo o processo de preparação”, revela. “Poder acompanhar sua evolução e contribuir para uma conquista como o título de campeão de Roland Garros Júnior 2026 é motivo de enorme orgulho.”

O profissional faz questão de frisar que a caminhada vitoriosa não é um esforço isolado, destacando o suporte dos pais de Guto e de uma equipe integrada por treinadores, preparador físico, psicólogo e médico do esporte. “O primeiro grande pilar dessa trajetória é a família, que o sustenta diariamente. O Guto tem a felicidade de contar com pais extremamente presentes e dedicados ao desenvolvimento dos filhos, além de uma estrutura familiar sólida, baseada em valores, disciplina e fé”, afirma Fernando.



### A engenharia do corpo

O saibro europeu é conhecido por ser a superfície mais implacável do circuito, exigindo deslizamentos constantes, frenagens bruscas, ralís extenuantes e

horas de confronto. Engana-se, porém, quem pensa que o plano para Roland Garros foi traçado de última hora. Fernando explica que o segredo do sucesso na França foi a consistência do trabalho realizado na rotina diária em Brasília, que une treinos em dois turnos