



Divulgação/World Athletics

Você conquistou a medalha de ouro no Mundial Sub-20, em agosto, no Oregon, Estados Unidos, um lugar mágico, não é?
Claro, com toda certeza. Acho que foi a competição mais importante da minha vida.

O que a medalha de ouro significou para você?
Vinhamos mirando esse campeonato desde 2024, quando eu terminei a minha participação no Mundial Sub-20, que foi o meu primeiro. Terminei na 20ª colocação e foi uma volta por cima. Mesmo sendo mais novo, mexeu muito comigo. A marca de corte para ir à final era a minha. Fiquei muito chateado. Eu voltei, tinha dois anos para trabalhar, e a gente treinou como nunca. Fomos para os Estados Unidos focados. Sabíamos que seria uma prova complicada, que tinha adversários muito bons. Fizemos o que tínhamos que fazer. Foi uma sensação muito boa.

Você saiu de um projeto em Araçatuba (SP). O que te orgulha mais: o resultado ou a caminhada?
O resultado. Ficamos muito felizes, mas temos de olhar para trás e ver o que passamos. Se fosse tudo de novo eu faria em dobro. Essa sensação deixa a gente feliz pelo resultado, mas também muito feliz pelo que a gente construiu.

Você é treinado pela Andréa Maria Britto, ex-atleta de lançamento de disco e arremesso do peso. Qual é a importância dela na sua vida pessoal e como esportista?
A professora Andréa foi uma pessoa muito especial para mim. Incentivou desde o início. Desde aquela época, na pandemia, lá dentro do estádio, foi uma pessoa que nunca desistiu da gente. O que não estava ao alcance dela, ela dava um jeito. Sou muito grato. Foi muito bom tê-la comigo. A primeira pessoa com quem eu comemorei foi com ela. Passa um filme na cabeça, e eu estava com a pessoa certa no momento certo. Isso me deixou mais feliz ainda.

E ela diz que você dorme cedo porque treina muito pesado... como é seu dia a dia?
Atualmente, eu estou fazendo um trabalho de treinamento com o Justo Navarro, com o Darlan Romani. Está sendo muito bom, treinando muito. Cansativo, mas estamos vendo resultado. O “Profe” (Navarro) foi quem me ajudou muito na preparação para o Mundial. Ele chegou em mim e falou que, se eu quisesse ser um campeão mundial, eu tinha que passar por cima de dor, de cansaço, de problema.

Foi quem te deu o impulso necessário para buscar a medalha?
Ele foi uma pessoa que me deu esse empurrão para abrir os olhos, a mente. Eu estava em uma competição gigantesca. As rotinas de treino são muito intensas. Eu fiquei 10 dias parado depois do Mundial. A volta foi triste (risos), mas faz parte. Suga muito da minha energia. Ele voltou com um treinamento específico para eu perder um pouco de peso, porque tenho o Sul-Americano ainda neste ano. Foi bem pegado, umas quatro horas sem parar.

E você também estuda?
Estou cursando educação física.

Como é a convivência com um ídolo como o Darlan Romani?
O Darlan é um cara que me motiva muito. Agora que eu estou perto dele, eu me tornei muito mais fã. Admiro muito mais pela história dele, pelo que ele está passando, pelo

ENTREVISTA / ALESSANDRO BORGES

Campeão mundial sub-20 em agosto nos EUA, o talento inspirado em Darlan Romani fala ao Correio sobre a caminhada rumo ao sonho olímpico

O peso do sonho

DANILO QUEIROZ
MARCOS PAULO LIMA

Uma maçã nas mãos para servir de refúgio em meio à timidez. Respostas firmes, porém, para colocar em cena um atleta sonhador e com potencial para construir uma trajetória brilhante. Durante toda a entrevista ao **Correio**, Alessandro Borges, 19 anos, manteve a fruta ao alcance. Apertava, girava, segurava. O gesto denuncia a cautela de quem ainda aprende a lidar com os holofotes depois de subir ao lugar mais alto do pódio em uma competição internacional. Em Eugene, no Oregon, Estados Unidos, a promessa do arremesso de peso conquistou, em 6 de agosto, o ouro no Mundial Sub-20 de Atletismo. Foi apenas o quarto brasileiro a protagonizar o feito, igualando Clodoaldo da Silva (20km de rua), Thiago Braz (salto com vara) e Izabela da Silva (lançamento de disco).

que ele já passou. Quando eu era mais novo, eu olhava o arremesso de peso na televisão e vi o Darlan. Falei: “Cara, um dia quero ser que nem ele”. E eu mandava mensagem no Instagram dele: “Eu sou seu fã, cara”. Espero que a gente continue trabalhando bem para chegar às Olimpíadas juntos. Seria o plano perfeito. O sonho do Alessandro de 13 anos.

A relação vai além dos treinos?
Ele é um cara sensacional, não só como atleta. Uma pessoa gente boa, tranquilo. É como um amigo, um irmão para mim. Me ensina muitas coisas, me mostrou o mundo de verdade. Agora que eu ganhei esse Mundial, ele me chamou para conversar, explicou como funciona, falou que já passou por tudo isso, para eu tomar cuidado. É um irmãozão que o atletismo me deu.

Existe uma diferença entre o ídolo e o amigo?
Então, para mim é meio difícil. Às vezes, eu paro e fico olhando assim e falo: “Caraca, velho, estou com o melhor...”. Então, às vezes eu fico meio “vergonhoso”. Até hoje eu tenho vergonha de falar com ele.

Há algo que você precisou abdicar em prol do alto rendimento?
Minha família. Eu tive que vir morar em Uberlândia. Foi o maior desafio estar

Alessandro é tímido. A voz tranquila, o jeito contido, alguns momentos de silêncio antes de responder às perguntas mais elaboradas da reportagem. Há algo de menino em meio à força bruta de um atleta recém-saído das categorias de base, mas capaz de arremessar um peso de 6kg a 20,35m para alcançar a medalha dourada em um Mundial. A força, porém, não está apenas nos braços. Entre uma resposta e outra, Alessandro esbanja discernimento e consciência de quem conhece o próprio potencial. Ele sabe: a medalha no Oregon abriu portas, mas o pódio precoce não encerra nada. Pelo contrário. Justamente agora começa a parte mais difícil da trajetória rumo ao sonho olímpico.

A história de Alessandro começou durante a pandemia, em Araçatuba, cidade de cerca de 200 mil habitantes no interior de São Paulo e conhecida pela tradição na pecuária. Longe dos grandes centros do esporte, dali surgiu um garoto dono de um potencial capaz de levá-lo a um futuro grandioso.

longe dos meus pais, da minha irmã, do meu irmão. Qualquer coisa, tirando isso, ia ser fizinha perto de ficar longe deles. No começo eu ficava meio pensativo, porque era só eu aqui.

E como lidou com isso?
Quando acostuma, a gente sabe que está correndo atrás dos nossos sonhos. Mas tem vezes que dá saudade. Somos seres humanos. A gente não aguenta. Eu acho que isso foi o que mais tive que sofrer para me entender no começo.

O que você precisa fazer para ir a Los Angeles-2028?
Dois anos... Trabalhar muito, treinar muito. As pessoas acham que é uma trajetória fácil. Como eu já ganhei o Mundial, muitas pessoas perguntaram se eu já estava classificado, mas não. Tem os meninos do Brasil que estão muito bem, e eu tenho que entrar nessa briga, porque são dois atletas que vão.

A marca de 20,35m o coloca na briga?
O peso é diferente, maior (ele foi campeão mundial com 6kg). Mas se o peso fosse de 7kg eu entraria nessa briga. Vamos trabalhar muito até 2028. Ano que vem eu já quero arremessar meus 20m com o peso de 7,26kg. Esse é o nosso trabalho.

O ouro conquistado no Oregon mudou o tamanho do sonho. Não transformou, porém, o jeito do garoto. Alessandro ainda fala sobre Darlan Romani, ídolo e companheiro de treinos, como fã. Ainda sente saudade da família desde a necessidade de mudança para treinar em Uberlândia. Ainda admite ter “90 anos de idade” quando conta preferir terminar o treino e ficar quieto no quarto.

Alessandro ainda segura uma maçã entre as mãos. Talvez seja apenas timidez. Ou o jeito de manter os pés no chão enquanto o mundo começa a descobrir o nome dele por meio da modalidade responsável por transformar a trajetória pessoal. “É a minha vida. Eu não faço isso aqui por dinheiro, por fama, por nada. É porque eu amo. O esporte mudou minha vida, mudou a vida da minha família, e eu creio que vai continuar mudando.” Aos 19, o menino de Araçatuba carrega um título mundial e um sonho olímpico grande o bastante para ocupar as duas mãos.

Focando nessas competições-alvo, que são competições grandes.

Como você lida com a parte mental?
Eu sou um cara muito tranquilo em questão da mente. Quando eu quero uma coisa, eu faço acontecer e, por isso, quando não dá certo, fico muito chateado. Mas eu tenho que ter a mente muito firme. No Mundial, eu estava cansado na hora da prova. Então, a mente começou, a perna pesou, e estava apenas no segundo arremesso. O primeiro eu não acertei, mas no segundo eu arremessei 20 metros. Mas eu sabia que aquele resultado eu não ganharia. Foi a hora em que a mente começou a falar mais alto, em que eu tinha que me concentrar. Eu estava tentando resolver na força, não deu certo. Na hora da prova, eu pensei: “Passei mais dois anos de preparação para viver esse momento. Eu vou deixar o nervosismo, a preocupação falarem mais alto?” Mas aí eu me concentrei e deu certo.

A medalha abriu portas para patrocínios?
Sim. Eu estou fechando com uma marca. Daqui a uns dias eu vou ter essa certeza. E em questão de resultado, abre muitas portas. Mas é muito complicado, porque tem empresas, pessoas que são bem difíceis de confiar no nosso trabalho, ainda mais a gente do atletismo, que não tem visibilidade.

Assista
Aponte a câmera do celular para o QR Code e veja os principais momentos da entrevista exclusiva do **Correio Braziliense** com o arremessador de peso Alessandro Borges direto de Uberlândia, onde o atleta estuda e treina para competições nacionais e internacionais de alto rendimento.

Se você pudesse inspirar uma criança sobre a importância do esporte. O que diria?
Nunca desistir dos sonhos. Deixar a mente forte. Ter a mente muito boa, treinar, não deixar comentários, críticas falarem mais alto. É confiar no trabalho do seu treinador. O fruto do que vocês vão trabalhar, vocês vão colher um dia.

No Brasil, o ídolo de todo mundo costuma ser um jogador de futebol. Você tem o Darlan. Como é ser um ponto fora da curva?
É bom porque estamos vendo o arremesso de peso e o atletismo brasileiro crescendo. Mas não tem tanta visibilidade. Se eu fosse um jogador de futebol e ganhasse uma Copa do Mundo, a minha vida teria outro rumo.

O que você prospecta daqui a 10, 15 anos?
Espero que eu seja um Alessandro diferente. Muito mais forte, concentrado, focado, otimista do que está por vir. Agora, sim, começa uma batalha muito difícil. São os três primeiros anos quando a gente sai da categoria de base. Esse período é decisivo. Mas daqui a 15 anos, eu espero estar participando de Mundiais, Olimpíadas e brigar entre os melhores.

E é preciso ter foco...
Meu treinador falou para mim: “Gordo (ele me chama assim), não adianta você só ir para uma Olimpíada para ficar em 30º, 32º. Você só foi. Você quer ser esse cara que fala: ‘Ah, eu fui para a Olimpíada’. Você quer ser um cara que vai deixar seu nome na história?” Eu falei: “Eu quero ser esse cara que deixa o nome na história”. Ele respondeu: “Então vamos trabalhar. Vamos treinar muito, que você tem capacidade.” Eu quero lá na frente ser esse Alessandro. Como o Darlan foi e está sendo. Ainda vai deixar o nome na história de tudo. De 60 marcas expressivas no arremesso de peso no Brasil, acho que 59 são do Darlan. Quero ser esse cara também e quero ficar na história.

O que o esporte significa para você?
O esporte para mim é tudo. A minha vida. Eu não faço isso aqui por dinheiro, por fama, por nada. É porque eu amo. O esporte mudou minha vida, a vida da minha família, e eu creio que vai continuar mudando a minha vida ao longo dos anos.

Aqui, nós temos o Caio Bonfim, que também está revolucionando o atletismo e dando visibilidade à marcha atlética...
O Caio é um cara muito gente boa. Tive o prazer de conhecê-lo no prêmio dos melhores do ano. O Caio tem uma história muito bonita, ainda mais em questão desse preconceito que o pessoal tem com a marcha atlética. Ele foi um cara que brigou com isso. Ele participou de quatro Jogos Olímpicos brigando entre os melhores. É um cara muito humilde. Ele mandou uma mensagem para mim depois da prova, falou que estava muito feliz, que ele chorou na medalha, ficou muito emocionado. Eu falei: “Obrigado, campeão, que fez a gente chorar em Paris-2024 também”.

Quando é a sua próxima competição?
Eu tenho o Campeonato Sul-Americano Sub-23, na Argentina, de 16 a 18 de outubro.

Qual é o seu hobby, o que gosta de fazer fora do esporte?
Eu sou bem... Acho que eu tenho uns 90 anos de idade aqui dentro de mim, que eu não gosto de fazer nada (risos). Acaba o treino, eu deito lá e fico lá no meu quarto, tranquilo. Eu sou bem tranquilo, bem tízioz, né?