

EXEMPLO

ENTREVISTA: ZÉ LÚCIO CARDIM

UM DOS PRINCIPAIS RESPONSÁVEIS PELO CRESCIMENTO DA CORRIDA NO BRASIL, ABÍLIO DINIZ É PROVA DE COMO A ATIVIDADE FÍSICA É BENÉFICA EM TODOS OS SENTIDOS

Ter ídolos é um dos requisitos básicos para o crescimento de qualquer esporte. O que seria dos campinhos de futebol se ninguém tentasse reproduzir os dribles de Neymar, as pontes de Rogério Ceni ou as arrancadas de Ronaldo? As piscinas certamente ficariam mais vazias se não fossem as braçadas de ouro de César Cielo e as quadras de tênis continuariam como um local desconhecido de muitos se não existisse o fenomenal Guga. O surgimento de grandes atletas sempre desperta a curiosidade e incentiva a prática de uma nova modalidade esportiva.

Mas na corrida essa relação com os ídolos é um pouco diferente, e eles não são tão persuasivos assim. É claro que admiramos Marilson Gomes dos Santos, Paul Tergat, Haile Gebrselassie etc., mas dificilmente alguém começa

a correr porque assistiu a um deles cruzando a linha de chegada dos 42 km. Quem corre se impressiona muito mais com bons exemplos do que com atletas de elite — talvez porque eles sejam inalcançáveis. Ver alguém diminuir 30 segundos de um recorde mundial nos entusiasma, mas é muito mais motivante ouvir histórias de pessoas normais que são exemplos e superaram seus limites para correr, ou se tornaram melhores no que fazem graças ao esporte. E se existe alguém neste mundo que pode ser considerado um bom exemplo, esse é Abílio Diniz, presidente do conselho de administração do Grupo Pão de Açúcar. A prática esportiva sempre esteve lado a lado com sua carreira empresarial — e, segundo ele, é uma das principais responsáveis por seu sucesso profissional e pela saúde de ferro que exibe aos 74 anos. Além disso, Abílio Diniz é um grande incentivador do esporte nacional e é um dos principais responsáveis pelo crescimento da corrida de rua no Brasil. Nas próximas páginas, ele fala para a O2 o que espera da Copa do Mundo e dos Jogos Olímpicos no País e a importância da atividade física em sua vida e para construir uma sociedade melhor.

ABÍLIO DINIZ
Empresário,
empreendedor,
visionário, patriota...
E DNA de esportista
— em especial de
corredor...



FOTO: Eduardo Engel/Objetivos



O2

O esporte é um bom negócio?

Sem dúvida. O esporte sempre esteve na minha vida. Acredito que a atividade esportiva rende bons lucros em todas as etapas da vida: ajuda a manter a boa saúde e o equilíbrio emocional, estimula valores como o respeito, limites e disciplina, e promove melhor qualidade de vida. Essa crença tem feito com que eu seja um incentivador do esporte em todos os lugares e com todas as pessoas com as quais me relaciono de alguma maneira. Não quero ditar regras, mas plantar ideias que possam levar as pessoas à reflexão de quanto o esporte pode contribuir para que tenham uma vida melhor e com mais felicidade. Pessoalmente, procuro conscientizar quem está mais perto de mim a adotar a prática dos esportes como rotina em suas vidas. Para quem não tenho condições de falar mais diretamente, busco caminhos alternativos e que tenham longo alcance e assim possa falar cada vez mais para mais pessoas. Não à toa, esse é um dos temas do meu site, do meu livro e está presente também no conteúdo das aulas que desenvolvi para o meu curso de Liderança.

Qual é a importância do esporte para uma sociedade melhor?

Minha relação com o esporte começou muito cedo, ainda na infância, com o futebol — até que tive algum sucesso como goleiro. A prática de atividades físicas mais regulares começou aos 13 anos com o judô. Desde então, a atividade esportiva é uma constante em minha vida. A prática esportiva ajuda a fortalecer a autoestima, torna as pessoas mais disciplinadas, objetivas e determinadas. Mais do que isso, o esporte pode ter um papel transformador na vida das pessoas, especialmente na dos jovens. Minha crença, nisso faz com que, há quase dez anos, idealizasse e incentivasse a criação do Pão de Açúcar Esporte Clube (Paec). É uma forma de contribuímos para a transformação de jovens tanto para que se tornem craques nos campos e na vida. Mais do que aperfeiçoar atletas, esse trabalho quer formar cidadãos que contribuam para o desenvolvimento do País.

EM MINHA OPINIÃO, A PRÁTICA ESPORTIVA AJUDA A FORTALECER A AUTOESTIMA, TORNA AS PESSOAS MAIS DISCIPLINADAS, OBJETIVAS E DETERMINADAS.

Quanto a realização da Copa e da Olimpíada no Brasil pode ser benéfica para o País?

Torço muito como brasileiro, como esportista e como empresário para que o Brasil fosse a sede dos dois maiores eventos esportivos do mundo, e o resultado foi emocionante. Acredito que temos grandes desafios que, se superados, trarão grandes oportunidades para todos.

O que está sendo feito de certo ou de errado na preparação para os eventos?

É preciso fazer um diagnóstico claro e específico: o que isso representa para o Brasil, pois, sem dúvida, eventos como esses causam grandes impactos antes, durante e nos anos seguintes, após sua realização. Isso significa mais dinheiro, mais trabalho, mais empregos, maior visibilidade do país no mundo. A Copa na África do Sul é um exemplo disso e da mesma forma será uma grande oportunidade para o Brasil que teremos que aproveitar. Digo sempre que a oportunidade é como um trem, que passa em nossas vidas sem qualquer aviso. Acho que está na hora de o Brasil pegar esse trem rumo ao desenvolvimento, pois tenho certeza de que competência para isso não falta.

O Grupo Pão de Açúcar está participando de alguma forma desses eventos mundiais?

A bandeira Extra patrocina a seleção brasileira de futebol desde 2010 e estamos construindo um Centro de Treinamento Olímpico, em São Paulo, para melhoria da performance dos atletas brasileiros.

Com base no sucesso das Maratonas Pão de Açúcar, há novos projetos do grupo para aumentar a participação nas corridas de rua?

Há 19 anos fazemos a Maratona Pão de Açúcar de Revezamento e hoje tenho orgulho em dizer que esse evento esportivo é o sexto maior do mundo e o maior da América Latina. No ano passado foram mais de 32 mil corredores. Nosso objetivo é que essa prova atraia cada vez mais esportistas e leve qualidade de vida para o dia a dia de todos que participam dela diretamente, e que sirva de exemplo para as famílias e amigos dos participantes.

FOTO: Arneve Pinheiro

97 | MAIO DE 2011.

Que lições o esporte lhe ensinou?

Muitos... O esporte fortalece, dá flexibilidade e agilidade, além de desenvolver a capacidade de pensar estrategicamente. Todas essas qualidades são essenciais no dia a dia.

O senhor se sente realizado como esportista?

Sim. O esporte sempre esteve na minha vida de uma maneira muito consistente e disciplinada. Nunca com o objetivo de me tornar um profissional, mas sim de vencer os meus limites e me manter saudável e ágil. Eu me dedico à atividade esportiva porque entendo que essa é uma das ferramentas que tenho para manter minha qualidade de vida e assim ser uma vida mais feliz. É isso que busco mostrar às pessoas. Posso dizer que é muito prazeroso praticar esportes e poder servir como um instrumento de propagação de sua prática, que, a meu ver, é uma das maneiras mais eficazes para que as pessoas possam se sentir melhor, com mais saúde e felicidade.

Se pudesse voltar no tempo, o senhor mudaria alguma coisa?

Não.

O esporte sempre foi uma atividade complementar ou o senhor desejava ser atleta profissional?

No meu caso, o esporte sempre foi uma atividade complementar. Nunca pensei em ser um atleta profissional, mas sempre que me dedicava a algum esporte, procurava fazer o melhor possível.



Quais esportes o senhor já praticou e de qual gosta mais?

Já pratiquei quase todos os esportes. Atualmente pratico corrida, squash e musculação. Hoje gosto mais do squash, pois me ajuda a manter a mente e o corpo saudáveis, a melhorar minha concentração, o condicionamento físico, a garra e a força de vontade para praticá-lo. Além de me manter ágil e saudável.

Quais são o melhor e o pior esporte?

Depende de cada pessoa. Ainda não encontrei um esporte que seja ruim, pois sempre pratiquei diversas atividades físicas e me adaptei a todas, com muita garra e determinação.

Qual é a importância do patrocínio no esporte?

O patrocínio deve ser visto muito além do que uma simples forma de promover uma marca. Acreditamos no esporte por todos os valores e benefícios que ele proporciona e essa crença está no DNA do Grupo Pão de Açúcar. Por isso apostamos e investimos no esporte como uma forma de incentivar e ajudar a desenvolver sua prática no Brasil.

Como é a sua rotina diária de exercícios?

Eu adoro minha rotina. Divido meu tempo entre o trabalho, as atividades físicas e a família. Assim, todos os dias faço uma atividade aeróbica e na hora do almoço faço o trabalho de fortalecimento muscular. E ao fim do expediente tento sempre jogar uma partida de squash.

E a sua alimentação? O senhor faz dieta?

Para dar conta do dia, sigo uma dieta rica em carboidratos — prescrita por um nutricionista. Acho muito perigoso a autoprescrição. Também como a cada três horas, uma fruta, um suco ou um lanche de queijo branco.

Há segredo para a longevidade esportiva?

Não existe segredo. No meu caso, é a prática diária, mas com moderação e sempre respeitando os limites do corpo. Também sigo os seis pilares que descrevo no meu livro *Caminhos e escolhas*: atividade física, alimentação, controle do estresse, autoconhecimento, amor e fé.

O senhor parece ter realizado tudo. Ainda sonha?

Claro que ainda sonho. Gosto muito de uma frase que diz: "Se você quiser ter devaneios, brincar com as ideias, não tenha ilusões. Tenha fantasias e sonhe. Sonhe grande".

FOTO: Arneve Pinheiro