



INFORMATIVO

OUTUBRO/NOVEMBRO/DEZEMBRO/2011

Pan e Sul-Americano sucesso total, 2600 atletas



24 países, muitos recordes e muitas medalhas!

Desde Argentina, Mar del Plata. Club Once Unidos. Deseamos felicitar a todos los organizadores del Panamericano y Sudamericano de natación Master. La definimos como perfecta, desde el cumplimiento con los horarios, el personal que se ha puesto a nuestra disposicion, a cada uno de ellos. Muchas Gracias y Felicitaciones por su atención y preocupación ante cada detalle. los nadadores nos hemos sentidos reconocidos. No hay palabras mas que de agradecimiento!. Esperamos vernos pronto. Saludos cordiales. Daniela Petrella

Parabéns à ABMN, excelente evento, muito organizado e com resultados rápidos. Obrigado pela oportunidade de participar. Cristiano Pimenta

Parabéns a vocês todos da ABMN - Obrigada pelo excelente campeonato. Abs. Fabienne Guttin

I think the meet was just absolutely wonderful. The hospitality showed to all the athletes was unbelievable. The volunteers were just remarkable! (Acho que o encontro foi absolutamente maravilhoso. A hospitalidade demonstrada a todos atletas, foi inesquecível. Os voluntários foram extraordinários!) Mel Goldstein

**Juramento
do
ATLETA.**



**Juramento
dos
ÁRBITROS.**



Ano

XIX

nº 78

NESTA EDIÇÃO:

Shhhhhhhh.... pág. 3

Entrevista com

RuiJuvita

págs. 4 e 5

IV Pan Americano

Master e Sul-

Americano de 2011

págs. 6, 7, 8 e 9.

Mais Opiniões dos

Associados págs. 10

e 11.

XVI Torneio Aberto

Brasil Masters de

Natação págs. 12 e

13.

Entrevista Feminina

pág. 14

Mal Súbito

págs. 16, 17, 18 e

19.

PALAVRA DO PRESIDENTE

Caros associados.



Nesse triênio que se encerrou, citamos algumas das nossas realizações: 1- alteração da pontuação do Circuito Brasil para uma forma mais racional e lógica (sistema criado no passado ainda em minha gestão); 2 -Mudança da apresentação de nossa WEB PAGE; 3- Introdução das inscrições ON LINE; 4- Mudança do programa de competição; 5- Realização, pela primeira vez na America do Sul, o Campeonato Pan-Americano com todas as modalidades de esportes aquáticos, quando obtivemos um recorde absoluto em número de atletas inscritos (2.600) em toda a história da natação Brasileira. Ainda garantimos a realização no Brasil do VIII Sul-Americano em piscina de 25 m para 2012. Além disso, cumprimos o calendário de competições nesse período, mantendo um planejamento antecipado de dois anos, e acima de tudo estamos com todas as contas pagas, sem dívidas.

Esse ano de 2011, próximo ao encerramento do presente mandato, questionava-me se deveria candidatar a uma reeleição. Um fato me fez tomar a decisão; o grande risco do insucesso do Pan-Americano, principalmente no aspecto financeiro, pois poderia ocorrer um prejuízo retumbante. Assim, tomei a decisão de tentar uma nova eleição, no que fui apoiado por toda a Diretoria e pelos associados que consultei.

Hoje reeleito, agradeço a todos o apoio e a confiança depositada em mim e minha equipe. Estamos iniciando um novo triênio já com novos desafios pela frente, porém, com objetivos de consolidar as mudanças empreendidas nesse último triênio e ainda

continuar a realizar o programa de eventos anuais.

Esse triênio culminamos com a realização do Pan-Americano. Sobre este evento detenho-me um pouco mais. A organização do Pan-Americano foi muito estudada, iniciada na reunião que tivemos uma reunião em Foz do Iguaçu,

durante a Copa Brasil de 2009, quando decidimos candidatar-nos a sede deste evento, alertados por uma informação da Aroma Martorell, que motivou nossa decisão. Foram mais de dois anos de planejamento, estudos, negociação com a UANA e a CBDA. Sabíamos que seria o maior evento que iríamos realizar, quando colocaríamos em prova não só o nosso prestígio e capacidade de realização, como também a credibilidade de realização de nosso país.

Procuramos adotar normas internacionais de organização de parque aquático, e por isso em alguns momentos tivemos que adotar ações que por vezes desagradaram a alguns participantes. Fomos rígidos quanto aos prazos estabelecidos, e infelizmente muitos associados perderam o prazo de inscrição, assim como algumas equipes também deixaram de inscrever seus revezamentos.

Fomos rigorosos, em respeito àqueles que cumpriram com os ditames do Regulamento da Competição. Agimos assim também para que não houvesse exceções. Tudo contribuiu para que o controle geral fosse mantido.

Não poupamos recursos para a realização do Pan-Americano e, procuramos dar o nosso melhor para a realização deste evento. Temos consciência que podíamos ainda melhorar, mas consideramos que no cômputo geral o evento atendeu aos seus objetivos, mesmo que tenhamos algum prejuízo, o ganho operacional e de credibilidade internacional, superam o possível déficit orçamentário.

Agradeço a todos que se manifestaram no mural e por meio de emails. Pessoalmente, agradeço especialmente aos colaboradores que foram fundamentais para o sucesso deste evento. Desse modo, aqui expresso meus agradecimentos:

a Elaine e seus voluntários, que brilhantemente colaboraram no credenciamento e na organização operacional;

a Helane que conduziu a contabilidade e tesouraria juntamente com seu fiel escudeiro Tadeu. Ao Aécio que controlou a parte técnica e de arbitragem, que teve méritos em conciliar as demandas de protestos e carências de arbitragem;

ao nosso Vice Presidente Alberto, que além do auxílio no credenciamento, foi vigilante quanto ao suporte de assistência médica e equipamentos da UTI Móvel e ainda no trato com as autoridades convidadas;

ao Paulo Cesar Silva e ao Salvador Perrella que coordenaram toda a estratégia de segurança e operação do Parque Aquático, e foram de suma importância para alcançarmos as facilidades de transporte, alimentação e logísticas, nos últimos meses que antecederam o evento;

às nossas secretárias Elizete, Jeane e Paloma que se superaram para os preparativos e recebimentos das inscrições;

ao Julian, que pacientemente atendia a todas as demandas, não só internas da ABMN, como as externas dos atletas, sempre oferecendo uma resposta rápida e objetiva a todos. Seu grande mérito foi a construção do excelente novo programa de competição, o qual foi elogiado pelos representantes da UANA;

ao pessoal da CBDA e da FARJ, que nos auxiliaram para a realização das competições das outras modalidades esportivas. Ao Pedro Monteiro e equipe da Effectsport, que realizaram com competência a competição de águas abertas;

ao pessoal da SUDERJ, Paolli, Abel e sua equipe;

aos nossos patrocinadores Trisport, OI, aos parceiros Correios, Swim Chanel, Finis;

ao nosso querido Cyro Delgado, que nos apoiou na obtenção do certificado de ICMS;

ao nosso grande mestre, o Presidente da CBDA Coaracy Nunes, que abriu as portas da CBDA e acolheu a nossa candidatura para a realização do Evento, como também nos deu suporte para a realização efetiva do Campeonato.

Agradeço também a todos que atenderam à convocação, e que estiveram presentes na Assembléia reconduzindo a Diretoria a mais um triênio. Com certeza vamos nos empenhar cada vez mais na acolhida e atendimento das demandas dos associados

Ficam também meus agradecimentos a todos os participantes e ainda outras pessoas que por ventura posso ter esquecido de mencionar.

Por fim, agradeço a Deus por ter-nos iluminado e contribuído para que tudo desse certo.

Desejo a todos, juntamente com toda Diretoria, Felizes Festas! Um ótimo 2012 para nós todos.

Obrigado.
Carlão

Rui Juvita Godinho Correa da Silva (45+)

Disciplina, talento e dedicação – eis as qualidades iniciais que podemos empregar para anunciar nosso entrevistado - Rui Juvita Godinho Correa da Silva, que nada pelo Acquamaster, de Foz do Iguaçu. Assíduo participante das competições da ABMN Rui é um nadador que se esmera para atingir os objetivos traçados em conjunto com sua técnica – Célia. Ele nos fala sobre como se envolveu com a natação master, seus treinos, resultados e sua experiência como organizador de evento master.

ABMN - Em que momento entrou para natação master?

Rui - Sou natural de Belém-PA e resido em Foz do Iguaçu-PR desde 1989, quando fui trabalhar na usina hidrelétrica de Itaipu. Conheci a natação masters em outubro de 1992, quando foi inaugurada a primeira piscina térmica na cidade em uma academia, com uma competição paranaense de masters. Ao ver a propaganda da competição, resolvi participar, mesmo sem treinar desde 1983, quando saí de Belém. Nesse tempo me exercitava praticando corrida e não tinha noção do nível da competição. Como obtive bons resultados nessa competição, retornei a prática da natação.

Reiniciei meus treinos em julho de 2005, após uma interrupção de mais de 10 anos, por motivos pessoais e acadêmicos (doutorado). Nessa volta encontrei a equipe Acquamaster e a Célia, nossa técnica que me convidou participar da equipe. Minha primeira passagem pelas competições masters foi entre 1992 e 1993

ABMN - Algum fato pitoresco a ser destacado na trajetória master?

Rui - Participei do campeonato brasileiro realizado em Salvador-BA, em abril de 1993, quando, para

minha surpresa, conquistei medalhas nas quatro provas que participei. Fiquei surpreso porque quando jovem, apesar de ter um recorde paraense, eu nunca tinha obtido índice para participar de uma prova individual em campeonato brasileiro;



a natação master proporcionou-me a condições de seguir competindo.

ABMN - Como concilia o trabalho e os treinos? Como são eles?

Rui - Pertencer a uma equipe e ter um treinador faz toda a diferença em termos de motivação, assiduidade e treinar com qualidade. Nossos treinos são diários, de segunda a sábado, de 2.500m a 3.000m por dia. Os treinos são às 19h30min, assim, para uma cidade do porte de

Foz do Iguaçu, é possível sair do trabalho e passar em casa antes de ir para o treino, sendo fácil conciliar trabalho, família e treinos. Trabalhar na Itaipu foi fundamental para o retorno às competições nacionais, pois a Empresa apoia nossa participação nas etapas do Circuito Brasil.

ABMN - Quais os melhores resultados?

Rui - Meus resultados são competitivos desde o retorno às competições, disputando as medalhas nas provas à premiação do Circuito Brasil. Os grandes resultados são pessoais, podem não representar muito em índices técnicos e conquistas de provas, mas são aquelas conquistas obtidas de acordo com o planejamento que faço com a Célia no início do ano, quando estabelecemos as competições, as provas e os tempos desejados para obter ao longo do ano. Cada objetivo alcançado é uma conquista festejada. Mas esse ano foi especial pela participação no Pan-Americano, obtendo o tempo e a medalha desejada.

ABMN - Uma experiência marcante?

TRABALHO CIENTÍFICO

A NATAÇÃO REPRESENTADA NO UNIVERSO DOS IDOSOS MASTERS

Autor: ROBERTO DE CARVALHO PÁVEL
Tese de Livre Docência

Rui - Para mim foi participar entre 2007 e 2009 da diretoria da Acquamaster, que nos pôs a frente da organização local da Copa Brasil de 2009. Essa experiência permitiu ter contato com as dificuldades e incertezas de quem organiza uma competição master. Todos podem ter certeza que quem está organizando uma competição fez de tudo para oferecer o melhor e, se as coisas não forem perfeitas, não será por falta de esforço.

ABMN – Seu propósito maior na natação master?

Rui - Meu objetivo principal de praticar natação diariamente é manter a saúde e a qualidade de vida a longo-prazo. Mas um objetivo tão distante quanto esse precisa ser dividido em pequenos objetivos que possam ser acompanhados a curto-prazo. Aí que entra o papel das competições masters. Os resultados das competições servem para motivar, medir e indicar que a busca do objetivo maior está no caminho certo.

ABMN - Planos para 2012?

Rui - Para 2012 tenho um grande projeto: festejar meus 50 anos nadando 10km, distância que nunca nadei continuamente, entre duas praias no lago da Usina de Itaipu, acompanhados de amigos. Saúde e amizade são os maiores ganhos da prática da natação master.



O presente trabalho tem como objetivo discutir as atividades físicas e a competição para as pessoas que se encontram na terceira idade. A identificação e discussão, até certo ponto polêmica, da atividade mais adequada para o idoso está presente no decorrer do texto. A questão central do estudo foi levantar os argumentos em torno da atividade natação, suas implicações, possibilidades e representações sociais para os masters. A literatura, que se refere ao tema em questão, foi trabalhada de

forma interpretativa. No sentido de captar os valores, representações e significados dos nadadores masters selecionou-se sete informantes, acima de 55 anos, de ambos os sexos, que participam desta categoria esportiva. O material empírico foi analisado e interpretado sob as lentes da teoria sobre a terceira idade. Tentou-se dessa forma articular o empírico com o teórico. Para um levantamento do material empírico foi utilizado como instrumento a entrevista do tipo semi-estruturada. A entrevista foi organizada em cinco blocos temáticos: história de vida; mudança na vida versus natação masters; competição; aprendizagem de técnica e por último, rotina de treinamento. Em síntese, o estudo intenciona oferecer uma visão panorâmica e articulada sobre: os benefícios das atividades na água e da natação para a terceira idade; as representações e significados da natação para o nadador master.

OBS. Os associados interessados no assunto poderão solicitar cópia do material (216 páginas) diretamente na ABMN. Não temos o arquivo original digitalizado.

IV PAN-AMERICANO MASTER e SUL-AMERICANO DE 2011

Foram muitos os preparativos para que os associados, atletas nacionais e estrangeiros, além de personalidades convidadas tivessem a melhor impressão possível da nossa capacidade de organização. Podemos dizer que deu tudo certo, considerando a avaliação positiva dos participantes, conforme poderemos observar nesta edição.

A chamada para o evento resultou em um número recorde de participantes – aproximadamente 2600. Foram 24 países que disputaram as cinco modalidades aquáticas – nado sincronizado; saltos ornamentais; pólo aquático; natação e águas abertas. Só na natação para o Pan tivemos 1.659, e para o Sul-Americano 1.167. Dentre esse total alguns disputaram mais de uma modalidade. Na prova de águas abertas foram 803 atletas, e nas demais disciplinas, por estarem em período de consolidação, um menor número, mas com atletas de expressividade.

A competição desenrolada entre os dias 8 e 15 de novembro último, foi distribuída em três magníficos cenários; no Parque Aquático Julio Delamare (Maracanã) as provas de saltos, nado sincronizado e natação. Na escola Naval, foi disputado o pólo aquático, e por fim, a prova de águas abertas aconteceu na Princesinha do mar – a Praia de Copacabana, junto ao Posto 6. O tempo ajudou muito, e quem veio ao Pan e ao Sul-Americano não só disputou as provas como teve

oportunidade de passear, fazer turismo e compras.

A Diretoria esmerou-se em oferecer condições para que tudo ocorresse com tranquilidade e sem incidentes. Na véspera da competição, quem se dispôs a conhecer o local e retirar sua credencial, encontrou uma infra-estrutura digna de um campeonato internacional. Para recepcionar os participantes, 40 voluntários, alguns bilíngues, que se revezaram em dois turnos para que nenhum participante ficasse em fila para retirar sua credencial. Também tivemos voluntários auxiliando no banco de controle, contribuindo para que a competição fosse ágil e pontual – ponto destacado entre as críticas positivas. Foi tudo muito ágil e o atendimento bastante elogiado, inclusive pelo atual Presidente da UANA – Mel Goldstein, que em nota destacou: *“The volunteers were just remarkable”*.



O primeiro dia de competição, assim como os que se sucederam, foi num clima de tranquilidade, com recordes batidos e muitas medalhas, que por sinal ficaram lindas. A abertura oficial foi no dia 9/11, e contou com convidados das esferas nacionais, estaduais e municipais, além dos

Membros do Comitê da UANA, representados por: Dr James Miller, Ed Evely; David Morrill; John Perez; Dorothy Padget e Mel Goldstein



Tivemos o desfile muito animado das delegações, sob a batuta do regente da Banda da PM/

RJ. A música contagiou os participantes que entraram com alegria no Parque aquático, posicionando-se ao redor da piscina. A seguir, acompanhamos o hasteamento das bandeiras e a entoação do Hino Nacional. Célio Amaral, do Paraná Masters foi o atleta incumbido de proferir o Juramento do Atleta, que foi traduzido para o espanhol e o inglês, simultaneamente. A abertura contou com o Juramento dos Árbitros e a palavra das Autoridades. Desejou uma excelente competição Coaracy Nunes Filho, Presidente da CBDA, e Presidente eleito da UANA. Também fez uso da Palavra Mel Goldstein, Presidente do Comitê Técnico da UANA e o Presidente da ABMN – Carlos Roberto da Silva.

Uma mesa de frutas estava à disposição dos atletas diariamente, os vestiários sempre limpos e quem quis comprar material esportivo várias barracas ofereciam produtos alusivos à Competição, bem como equipamentos, sungas e maiôs e outros artigos. A praça de alimentação funcionou a contento com refeições leves.



Simultaneamente às provas de natação também ocorreram as de saltos ornamentais, que contou com 23 atletas de várias equipes, e 38 participantes de nado sincronizado, oriundos de sete países e 38 clubes. Nesta última modalidade cabe realçar a participação de Patrícia V. Otero, que além das medalhas conquistadas nas provas de piscina, conquistou três ouros na modalidade do nado sincronizado. Também cabe aqui o destaque para a equipe de Pernambuco, cujas integrantes arrancaram esfuziantes aplausos da plateia com sua apresentação. No pódio eram lágrimas de felicidade. O pólo aquático foi disputado com 102 atletas entre equipes do naipe feminino e do masculino, com muita vibração em cada gol marcado.

Na natação o banco de controle funcionou com total eficiência, fazendo com que a competição estivesse sempre dentro da previsão horária. Parabéns ao nosso Diretor

Técnico, Aécio Amaral e Equipe de Arbitragem pela magnífica condução das provas. Os associados aprovaram e elogiaram a eficácia no cumprimento dos horários. Novos recordes foram estabelecidos e congratulamo-nos com os atletas que superaram marcas, bem como àqueles que se empenharam em suas provas. Receberam troféus de Índice Técnico da Competição Giseli Caetano Pereira, faixa 35+, pelo resultado na prova dos 100m costas e Gustavo Teixeira Heleno, faixa 35+, pelo desempenho nos 800m livre. Os resultados completos de todas as provas e recordes encontram-se no site da ABMN.



Não podemos deixar de registrar a festa, realizada no Scala, que contou com a animação de DJ e como ponto alto, a apresentação da bateria da escola

Patrícia V. Otero

de samba. A turma presente, contagiada pela alegria, caiu no samba, dançando freneticamente até o término da festa.

Para encerrar as provas competitivas, no dia 15, na Praia de Copacabana, desde cedo mais de 800 atletas já se posicionavam nas areias, próximo ao Forte, local da largada. Sem dúvida foi uma competição que empolgou, dada a grande vontade dos participantes em cumprir a trajetória e a torcida, curiosa para ver os vencedores. Não só os dez primeiros colocados, mas cada um que cumpria o percurso. Ao chegar, um a um os atletas recebiam a uma medalha de participação, e ao término da prova foi feita a premiação no pódio, com a presença do Presidente da ABMN, membros do Comitê da UANA e da Effect Sport, responsável pela prova.



Saltos Ornamentais



Polo Aquático



Águas Abertas



Nado Sincronizado



AVALIAÇÃO DOS ASSOCIADOS SOBRE O EVENTO

Quero parabenizar a todos que participaram da organização deste grande evento que foi o panamericanmaster2011. Maria Lúcia de Lima Marques

Parabenizo a ABMN, na figura do Carlão e todos os envolvidos nesta bela competição master pelo trabalho magnífico que fora realizado. Francy M. Rodrigues

Em nome dos amapaense também me junto a todos que já parabenizaram a equipe organizadora do PAN e do SULAMERICANO 2011, para reforçar a excelente atuação da equipe ABMN nos campeonatos. Valeeeeeuuuuuuuu! Saudações Aquáticas. Lucinilda.

Em nome dos nadadores do Limeira clube/Alman parabenizo a todos da ABMN pelo excelente desempenho e organização no Pan e Sul-americano. Abraço a todos. Walter Bigeli Filho (Xuxo)

Aproveito a oportunidade para me juntar a todos que elogiaram a organização do evento, que foi sensacional. Parabéns à ABMN e colaboradores. Arthur Fontoura

Parabenizo todos que participaram da organização do Panamericano Master 2011. Carlão, Todo barco que tem um bom Capitão singra os mares com tranquilidade e eficiência. Parabéns. Abraços. Jonathas C T Neto.

Parabéns a todos da ABMN pela ótima organização do Campeonato Panamericano. Sandra Lima

Endossamos todos os elogios que fizeram a ABMN e cumprimentamos o Carlão e toda sua Diretoria pelo sucesso extraordinário que foi o Panamericano 2011. Luiz Augusto/Salvadora

Recebam também nossos parabéns a diretoria e funcionários da ABMN, os voluntários e a arbitragem pelo sucesso da organização do PAN. MASTER CEARÁ. Assis Bezerra.

Gostaria de dar os parabéns para a organização pelo excelente evento. Obrigado. LNG SWIM



A Oi esteve mais uma vez
conosco

Além da organização e trabalho desenvolvido durante as competições, parablenizo também a equipe da ABMN pela nova “entrada” no site do Pan. Abraço a todos. Rui Jovita

Junto-me aos parabéns dados ao Carlão e sua equipe. Helio Ideriha

A Associação dos Nadadores Masters de Minas Gerais - Master Gerais parabeniza a todos os organizadores do Pan e Sul Americano pela excelente competição a que nos foi proporcionada. A ABMN mostrou mais uma vez que é capaz de superar os desafios. Parabéns aos que superaram suas marcas, àqueles que quebraram recordes e não esquecer também de toda arbitragem. Laínnio Soares – Presidente.

Querido Presidente e amigo Carlão. Parabéns a você, a toda sua diretoria, a comissão organizadora e aos voluntários que fizeram um excelente trabalho antes e durante o Pan-Americano. Contem sempre com meu apoio. Claudio Barros (Técnico do CR Flamengo).

Parabens à minha amiga Helane, a Elaine ao Carlão, e aos demais, que fizeram deste evento um acontecimento excepcional. Nós que só participamos não temos a noção de toda preparação para chegar num evento deste, com tudo funcionando. Para finalizar, a maratona aquática estava bem sinalizada, com vários barcos e caiaques. Ou seja, com muita segurança. Parabens a todos vocês, e quando fizerem competições no sul, contem com meu apoio. Abraços. Doris Neila Dehnhardt Ely

Estão de parabéns na organização deste Campeonato Sulamericano e Panamericano. Tudo correu muito bem, muito organizado. Abçs. Therezinha Guilhermina Mendonça de Souza

Gostaria de dar os parabéns a todos os organizadores do Panamericano, que festa linda entre os países e como sempre a amável recepção dos Brasileiros. Saudades de todos. Um abraço. Matilde de Maal

Bom dia a todos. De longe acompanho e gostaria de aplaudir o empenho na realização deste evento. Deve estar sendo um trabalho gigantesco e pelo que posso ver está se desenvolvendo muito bem. Parabéns. Vera Lucia Figueiredo

O destino nos dá os irmãos, mas o coração escolhe os amigos nadadores Masters. Parabéns a Diretoria da ABMN pelo maravilhoso PAN, PAN, PAN, PAN, PAN. Sucesso nos 5 PAN. Padilha do Flu e Rio Swin. Maria Helena Padilla Costa.

Em hipótese alguma poderia deixar de parabenizar a diretoria da ABMN, capitaneada pelo Carlão e com a ajuda inestimável da Elaine, da Helane, do Aécio entre outros, pelo estrondoso sucesso que foi o Pan-Americano, demonstrando a invejável capacidade de liderança do nosso presidente Carlão. Aproveito também, para agradecer a confiança em mim depositada, em colocar o meu nome na nova diretoria que se inicia, fazendo votos que alcance o mesmo sucesso. A todos o meu muito obrigado. Alberto Fonseca

Meus parabéns ao Carlão e sua equipe pela bela organização de uma competição de tal porte. Cabe destacar o cumprimento do horário das provas, muito difícil de ver executado em qualquer evento. Anton Karl Biedermann

Em nome do Masters of South Texas, gostaria de parabenizar o presidente Carlos Roberto da Silva e pela sua brilhante equipe pelo sucesso que foi o Pan-Americano. Obrigada pelo carinho e dedicação de todos vocês. Rosana Andrade

Gostaria de deixar meus elogios a ABMN e seu Presidente pelo evento promovido e pela sua impecável organização. Vocês estão de parabéns. Danilo Dutra Dibbe

Cumprimentos à ABMN pelo sucesso do CAMPEONATO PAN-AMERICANO DE NATAÇÃO. Paulo Roberto Schulte da Silva

Parabenizo a ABMN e todos aqueles que trabalharam tanto para a realização do PAN no Rio. Para mim estava tudo perfeito do começo ao fim. Juvita Paulino

XVI Torneio Aberto Brasil Masters de Natação

A terceira etapa do Circuito Nacional da ABMN foi disputada em Ribeirão Preto/SP entre os dias 24 e 25 de setembro último. Atendendo ao chamado da Associação, 490 atletas pré-masters e masters, com idades variando entre 20 a 85 anos, de 53 equipes se fizeram presentes ao XVI Torneio Aberto Brasil Masters de Natação numa grande confraternização. Tia Cecília, como sempre, com sorriso largo recebia calorosamente os participantes, juntamente com sua equipe.

Sob um clima ameno e dias ensolarados as 23 provas do programa transcorreram com tranquilidade e muita animação. Isso porque as torcidas para os diferentes atletas se faziam presentes durante e ao final de cada série, muito concorridas.

A arbitragem foi tranqüila e atuante. Foram estabelecidos 22 novos recordes brasileiros e 20 sul-americanos. Os atletas recordistas individuais, em ordem alfabética foram: ANTONIO CARLOS ORSELLI; CARLA HORST VAINÉ; CELSO JUGEND; DAIANE CARDOSO GARO; GISELI CAETANO PEREIRA; GLAUBER HENRIQUE ARAÚJO DA SILVA; GYORGY FERENC PAVETITS ; IARA SCARPELLI; JOSE LUIS A. MONDELO; JULIANA MACHADO PINHEIROS ;LEONARDO SUMIDA; LUCINILDA R. DO NASCIMENTO; LUIZA DUARTE SILVA; MARCIA VALERIA C. LIMA; MAURI ROSEN; ONDAMAR SILVA; PATRICIA VALLIM OTTERO e VERA LUCIA SIMOES DA SILVA. Também dois revezamentos estabeleceram novas marcas – o da Equipe do RECRA nos 4X50m LIVRE, na faixa 200+ com: ROSANGELA LATUF CORRADO; VICTORIA MARIE PACHECO HARRISON; LUCIA BORGES e MARIA TEREZA DOS REIS VAN DER BOOR. A equipe masculina recordista na faixa dos 280+ nos 4X 50m LIVRE foi do FLUMINENSE FOOTBALL CLUB, com os atletas: ONDAMAR SILVA; ANTONIO CARLOS ORSELLI; JOSE LUIS A. MONDELO e GYORGY FERENC PAVETITS.

Uma solicitação de quebra de recorde mundial com o tempo de 1'43"12 foi feita pela equipe Mac Nina para o revezamento 4x50m medley, na categoria 100+. Cumpridas as formalidades, apresentaram-se para o desafio,



numa prova extra, na ordem dos estilos: Leonardo Sumida (25"37); Eduardo Fischer (27"64); Glauber Henrique Araújo da Silva (23"26) e Fabio Dualibe Mello (26"49). Com a torcida empurrando a equipe incentivando-a durante todos os nados, nova marca foi estabelecida com o tempo de 1'42"75, portanto novo recorde mundial de uma equipe brasileira.

Entusiasmada com o feito, a equipe fez nova solicitação – a tentativa de recorde mundial do revezamento **4x100m medley**, cuja marca era de 4'02"01. Novamente sob o incentivo de quem contemplava e torcia, a equipe quebrou o recorde com o tempo de 3'49"85. Na mesma prova, o tempo do primeiro atleta – Leonardo Sumida, foi validado como recorde individual para os 100m costa, com 54"14. Portanto, numa única prova dois novos tempos mundiais foram superados. Nadam muito nossos masters!

Registramos com prazer a participação de novas equipes em evento da ABMN, entre elas a equipe OKUDA SWIN TEAM – IBRATIN com 15 atletas; a MANA, com 9 e a PEBA, também com 9 atletas . Durante o evento foram entregues os Troféus do TOP TEN FINA-2010 aos que estiveram presentes, ou que se fizeram representar.

Ao término das etapas, como é de praxe, encontro descontraído das equipes no Pinguim.



No domingo, feita a contagem da pontuação foram entregues os Troféus de Eficiência e de equipes. Receberam os Troféus Eficiência as equipes: Clube Paineiras do Morumby (1º colocado); Clube dos Oficiais da PM/MG (2º colocado) e Botumaster (3º colocados) O total de pontos pode ser observado nesta reportagem.

A pontuação segundo a divisão entre as equipes grandes, médias e pequenas foi distribuída conforme o quadro exposto.

Finda a competição, ficou o gosto de quero mais.

TROFÉU EFICIÊNCIA

XVI Torneio Aberto Brasil Masters de Natação

24 E 25/09/2011 (25METROS)

Ribeirão Preto/SP

COL. - EQUIPE	SIGLA	ATLETAS	PONTOS	EFICIÊNCIA
1° Clube Paineiras do Morumby	PAINEIRAS	18	1.020,00	56,67
2° Clube dos Oficiais da PM/MG	C.O.P.M./MG	8	417,00	52,13
3° BOTUMASTER	BOTUMASTER	15	760,50	50,70

PONTUAÇÃO POR DIVISÃO DE EQUIPES – FINAL

EQUIPES GRANDES

Colocação Equipe	SIGLA	TOTAL
1° Praia Clube Soc. Civil	PRAIA CLUBE S.C.	2.134,50
2° Soc. Recr. E de Esp. de R. Preto	RECRA	1.881,00
3° MAC-NINA	MAC-NINA	1.759,00

EQUIPES MÉDIAS

Colocação Equipe	SIGLA	TOTAL
1° Clube Paineiras do Morumby	PAINEIRAS	1.020,00
2° BOTUMASTER	BOTUMASTER	760,50
3° Academia Competition	COMPETITION	701,50

EQUIPES PEQUENAS

Colocação Equipe	SIGLA	TOTAL
1° Clube dos Oficiais da PM/MG	C.O.P.M./MG	417,00
2° MANA – Master Ass. Nad. de Araxá	MANA	320,00
3° PEBA	PEBA	286,00



TEREZINHA, LUIZA E RAIMUNDA - Óh! Minas Gerais

Neste número apresentamos a entrevista do trio de Minas Gerais, que sempre participa das competições da ABMN. Elas são da faixa 75+ e 80+ e são sempre muito animadas. São elas: Terezinha Ferreira da Silva; Luiza Duarte Silva e Raimunda Iza Teixeira da Costa, que deixam depoimentos sobre a natação master.

Como chegou à natação master?

Terezinha – Fui levar minha neta para nadar quando eu tinha 60 anos e eu só sabia nadar peito, foi quando decidi entrar na escolinha para aprender os outros estilos. Em um ano aprendi a nadar os demais estilos. Fiz 8 anos de maratonas aquáticas e pequenos encontros de natação em piscina, quando o Alex – instrutor da Academia me inscreveu numa competição master e me saí muito bem, com um ouro. Mas apenas há seis anos participo de campeonatos da ABMN, após a morte do meu marido, que apesar de ser nadador, não me estimulava a participar. Vim para o master pelo incentivo da Laura Oliveira.

Luiza - Comecei a nadar ainda criança, quando participei de pequenos campeonatos infantis. Quando adulta soube da natação master e me inscrevi na Federação Aquática Mineira – FAM, e depois na ABMN, onde sou a sócia nº36.

Raimunda – Fui para o SESC aprender a nadar já com 50 anos. Só sabia nadar cachorrinho, e na escolinha aprendi o crawl e costas. Depois, na Associação do Corpo de Bombeiros me inscreveram numa competição em que fiquei em 2º lugar. Nessa oportunidade meu instrutor – Ranier falou: agora vou fazer você ganhar o 1º.

Como se sente fazendo parte de uma equipe de master?

Terezinha – Muito feliz e realizada. Participei do Campeonato em Goiânia e também em Fortaleza, e me saí muito bem. Os campeonatos enriquecem

muito a minha vida, sinto-me estimulada e orgulhosa de participar.

Luiza - Muito me orgulho de pertencer à equipe master de natação.

É um esporte que amo e ao qual me dedico desde os sete anos de idade. Participei de vários campeonatos brasileiros e mundiais, nadando nos Estados Unidos, Marrocos, Havaí, Caribe, Alemanha, Itália, Equador entre outros.

Sinto orgulho, também, pela quantidade de medalhas e troféus com os quais fui condecorada, bem como pelos recordes conseguidos.

A natação para mim não é apenas um esporte, mas uma terapia, ensinando-me a ter mais alegria e comunicação com o mundo, além de manter a saúde sempre muito boa. Como resultado de meu esforço, estou no 12º ano de Top Ten da FINA, que é a relação dos dez melhores nadadores do mundo.

Raimunda – Fazer parte da equipe do master é uma sensação maravilhosa! É a razão da minha vida. – razão de eu viver!

Cite uma passagem interessante/marcante na natação master.



Terezinha – Foi na natação master que conheci Maria Lenk.

Luiza - A que marcou muito foi minha participação no 5º Campeonato Latin American e Caribbean Master Swimming Champions em Fort Lauderdale/ Flórida- USA (1999), onde conquistei seis medalhas de ouro e em cinco provas bati recordes americanos. Esta competição é uma das mais disputadas nos Estados Unidos, reunindo cerca de dois mil atletas de vários países, incluindo o Brasil.

Que mensagem deixaria para a comunidade master que vai ler esta entrevista?

Terezinha – Todos nós devemos nadar ou praticar um esporte porque a prática muda a vida – melhora a saúde e a qualidade de vida.

Luiza - O cuidado com a saúde é fundamental, bem como a necessidade dos exames médicos periódicos.

Temos que praticar todo esporte com muito amor e dedicação. A natação praticada como competição é uma porta de entrada e comunicação com o mundo, conhecendo muitos lugares interessantes e culturas diferentes.

A natação nos traz um benefício maravilhoso para a mente, por isto temos que continuar sempre em busca de novos desafios, é o que desejo a todos os esportistas.

Raimunda – Que todas façam como nós estamos fazendo – nadar, participar das competições e conhecer gente nova.

CALENDÁRIO 2012

<p>XVI Mais Mais - piscina de 25m</p> <p>Local: C.R.Icaraí - Niterói/RJ</p> <p>Data: 23, 24 e 25/03/2012</p>	<p>50° Campeonato Brasileiro de Masters de Natação</p> <p>Local: Complexo Duvel Esportes – São Luis/MA</p> <p>Data: 19 a 22/04/2012</p>
<p>14th Fina World Masters Championships</p> <p>Local: Riccione/Italia</p> <p>Data: 03 a 17/06/2012</p>	<p>XX Copa Brasil Masters de Natação</p> <p>Local: RECRA - Ribeirão/SP</p> <p>Data: 30/06 a 01/07/2012</p>
<p>XIX Campeonato Norte Nordeste Centro Oeste Masters de Natação - piscina de 25m</p> <p>Local: Iate Clube de Brasília - Brasília/DF</p> <p>08 e 09/9/2012</p>	
<p>Campeonato Sul-Americano de Masters de Natação - piscina de 25m</p> <p>Local: Manaus/AM</p> <p>Data: 30/10 a 04/11/12</p>	<p>XVI Torneio Aberto Brasil Masters de Natação</p> <p>Data: a definir</p> <p>OBS. Por desistência da sede originalmente programada, estamos em negociação com o G.N.União - P.Alegre-RS</p>

Nosso lema é: de
nadadores para
nadadores.

PATROCINADORA OFICIAL DA ABMN



MAL SÚBITO

José Eugenio Guisard Ferraz - Fluminense F.C

Estou completando, neste ano de 2011, trinta anos de natação master – meu primeiro campeonato foi num torneio realizado na piscina do Fluminense F. C., no Rio de Janeiro, em Junho de 1981. Nestes 30 anos participei de 242 competições – numa média de 8 competições por ano. Passei dos 36 anos para 66 anos, com boas e não tão boas fases, mas sempre empolgado pela natação master.

Infelizmente algumas dessas competições ficaram marcadas por alguns poucos, mas dramáticos eventos de natureza médica. E é sobre essas ocorrências que decidi escrever algumas linhas.

Meu primeiro encontro com o chamado “mal súbito” aconteceu com nosso amigo e colega Márcio Bivar em 21 de Abril de 1997, durante o Campeonato Brasileiro realizado em Recife. Não sei exatamente sua idade, mas estava na faixa de 60-64 anos. Ao final da prova de 50 metros nado de peito, ele passou mal, desfaleceu e infelizmente veio a falecer. A competição foi encerrada naquele momento.

Desde esse episódio, outros casos infelizmente ocorreram, com nossos colegas de natação. Em competição ou durante o treinamento,

lembramos de nossos amigos Luiz Felipe Figueiredo, Maria Lenk, Antonio Carlos Brandão, e vários outros; sempre provocando uma enorme angustia em todos nós.

Neste contexto, recebi há pouco tempo, um trabalho feito pelo técnico Ed Nessel, respeitado técnico de natação americano (entre outros treinou o nadador Cullen Jones, medalha de ouro nas Olimpíadas de 2008), e também grande nadador master. Ed é também graduado em Química, Farmácia, e em outros setores da área médica.

O título deste trabalho é: “Tratando uma Parada Cardíaca Súbita e o uso de Desfibriladores Externos Automáticos” e, de uma maneira resumida ele diz o seguinte:

Como técnico, competidor de natação master, e participante, em geral, em exercícios vigorosos, eu tenho testemunhado ou estava muito próximo, num período de 30 anos, de várias mortes súbitas, entre os que estavam na competição, ou no treinamento vigoroso, ou em envolvimentos atléticos intensos informais. Em todos os casos, menos no último, não havia nenhum ou muito pouco aviso prévio de que alguma

coisa tão devastadora estava para acontecer. Este é um tópico tenebroso e nada confortável de se escrever, mas que precisa ser trazido à tona e exposto de forma que todos que praticam exercícios físicos vigorosos, ou os que os administram, ou simplesmente os vêm pela primeira vez, não fiquem mais ignorantes dos procedimentos de emergência disponíveis.

Nós chamamos esses procedimentos de “corrente de sobrevivência.”

Isto se refere a uma série de intervenções críticas que podem reduzir a mortalidade absoluta de paradas cardíacas súbitas. Mas se uma dessas ações for negligenciada ou pobremente executada, é improvável que a vítima sobreviva. Salvar uma vida é um dos atos mais responsáveis e sérios que uma pessoa pode realizar.

Muitos esperam nunca ter de enfrentar uma situação tão traumática, mas nós também nunca sabemos o que a vida tem nos reservado e que se apresentará diretamente em nossa frente.

Estar preparado para corrigir uma parada cardíaca súbita é um dos maiores serviços que uma pessoa pode prestar para um amigo quando

esta circunstancia se apresentar.

O que derruba uma pessoa quase que imediatamente, nestes casos, é a parada cardíaca súbita (PCS). A maioria dos casos acontece quando os impulsos elétricos num coração anormal tornam-se rápidos (taquicardia) ou caóticos (fibrilação) através dos segmentos musculares (ventrículos) que perfazem o trabalho de circulação do sangue pelo corpo humano. Este batimento cardíaco irregular (arritmia) pode fazer o coração parar de bater, produzindo uma queda abrupta para níveis criticamente baixos na pressão sanguínea arterial. A morte, se a sequência natural de eventos acontecer, usualmente ocorre dentro de 10 minutos devido à falta de oxigênio para vários órgãos vitais. Menos de cinco minutos de falta de oxigênio na temperatura normal ambiente usualmente acarreta alguma forma de dano cerebral com consequências ruins.

A parada cardíaca súbita é um grande problema de saúde em todo o mundo, e é a principal causa de morte em muitos países desenvolvidos. Somente nos Estados Unidos já aconteceu na ordem de um quarto de milhão de mortes por problemas cardíacos em um só ano, muitas ocorrendo no segmento populacional de alto risco, caracterizado por

exibirem vários fatores que fortemente contribuem para isso, com um estilo de vida imprudente, com obesidade, pressão alta, inflamações coronarianas, gordura excessiva no sangue, stress reprimido, e constrição dos vasos cardíacos produzidos pelo fumo.

E ainda temos os mais desafortunados que herdaram os perigosos genes que podem produzir anomalias cardíacas e que passam despercebidos pelos pediatras, e que entram no mundo dos esportes.

A ressuscitação cardiopulmonar (RCP ou CPR em inglês) foi desenvolvida por volta de 1960 sendo a massagem cardíaca peitoral o elemento principal. A corrente de sobrevivência foi inteiramente descrita e delineada na orientação para CPR e emergência cardíaca da American Heart Association (AHA) em 1992.

No decorrer dos anos, os procedimentos modificaram-se e hoje é considerado mais importante manter as compressões no peitoral em lugar de interrompê-las para dar “assopros de recuperação”.

A “corrente de sobrevivência” tem quatro partes interdependentes: 1) acesso rápido; 2) CPR básico rápido; 3) desfibrilação rápida e

4) rápido acesso a suporte vital cardíaco avançado (em inglês Advanced Cardiac Life Support – ACLS). Notem que a palavra comum em cada item é rápido.

Deve haver uma continuidade sem interrupções, no processo de salvamento para assegurar a maior possibilidade de sobrevivência. Mas o ponto crítico mais óbvio é o reconhecimento imediato da emergência e o início da “sequência” pelas pessoas que estão ao lado da vítima. Se ninguém reconhecer os sinais da emergência, e nenhuma ação for tomada rapidamente, a possibilidade de sobrevivência desaba para zero.

Acesso Rápido:

Isto se refere às ações tomadas a partir do momento em que a vítima colapsa até a chegada do serviço de emergência médica (SEM). Quando alguém sofre uma parada cardíaca súbita, as mais importantes ações que alguém presente pode realizar é reconhecer a natureza crítica da situação, chamar o serviço de emergência médica, e iniciar os procedimentos de ressuscitação da vítima. O reconhecimento dos sinais iniciais do problema, tais como dor no peito, falta de ar e a ativação pelo paciente do sistema de emergência podem aumentar significativamente a taxa de sobrevivência. Este é o principal motivo pelo qual a American Heart Association enfatiza a educação sobre a

importância do reconhecimento dos sinais e sintomas de parada cardíaca, infarto agudo do miocárdio e o início do plano de ação para a sobrevivência.

CPR Básico Rápido:

As estatísticas e a lógica confirmam que a taxa de sobrevivência é muito maior em vítimas que recebem rapidamente o CPR do que naquelas que tiveram essa atenção atrasada. Os procedimentos físicos envolvidos no CPR (compressões peitorais empurrando a circulação sanguínea através dos órgãos vitais) ajudam a preservar a viabilidade cerebral e miocárdica, mas não se pode ficar só nisso para aumentar a sobrevivência principalmente por causa da complexidade de sua administração e da variabilidade da competência da pessoa que a administra. A principal causa do fracasso na ressuscitação adequada na sequência de sobrevivência é o atraso no início da desfibrilação quando necessária.

Desfibrilação Rápida:

A taxa de sobrevivência em paradas cardíacas súbitas, de acordo com muitos estudos, é pobre se a vítima não receber a terapia de choque elétrico, dentro de poucos minutos, para restaurar a atividade elétrica cardíaca normal. Estudos mostram que o mais crítico fator para sobrevivência em casos de fibrilação ventricular é a diferença de tempo

entre o início da fibrilação e a administração da desfibrilação.

Segundo os números, a probabilidade de sobrevivência se reduz em cerca de 50% a cada atraso de três minutos na administração da desfibrilação. E também, taxas de sobrevivência para parada cardíaca súbita podem subir até 90% quando choque elétrico cardíaco é administrado imediatamente. Devido a isso, a correção imediata do batimento cardíaco fibrilatório é reconhecido como o componente mais crítico na sequência de sobrevivência. Mas, como afirmamos atrás, a desfibrilação rápida não é o único aspecto importante do tratamento; todos os fatores na corrente de sobrevivência precisam estar interconectados, considerados, e bem aplicados.

Rápido Acesso a Suporte Vital

Cardíaco Avançado:

A desfibrilação funciona melhor quando o CPR é providenciado até o momento em que o choque elétrico é aplicado, seguido de um rápido atendimento avançado para prevenir o retorno às perigosas condições cardíacas anteriores. ACLS (sigla inglesa para Advanced Cardiac Life Support) é um aperfeiçoamento do suporte básico vital (BLS), e é fornecido pelo pessoal profissional de EMS. Isso inclui o controle das vias aéreas e da respiração, medicamentos, e, em alguns casos, induzindo a queda de temperatura do paciente (hipotermia) para reduzir o estabelecimento de inflamação oxidativa e a destruição de tecidos cardíaco e cerebral. Mas

como o pessoal de EMS não é, quase sempre, o primeiro a chegar, tem se discutido com algum sucesso que se a vítima não receber CPR adequadamente e a desfibrilação positiva com um desfibrilador externo automático (AED), o suporte vital avançado será um desapontamento e de valor limitado, ou valor nenhum.”

O primeiro ensinamento que tiro desse artigo é o de que, em nossas competições, é efetivamente necessário termos uma ambulância devidamente aparelhada, com profissionais competentes, com desfibrilador automático à mão, e uma rota limpa para chegarmos a um hospital com o paciente.

Discuti esse tema com alguns médicos, cardiologistas e especialistas em medicina esportiva, para verificar a validade do trabalho de Ed Nessel, e todos me confirmaram a informação acima. Entre os médicos contactados, o Dr. Carlos Romano, responsável pelo Departamento Médico do Fluminense F.C. mostrou-me uma série de dados que ele coletou para montar uma palestra sobre o assunto.

Primeiramente entendi que para os mais jovens, até 35 anos, o mal súbito acontece principalmente por doenças congênitas, uso inadequado de drogas e medicamentos, e várias outras causas. Porém, para os mais velhos, a principal causa é a doença arterial coronariana.

O popular entupimento das artérias que irrigam o músculo cardíaco. Que se agrava com os conhecidos fatores de risco –

hipertensão arterial, diabetes, tabagismo, stress etc...

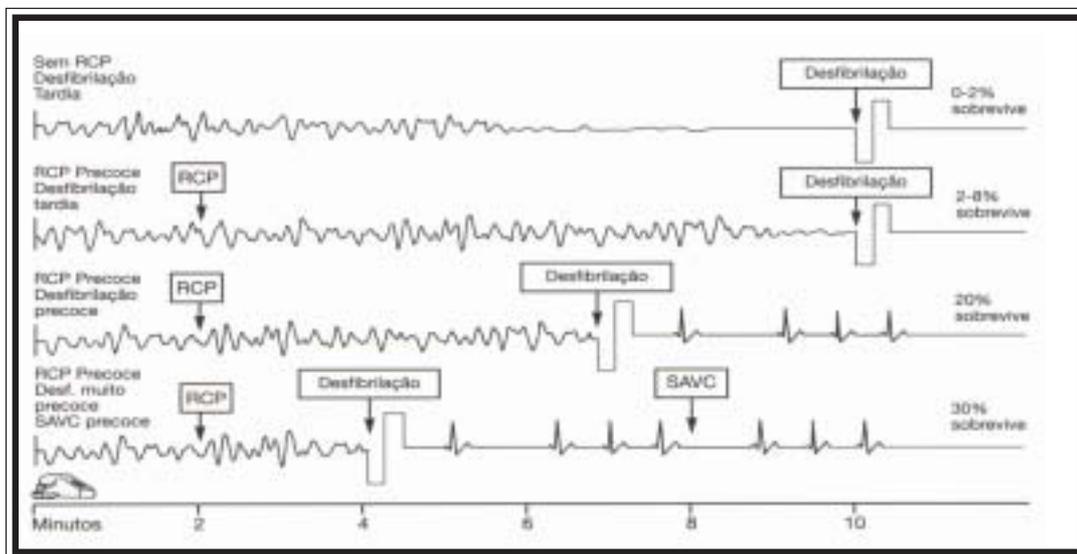
E mais, que um bom exame clínico e laboratorial permite diagnosticar a existência dessas condições adversas com bastante precisão.

O gráfico que segue mostra de forma impactante as chances de sobrevivência declinando com o tempo decorrido até o atendimento

completo da corrente que foi descrita em detalhes:



E o gráfico seguinte, com maior detalhamento, é ainda mais impactante:



E isso nos leva a uma segunda e mais importante conclusão: mesmo a presença de um ambulância adequada, com pessoal adequado e a proximidade de um centro médico, não nos dá mais do que uma pequeníssima esperança de sobrevivência, e provavelmente com graves lesões cerebrais.

A presença da ambulância é essencial, pois numa competição, com centenas de pessoas reunidas num mesmo local, a probabilidade de acidentes e indisposições é muito grande, e em muitos casos o atendimento prestado por ela e seus profissionais médicos é necessária e muito bem vinda.

Porém para os casos de “mal súbito” cardíaco, a terceira e fundamental conclusão é : **PREVENÇÃO É A ÚNICA SOLUÇÃO – FAÇA SEU EXAME PERIÓDICO E SIGA A ORIENTAÇÃO DE SEU CARDIOLOGISTA.**

Precisamos enfatizar cada vez mais a necessidade de exames cardiológicos completos para o nadador master, e cada um de nós precisa ter a coragem de dizer que poderá ter de parar de competir, se essa for a orientação médica adequada.

A ambulância, para um portador de doença coronariana, pode ser um falso sinal de segurança... Prevenção, antecipação, entender os sinais prévios de um problema cardíaco e seguir a orientação médica adequada é a verdadeira corrente de sobrevivência.

ACONTECEU

Entre os dias 10 e 11 de setembro do corrente ano, 271 atletas, entre as faixas de 20 a 85 anos, disputaram **XVIII Campeonato Norte, Nordeste Centro-Oeste de Masters de Natação**, realizado no Parque Aquático Zé Peixe – Aracajú/SE, sob a organização da Associação Masters de Natação de Sergipe - AMNSE.

Participaram 13 estados da Federação, e após disputa acirrada, sagrou-se campeã a equipe de Pernambuco, seguida pelas de Sergipe e do Distrito Federal. Os melhores índices técnicos da competição foram alcançados pelo atleta José Wilson Brasil (DF Masters) na prova de 50m borboleta pela atleta Aroma Martorell (MA Masters) na prova de 50m costas.

O clima do campeonato foi marcado pela consternação em virtude do falecimento da nadadora Neuza Maria Bandeira (65+). Durante a primeira etapa da competição, a atleta aguardava sua prova - 50m peito, quando foi vitimada por um mal estar súbito, seguido de desmaio e parada cardíaca. Apesar do pronto atendimento de uma UTI móvel que acompanhava o evento, a atleta não resistiu e veio a falecer. Porém, como os próprios amigos da equipe PE Masters ressaltaram em reunião conjunta, de onde ela estivesse certamente gostaria de contemplar todos do evento nadando, dentro de um clima de congraçamento que sempre marca as competições da natação master. Em respeito a essa posição, foi mantida na íntegra a programação do campeonato.

A organização expressou sua gratidão ao atleta Marcos Leite Gomes (MS), pela forma com que soube aliar toda sua experiência médica a uma iniciativa pessoal, própria dos verdadeiros amigos.



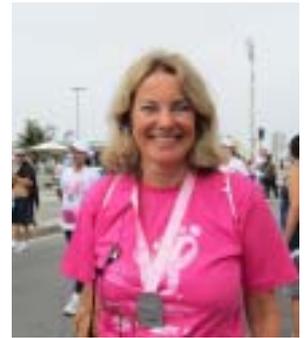
No dia 16 de outubro, no Rio de Janeiro, tivemos mais uma edição da **Corrida (6km) e Caminhada (3km) pela Cura**. É a maior série de corridas e caminhadas do mundo, que também se fez presente no Brasil. A corrida teve início na praia do Leblon, passando por Ipanema (início da caminhada), e chegando a Copacabana. O evento tem como propósito, a conscientização do câncer de mama. A Corrida pela Cura foi uma realização da Susan G. Comen Brasil Race for the Cure; Sociedade Franco Brasileira de Oncologia (SBOC); Federação Brasileira de Instituições Filantrópicas de Apoio à Saúde da Mama (FEMAMA) e Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica (SBOC). Na chegada cada participante recebia uma medalha e era fotografada. As vencedoras da corrida receberam premiação a parte. A Academia Zumba Fitness animava as participantes com coreografias simples e convidativas.



Várias mulheres de todas as idades participaram com muito entusiasmo e deixaram depoimentos como Nancy Mercúrio, Embaixadora de Corridas Internacionais-Susan G. Komen for the Cure, que assim se manifestou: *“Encho-me de esperança quando vejo essas pessoas participando de maneira tão apaixonada pela nossa causa. Mas, ainda há muito trabalho a ser feito. A cada 69 segundos uma mulher morre de câncer de mama,*

homens também morrem de câncer de mama, são muitas pessoas... pessoas demais. Então tenho esperança, foi um dia maravilhoso!”

Carla Ismael, médica oncologista e nadadora master associada à ABMN esteve na organização do evento, e explicou-nos sobre a importância de não só as mulheres, mas também os homens estarem atentos à doença, pois de cada 100 indivíduos, um homem é atingido pelo câncer de mama.



Travessia de 170 km do rio São Francisco/AL. Cinco brasileiros fizeram, com sucesso, a travessia do rio São Francisco no último dia 4/10. O desafio teve início em Piranhas, passou por Pão de Açúcar, Traipú, Porto Real do Colégio até Penedo, percorrendo ao todo 170km do Velho Chico. A equipe foi composta por Edmundo Foschini (AL), Percival Milane (SP), Alessandro Massaini (MG), Fabio Dias (RJ) e Rodrigo Cavalcante, este último um jovem de 18 anos, natural de Piranhas que decidiu acompanhar o grupo no primeiro dia da aventura. Edmundo Foschini, idealizador do projeto, disse que a presença do rapaz foi a grata surpresa do desafio. *“Ele pediu para acompanhar o grupo. Eu permitir, desde que ele nadasse próximo ao barco dos bombeiros. No decorrer do percurso, nós fomos dando força e incentivo e ele acabou fazendo todo o trajeto”.*

Foschini revelou que a maior dificuldade foi no primeiro trecho, quando a equipe enfrentou redemoinhos e correnteza. Fora isso, tudo correu conforme o planejado. Porém, o que mais mexeu com a equipe foi a receptividade em cada cidade que eles paravam. *“Só para ter ideia, em Traipú cerca de 3 mil pessoas nos esperavam no cais e fizeram uma grande festa com a nossa chegada”.* Por outro lado, lamenta que o ponto triste do desafio tenha sido a situação em que o rio São Francisco se encontra. Edmundo ressaltou que durante todo o trajeto das 40 horas nadando, não encontrou no rio um peixe sequer o que chamou a atenção do grupo. *“Tinha trecho no meio do rio que eu ficava em pé devido ao assoreamento. Às vezes a gente tinha que procurar a margem de Sergipe pelo fato de o rio não ter profundidade. E se não fosse o apoio dos pescadores, bombeiros e da Capitania dos Portos, teríamos encontrado maiores dificuldades”.*

Acrescentou que o desafio do rio São Francisco é uma iniciativa para chamar a atenção das autoridades para a preservação do Velho Chico. *“Desde o início, nossa preocupação foi com colaborar com o movimento de conservação e qualidade das águas e sustentabilidade do baixo São Francisco e acho que conseguimos mandar o recado com apoio das prefeituras locais”.*



Percival Milani (São Caetano do Sul/SP), Alessandro Massaini (Itabirito/ MG), Edmundo Foschini (Maceió/AL), Rodrigo Cavalcanti (Piranhas/AL) e Fábio André (Rio de Janeiro/ RJ).

No dia 20/11 foi disputada a terceira **Travessia Masters Itaipu Binacional**, promovida pela Associação Masters Paraná de Natação. Foi uma prova de águas abertas, de 1.500m, realizada na praia artificial de Foz do Iguaçu, no lago da Usina de Itaipu. Rui Juvita, que esteve presente informa: *“participou da prova o atleta deficiente visual Maurício José Rodrigues, e no momento de sua chegada, acompanhado do guia, Maurício foi ovacionado por todos os atletas participantes e público da prova. Não falo em nome dos organizadores nem da família do Maurício, mas registro aqui que foi um dos momentos mais emocionantes que já presenciei em uma prova de natação”.*

ORAÇÃO DE FIM DE ANO

AUTORA :REGINA TAGLIARI

Senhor, ao terminar este ano, quero dar-te graças
por tudo quanto recebi de tua bondade.

Graças pela vida e pelo amor! Graças pela natureza,
pela água, pelo ar, pela luz e pelo sol!
Graças pela alegria e pela dor!



Senhor, quero agradecer-te por ter encontrado pessoas
às quais servi e amei neste ano; agradeço pelas
pessoas
que me amaram e me ajudaram a viver melhor!

Encerro este ano agradecendo, e também
pedindo perdão pelo tempo que perdi,
pelo dinheiro mal empregado,
pelas palavras inúteis e pelo amor desperdiçado.

Pelas minhas negligências,
pelos esquecimentos
e pelos silêncios negativos.

Agradeço, Senhor, por tudo o que realizei
e pelo que desejei realizar!

