



Revista do CEFAN/CDM

# Podium Naval



Ano IV | Nº 04 | 2017/2018 | ISSN: 2447-5327





# Editorial

Contra-Almirante (FN)

**PEDRO LUIZ GUEIROS TAULOIS**

Presidente da Comissão de Desportos da Marinha  
e Comandante do Centro de Educação Física  
Almirante Adalberto Nunes

A quarta edição da Revista *Podium Naval* apresenta os principais eixos de atuação do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), após 46 anos de existência: fomentar a higidez física nas tripulações dos meios navais, aeronavais e de fuzileiros navais, preparando-os adequadamente para o combate no mar, no ar e em terra; manter o Brasil como uma potência desportiva militar; e contribuir para transformá-lo em uma potência olímpica.



## O CEFAN e a higidez física para o combate naval!

A gênese da preparação física das tripulações está na qualidade da formação e do aperfeiçoamento de Praças da especialidade de Educação Física (EP). Conduzidos pela Superintendência de Ensino do CEFAN, os cursos de Especialização e Aperfeiçoamento em Educação Física, bem como os Cursos Expeditos de Treinamento Físico Militar, para Oficiais e Praças, são valiosos instrumentos de formação e propagação da importância da higidez física para a vida no mar. Os cursos são ministrados por docentes com Mestrado e Doutorado, aproveitando

as modernas instalações esportivas e de pesquisa da Organização Militar (OM), o que culminou, em 2017, com o Grau de Excelência no Ensino conferido pela Diretoria de Ensino da Marinha (DEnsM) ao CEFAN.

A Organização Militar concebeu também o Programa de Orientação e Apoio ao Treinamento Físico Militar (PROA-TFM), com o objetivo de difundir para as tripulações de todas as OM da Marinha do Brasil (MB) o método de Treinamento Funcional, que estimula várias valências físicas dentro de uma única sessão de treinamento e pode ser aplicada a indivíduos que apresentem diferentes níveis de condicionamento físico. A prática desse método de treinamento pode ser realizada em qualquer ambiente e sem a necessidade do uso de equipamentos específicos, traduzindo-se em uma eficaz alternativa para a obtenção e a manutenção do condicionamento físico, principalmente para as OM que não possuem espaço físico adequado e equipamentos disponíveis.

Descortinando a pesquisa científica na área de Educação Física, o CEFAN conta também com o Laboratório de Pesquisa em

Ciências do Exercício (LABOCE), dotado de modernos equipamentos de testes e operado por Oficiais com Pós-Graduação *Strictu Sensu* em nível de Mestrado e Doutorado, que se dedicam às pesquisas direcionadas ao desempenho esportivo e operacional, bem como à prevenção de lesões musculoesqueléticas. Esta *expertise* tem sido aplicada nos cursos de formação, nos cursos de Operações Especiais e nas equipes esportivas da MB.

## O CEFAN e os atletas de alto rendimento da MB!

Transcorrido o período em que o Brasil e a cidade do Rio de Janeiro sediaram grandes eventos desportivos – iniciado em 2011, com a realização dos 5º Jogos Mundiais Militares, seguido das Copas das Confederações (2013) e do Mundo FIFA (2014), até os Jogos Olímpicos e Paralímpicos Rio 2016 –, a MB permanece firme em seu propósito de manter o Brasil como uma potência desportiva militar e contribuir para transformá-lo em uma potência olímpica. Por conta disso, o CEFAN encontra-se lapidando seus processos, visando os 7º Jogos Mundiais Militares, a serem realizados em 2019, na China, e os Jogos Olímpicos de 2020, no Japão.

Os rumos previamente traçados para o Programa Olímpico da Marinha (PROLIM) permanecem fiéis e alinhados ao seu propósito original de apoiar os atletas brasileiros de alto rendimento e das diversas modalidades esportivas. Para este fim, são oferecidos aos atletas as diversas instalações

desportivas do CEFAN; a assessoria técnico-científica do LABOCE; o atendimento médico, odontológico e de fisioterapia; a alimentação e a hospedagem. O objetivo é que o atleta se dedique exclusivamente aos treinamentos e competições, permitindo alcançar os melhores índices e resultados para o nosso País.

Além do PROLIM, merecem destaque os Projetos de Sociais e de Base desenvolvidos no CEFAN: o Programa Forças no Esporte (PROFESP), o Projeto Marinha-FIRJAN e o Projeto Paralímpico. Esses projetos, após os acordos de cooperação firmados com a FIRJAN e o Comitê Paralímpico Brasileiro, permitem atender diariamente mais de 500 pessoas, dentre elas muitas crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social. Com diversos resultados positivos nas áreas social e desportiva, essas iniciativas nos trazem a certeza de que o esporte é uma excelente opção para oferecermos um futuro mais digno para nossas crianças, jovens e adolescentes.

Assim, com grande orgulho e satisfação, apresento a quarta edição da Revista *Podium Naval*, consolidando as principais ações e iniciativas desenvolvidas pelo CEFAN para fomentar a prática de exercícios físicos na MB, aperfeiçoar seu programa olímpico, bem como fortalecer seus Projetos Sociais e de Base. A presente edição contempla artigos de renomadas personalidades dos cenários esportivo, empresarial, governamental e acadêmico, que testemunham a evolução do trabalho desenvolvido no CEFAN e o potencial dos seus projetos.

**BOA LEITURA!**





Verás que um dia terás que ir



# Expediente

## REVISTA PODIUM NAVAL

Ano 4 – 4ª Edição – 2017-2018

Distribuição Gratuita



### REALIZAÇÃO CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ALMIRANTE ADALBERTO NUNES

Contra-Almirante (FN) Pedro Luiz Gueiros Taulois  
Comandante

### EDIÇÃO E ORGANIZAÇÃO DO MATERIAL

1ºTen (RM2-T) Vanesca Queiroga Soares

### COMERCIAL

CMG (RM1-T) Luiz Carlos Pinheiro Serrano  
1ºTen (RM2-T) Maicon David Lima Maia

### ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL CEFAN-CDM

CMG (RM1-FN) Carlos Alfredo dos Reis Lessa  
1ºTen (RM2-T) Maria Cecilia Bello Moutinho Baseggio  
1ºTen (RM2-T) Vanesca Queiroga Soares  
SO-FN-CN Marcelo de Oliveira  
2ºSG-FN-IF Silvio César Oliveira dos Santos

### FOTOGRAFIA

1ºSG-FN-IF Leonardo da Silva Paes Leme  
MN-RM2 Alex Cabral de Santana

### PROJETO GRÁFICO / EDITORAÇÃO ELETRÔNICA

MC&G Design Editorial

### IMPRESSÃO

Triunfal Gráfica & Editora - 500 exemplares

### CEFAN

Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes  
Av. Brasil 10.590 – Penha – Rio de Janeiro – RJ  
CEP: 21012-350

# Esporte e inclusão social na Marinha do Brasil

Almirante de Esquadra (FN)

ALEXANDRE JOSÉ BARRETO DE MATTOS

Comandante-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais

A Marinha do Brasil (MB) vem alcançando um crescimento exponencial na área desportiva nos últimos anos. São muitas as conquistas, os desafios superados e uma gama de realizações que entraram para a história do esporte nas Forças Armadas recentemente. Posso afirmar que, hoje, estamos colhendo os frutos das sementes que começamos a plantar em 2008, quando o Corpo de Fuzileiros Navais (CFN) assumiu a nobre missão de administrar o esporte na MB.

Desde então, surgiram diversos programas não só de incentivo ao esporte, como



de inclusão social na área desportiva. Um exemplo bem-sucedido e que vem sendo motivo de muito orgulho para a MB é o Programa Forças no Esporte (PROFESP), uma parceria entre os Ministérios da Defesa, do Esporte e do Desenvolvimento Social, com o apoio das Forças Armadas. No Brasil inteiro, o PROFESP, por meio de

Organizações Militares da MB, vem oferecendo esperança a crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social.

Somente no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN),



são atendidas, atualmente, cerca de 400 crianças moradoras de comunidades carentes do Rio de Janeiro. Além de serem iniciados em diversas modalidades desportivas, os jovens também participam de atividades cívicas e educacionais, artísticas e de conscientização ambiental, além de receberem as refeições na própria OM. Os alunos também têm à disposição assistência médica, odontológica e social, bem como treinamento de instrutores, que monitoram as atividades esportivas e detectam possíveis talentos que possam vir a se destacar em determinado esporte.

O sucesso do Programa pode ser medido por meio dos excelentes resultados obtidos pelos atletas nas mais variadas competições esportivas, sobretudo nas modalidades de levantamento de peso olímpico, lutas associadas, taekwondo, atletismo, entre outras.

No final de junho de 2018, demos mais um passo em direção à inclusão social na área desportiva, com a assinatura de um acordo de cooperação com o Comitê Paralímpico Brasileiro. O objetivo dessa parceria é capacitar o CEFAN para se tornar um centro de referência em treinamento paralímpico; habilitar e qualificar treinadores paralímpicos; detectar e desenvolver novos talentos esportivos para o alto rendimento; bem como realizar no CEFAN competições paralímpicas.

Esses são somente alguns exemplos dos avanços que o CFN vem realizando na área social, por meio da prática desportiva. É uma das maneiras que encontramos de contribuir na luta pela igualdade social e proporcionar esperança a jovens que vivem em meio a tantas dificuldades e privações.

Acreditamos que o estímulo ao esporte como um hábito saudável deve começar internamente, entre os nossos militares. Para direcionar e aprimorar a prática do Treinamento Físico Militar (TFM) na MB, o CEFAN vem oferecendo bons resultados com o Programa de Orientação e Apoio ao TFM (PROA-TFM) desde 2014. Concebido com o objetivo de aprimorar o condicionamento físico dos militares, o programa é responsável por conduzir a prática do TFM na Marinha e orientar os militares quanto à importância de uma vida saudável e ativa para a manutenção da boa saúde. Com isso, melhoramos não só a qualidade de vida dos nossos militares, como a produtividade no ambiente de trabalho.

Por meio de muita dedicação, suor e esforço por parte dos atletas de alto rendimento que compõem as equipes de diversas modalidades esportivas da MB, o Programa Olímpico da Marinha (PROLIM) vem se destacando em competições nacionais e internacionais. Recentemente, 20 novos atletas foram incorporados à Força, nas modalidades de futebol, atletismo, judô, levantamento de peso olímpico, *wrestling*, nado sincronizado, orientação, pentatlo moderno, pentatlo naval, pesca submarina, remo e taekwondo. A manutenção do PROLIM, aliada a uma constante renovação de atletas de alto rendimento, é fundamental para que possamos vislumbrar um bom desempenho nos Jogos Mundiais Militares em 2019, na China, e nos Jogos Olímpicos em 2020, no Japão.

A preparação já começou. E que venham novos desafios!

**ADSUMUS!**





# Sumário

<i>CA (FN) Pedro Luiz Gueiros Taulois, Presidente da Comissão de Desportos da Marinha e Comandante do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes – Editorial</i>	1
<b>1.</b> <i>AE (FN) Alexandre José Barreto de Mattos, Comandante-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais – Apresentação</i>	6
<b>2.</b> <i>VA (FN) Paulo Martino Zuccaro – Os desafios do esporte militar no novo ciclo olímpico</i>	12
<b>3.</b> <i>General Augusto Heleno Ribeiro Pereira, Diretor do Comitê Olímpico do Brasil – O Instituto Olímpico Brasileiro e as Forças Armadas</i>	23
<b>4.</b> <i>Domício Proença Filho, Presidente da Academia Brasileira de Letras – A importância dos projetos sociais desenvolvidos em parceria pela Academia Brasileira de Letras e a Marinha do Brasil</i>	25
<b>5.</b> <i>Rogério Sampaio Cardoso, Secretário Nacional de Esporte de Alto Rendimento do Ministério do Esporte – As Forças Armadas e o Esporte Brasileiro</i>	28
<b>6.</b> <i>1ºTen (RM2-T) Vanesca Queiroga Soares – Lars Graef</i>	30
<b>7.</b> <i>Djan Garrido Madruga – Programa de Atletas de Alto Rendimento (PAAR) um grande legado para o Desporto Nacional</i>	45
<b>8.</b> <i>CMG (RM1-FN) Fernando Irineu de Souza – O Ensino de Excelência do CEFAN</i>	50
<b>9.</b> <i>CT (S) Priscila dos Santos Bunn – Laboratório de Pesquisa em Ciências do Exercício (LABOCE): pesquisas e premiações</i>	62

10. *Luiz Ernesto de Abreu Guerreiro*, Federação das Indústrias do Estado do Rio de Janeiro – Esporte, Educação e Saúde na construção de um mundo melhor 68
11. *Ney Wilson Pereira da Silva*, Confederação Brasileira de Judô – A importância da Marinha no cumprimento de metas esportivas da Confederação Brasileira de Judô 74
12. *CMG (T) Marcos Vinicius Lúcio*, Conselho Internacional do Esporte Militar – A importância do esporte para a promoção da paz 79
13. *CMG (RM1-FN) Paulo Ricardo Lins Barboza* – O Esporte na Escola Naval e sua Importância para a Marinha do Brasil 86
14. *CC (T) Osvaldo Raimundo Pinheiro de Souza*, Conselho Internacional do Esporte Militar – A importância da prevenção do *doping* no esporte 94
15. *CF (FN) Alessandro Carlos da Silva Gonçalves* - Treinamento Físico Militar Integrado: O treinamento funcional na Marinha do Brasil 102
16. *CMG (RM1-FN) José Firmeza Simões dos Reis* – O Programa Forças no Esporte a parceria Marinha-FIRJAN/SESI: presente, passado e futuro 109
17. *CMG (RM1-FN) José Roberto Tinoco do Nascimento* – O conceito de sustentabilidade presente na modernização e na construção de instalações do CEFAN 116
18. *CMG (RM1-T) Luiz Carlos Pinheiro Serrano* – A importância da Assessoria de Marketing e Relações Institucionais do CEFAN 122
19. *CF (Md) Daniela Alcântara dos Santos* – O atendimento de fisioterapia para os atletas e para a Família Naval 126
20. *Claudemir do Nascimento Santos*, Presidente da Associação Vencedores Adaptados – Apoio do CEFAN à Associação Vencedores Adaptados 130



Vice-Almirante (FN)  
PAULO MARTINO ZUCCARO  
Diretor do Departamento do  
Desporto Militar



# Os Desafios do Desporto Militar no Novo Ciclo Olímpico



## Introdução

Indubitavelmente, o Desporto Militar brilhou no ciclo que se encerrou com os Jogos Olímpicos Rio-2016. Treze das dezenove medalhas conquistadas pelo Brasil vieram pelas mãos dos atletas militares que integram o Programa de Atletas Militares de Alto Rendimento (PAAR), que envolve a participação dos atletas e estruturas da Marinha, do Exército e da Aeronáutica, sob a coordenação do Departamento de Desporto Militar (DDM).

O ciclo que se encerrou também abarcou um desempenho destacado nos VI Jogos Mundiais Militares de Mungyeong, Coreia do Sul, em 2015, onde o Brasil ocupou a segunda colocação no quadro de medalhas, com oitenta e quatro pódios, atrás da Rússia e superando a China por dois ouros.

Neste período, o Brasil também conquistou títulos importantes em outras competições do Conselho Internacional do Esporte Militar (CISM), como, por exemplo, a conquista do Campeonato Mundial Militar de Basquetebol Feminino, em julho de 2016, nos Estados Unidos da América, em uma final emocionante com a forte equipe das donas da casa, e o Campeonato Mundial Militar de Golfe, em agosto do mesmo ano, onde o Brasil foi campeão em todas as categorias da competição, tendo sido o Hino Nacional Brasileiro o único a ser tocado naqueles vitoriosos dias em Amsterdã, Holanda. Muitos outros resultados igualmente meritórios aconteceram na vela, no salvamento aquático, no pentatlo militar e em outras disciplinas.

Decerto, no próximo ciclo, nos será cobrada, no mínimo, a manutenção do honroso *status* adquirido e consolidado de potência



desportiva militar mundial, bem como a continuidade de nossa importante participação na evolução do esporte de alto rendimento no País, em especial na materialização da justa aspiração de transformarmos o Brasil em uma potência olímpica.

O presente artigo tem o propósito de apresentar as atualidades e expectativas do Desporto Militar no novo ciclo que já se iniciou e que culminará nos Jogos Olímpicos de Tóquio-2020, passando por aspectos esportivos, gerenciais, financeiros, sendo sumariado, ao final, por uma breve conclusão.



# Desenvolvimento

## O Esporte Militar de Alto Rendimento

Uma das primeiras providências necessárias ao bom andamento dos trabalhos no ciclo olímpico que se iniciou foi buscar o equilíbrio e o consenso na distribuição da gestão das diversas modalidades esportivas entre as Comissões de Desportos da Marinha, do Exército e da Aeronáutica. Havia pendências a serem resolvidas, como por exemplo, modalidades em disputa por duas comissões. Essa sempre foi uma questão que tem demandado atenção, porque, embora o ambiente entre as comissões fosse predominantemente cordial, com poucas querelas ocasionais, nitidamente estava fazendo falta chegar-se a um arranjo que, mesmo incapaz de satisfazer totalmente às três comissões, pelo menos transmitia-lhes a percepção de um considerável equilíbrio em termos de representatividade e prestígio.

Ademais, o planejamento estratégico do DDM para o novo ciclo incluiu um estudo detalhado das modalidades e das medalhas que estarão em disputa tanto nos VII Jogos Mundiais Militares de Wuhan, China, em 2019, e nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020. Também foram analisadas as novas disciplinas que estarão presentes em Tóquio e concluiu-se pela conveniência de incorporar o Caratê ao programa, decisão cujo acerto já foi confirmado pelos primeiros resultados já alcançados.

Neste aspecto particular, além do maior equilíbrio logrado, merece destaque o fato de que a distribuição proposta conta

com o consenso entre todas as comissões desportivas das Forças. Também houve unanimidade nas decisões de que o arranjo alcançado valerá até o fim do presente ciclo e de que a atribuição da gestão de uma determinada modalidade por uma Força não lhe assegura exclusividade na incorporação de seus atletas. Até porque as três Comissões Desportivas, desde o início do PAAR, vêm rotineiramente captando atletas de modalidades que não estão sob sua responsabilidade, sendo que o que poderia parecer um óbice tem se configurado mais como algo positivo, pois isto permite, por vezes superar algumas questões de limites de vagas nas Forças e também eventualmente aspectos geográficos incidentes nesse processo de incorporação.

O importante é que se busque a concordância de todas as comissões, que também ampliaram o diálogo e a troca de informações, inclusive na hora de preparar seus editais de incorporação de atletas. Um exemplo claro deste entendimento é a existência de duplas mistas de vôlei de praia, onde seus integrantes pertencem a Forças diferentes. A Comissão Relatora de uma determinada modalidade, tal como denominada pelo DDM, retém a prerrogativa de conduzir seu planejamento estratégico, propor competições, organizar seletivas e escalar os integrantes das delegações. Isto é o que tem permitido ao DDM descentralizar a gestão do desporto militar de alto rendimento, compartilhar responsabilidades e, naturalmente, as marcantes conquistas que têm sido alcançadas.

Esta aproximação também tem nos possibilitado organizar campeonatos mundiais militares de alto nível no Brasil, pois



a Força organizadora tem podido contar com decisivas contribuições de suas coirmãs. Foi o que logramos implementar nos Mundiais de Orientação, Vôlei de Praia e

Natação, organizados, respectivamente, pelas Comissões de Desportos da Marinha, do Exército e da Aeronáutica entre novembro de 2016 e dezembro de 2017.



Figura 1: 2º Campeonato Mundial Militar de Vôlei de Praia.



Figura 2: 49º Campeonato Mundial Militar de Natação.



Neste ano de 2018, no prosseguimento de nossa jornada neste ciclo olímpico, o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) sediará os Mundiais Militares de Judô e Taekwondo, contando com diversos apoios das demais Forças, os quais, à semelhança dos mundiais anteriores, extrapolarão o campo puramente esportivo e alcançarão outros segmentos, com destaque para a logística e a comunicação social.

É, oportuno, a propósito, comentar a continuidade e o robustecimento da parceria entre os Ministérios da Defesa e do Esporte. A ajuda financeira para a operacionalização dos Mundiais Militares de Vôlei de Praia e de Natação foi de ordem tal que não apenas cobriu praticamente a totalidade dos gastos realizados, mas também permitiu realizar esses eventos em nível de excelência. Essa parceria também abarca uma ajuda financeira para a manutenção da parcela do legado olímpico colocado sob responsabilidade das Forças Armadas. Uma prova do sucesso desta parceria foi o Mundial Militar de Natação, em que, graças à disponibilidade de uma piscina olímpica no estado da arte, construída na Universidade da Força Aérea como local de treinamento para os Jogos Olímpicos Rio-2016, foram quebrados 25 recordes mundiais militares, quinze deles por nadadores brasileiros.

Discorrendo um pouco mais sobre o esporte militar de alto rendimento, imediatamente concluído o planejamento estratégico para o ciclo 2017-2020, passamos a trabalhar com afinco em nosso primeiro grande compromisso, os VII Jogos Mundiais Militares e, para tanto, foi

elaborado o correspondente projeto, que incorporou as melhores práticas consagradas no mundo da gestão de projetos. A grosso modo, engloba três grandes fases:

- Planejamento, levado a cabo em 2017;
- Preparação, correspondente ao ano de 2018, que consiste basicamente da intensificação do calendário desportivo militar, da capacitação de árbitros, da especificação e aquisição de uniformes e material de treinamento e competição, bem como da definição das equipes das diversas modalidades; e
- Execução, em 2019, que se trata do ajuste final da composição das equipes e da participação propriamente dita da delegação brasileira no evento, a qual incluirá um período de aclimatação de aproximadamente duas semanas no Extremo Oriente.

Para o adequado suporte financeiro ao projeto, logramos a criação de uma nova ação orçamentária para o Departamento, a 15P8, específica para os VII Jogos Mundiais Militares, que alterou significativamente para melhor a realidade orçamentária do Desporto Militar e que, embora ainda situada em patamar inferior ao planejado, já nos permitiu a fundamental intensificação do calendário desportivo e o início do processo de aquisição do material, conforme acima explicado.

Ainda neste diapasão, já recebemos uma sinalização positiva do Ministério do Esporte, que, por meio da Secretaria Nacional de Esporte de Alto Rendimento, deve, uma vez mais, somar forças na viabilização de nossas ações. A propósito, foi incluído um representante do referido Ministério no comitê gestor do projeto.



O Comitê Olímpico Brasileiro (COB), que também tem um representante no aludido comitê, igualmente integrou-se ao projeto e já está aportando vultosas contribuições, principalmente:

- Apoio na compatibilização dos calendários das confederações com o calendário desportivo militar, para a eliminação ou minimização de possíveis conflitos entre eles;
- Acesso ao sofisticado sistema de inteligência esportiva do Comitê, para aprimoramento dos editais de convocação de novos atletas militares;

Possível apoio na qualificação de militares como árbitros internacionais, que devem integrar a comitiva brasileira, aliás uma deficiência observada em nossa participação na edição anterior dos Jogos Mundiais Militares, assim como na mobilização de árbitros civis para completar a delegação; e

- Apoio na viabilização da aclimação das equipes no Extremo Oriente.



**Figura 3:** Complexo Desportivo de Wuhan para os 7º JMM.



**Figura 4:** Participantes brasileiros no 4º Congresso Internacional de Performance Física do Soldado.

No amplo espectro de atuação do Desporto Militar, também é digno de nota o trabalho que vem sendo realizado pelas Comissões de Desportos das Forças na área das ciências do esporte e da capacitação física. Todas elas têm feito consideráveis investimentos na obtenção de equipamentos e na ampliação do grande acervo de conhecimento por parte de seu pessoal. Prova cabal do sucesso nesse campo é o fato de que, no Quarto Congresso Internacional de Performance Física do Soldado (4.<sup>th</sup> International Congress on Soldiers' Physical Performance), receberam destaque 23 trabalhos de dezesseis pesquisadores brasileiros integrantes das três Comissões de Desportos e da sede do CISM.

Há um grande potencial ainda pouco explorado de integração e complementariedade neste campo, que pode favorecer cada vez não apenas o desempenho de nossos atletas militares, mas também a capacitação física dos militares de carreira, inquestionavelmente uma grande contribuição do Desporto Militar à elevação do desempenho de nossos combatentes das três Forças no exercício de sua atividade fim.



## O Desporto Militar e a inclusão social

Na porção do Desporto Militar atinente à inclusão social por meio do esporte, a união de esforços com o Ministério do Esporte igualmente alcança e, na verdade, viabiliza a continuidade e a ampliação do Programa Forças no Esporte, o estimado PROFESP. Neste programa, aparece um terceiro ator igualmente decisivo, o Ministério do Desenvolvimento Social, que oferta os recursos financeiros para a alimentação dos beneficiários. Juntos, estamos iniciando o ano de 2018 com aproximadamente 24.000 beneficiários.

Um grande incremento foi observado na cidade do Rio de Janeiro e seu entorno, graças à inserção do PROFESP no programa de ações emergenciais de caráter social lançado pelo Governo Federal ao final de 2017, como forma de contribuir para o enfrentamento à violência naquela cidade. Foram obtidas da ordem de 2.500 novas vagas, tendo sido metade delas ofertadas por organizações militares da Marinha. A partir de então, a Secretaria Nacional da Juventude, vinculada à Secretaria de Governo da Presidência da República, também se associou ao PROFESP, inicialmente contribuindo na expansão do programa no Rio de Janeiro e já se encaminhando para transformar-se em participante permanente, em âmbito nacional.



**Figura 5:** Alunos do PROFESP participam de Competição de Orientação.



**Figura 6:** Abertura do PROFESP-2018 no contexto do Programa Emergencial de Ações Sociais para o Rio.



**Figura 7:** Lançamento do projeto PROFESP-NAVEGAR no CIASC.



Com a cessão, pelo Ministério do Esporte, de meios outrora pertencentes ao Projeto Navegar, foi possível iniciar o projeto PROFESP-NAVEGAR, que possibilitará a crianças e jovens do PROFESP em diversas partes do Brasil a prática de esportes náuticos em veleiros da classe “Optimist”, canoas e caiaques, bem como outras embarcações que vierem a ser disponibilizadas. A iniciativa conta com o apoio do Instituto Rumo Náutico (Projeto Grael), fundado em 1998, além de receber apoio voluntário do próprio velejador e eminente esportista Lars Grael.

Falando um pouco mais sobre o PROFESP, iniciativas voltadas à revelação de potenciais talentos esportivos têm sido muito apoiadas, sem prejuízo ao caráter eminentemente social do empreendimento, até porque a transformação de um jovem adolescente em um atleta de alto rendimento, apto a participar das mais difíceis competições no Brasil e no exterior, fazendo disto um meio de vida, ao menos durante uma fase dela, é, igualmente, uma forma de resgate social.



**Figura 8:** 3ºSG – RM2 – EP EMILY ROSA – Atleta de LPO da Marinha do Brasil, oriunda do PROFESP, sagrou-se Campeã do Brasileiro Sub-20 em 2017.

Neste campo, o CEFAN vem obtendo resultados extraordinários em algumas modalidades, com destaque para o levantamento de peso olímpico (LPO), o *wrestling* e o atletismo, tendo se transformado em uma verdadeira forja de campeões para o país. É um modelo que, oportunamente, poderá ser replicado nos centros desportivos do Exército e da Aeronáutica.



**Figura 9:** Protocolo de revelação de talentos esportivos, desenvolvido pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Também no contexto da parceria com o Ministério do Esporte, foi desenvolvido, pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, um protocolo de revelação de talentos esportivos, mediante o uso de testes simples de medição de valências físicas. O kit de equipamentos para a aplicação dos testes já foi distribuído para a maioria das organizações militares participantes do PROFESP, as quais se encontram em fase de execução das avaliações e compilação dos dados. Se

eficaz, este empreendimento poderá contribuir para a identificação de potenciais talentos ainda em fase tenra de sua vida, aumentando consideravelmente a probabilidade de sua transformação em atletas de alto rendimento.

Ainda sobre o caráter eminentemente social do PROFESP, o DDM está buscando a materialização de parcerias para encaminhamento dos jovens beneficiários que estejam se aproximando da maioria para outras iniciativas, conduzidas por diferentes entidades, com o objetivo de ofertar-lhes oportunidades valiosas para sua vida adulta, como, por exemplo, cursos profissionalizantes e inclusão em bancos de dados para empregos e estágios em empresas associadas. Neste campo específico, já restou evidente que os valores de retidão e cidadania cultuados pelo PROFESP e tão arraigados em seus participantes começa a despertar interesse e representar vantagem competitiva na busca por posições no mercado de trabalho.

É oportuno, neste ponto, atualizar o leitor a respeito de outro programa de cunho social gerenciado pelo DDM, o Programa João do Pulo. Idealizado com a finalidade de melhorar a qualidade de vida de militares que tenham adquirido deficiências físicas resultantes de acidentes ou enfermidades, foi verificado que o número de beneficiários ainda é muito modesto e não apresenta tendência a incremento, possivelmente devido à boa observância das regras de segurança nas atividades militares de forma geral, à diminuição progressiva dos índices de acidentes de trânsito no país e à higidez física de nosso pessoal, cobrada em todos os processos de incorporação e bem mantida ao longo da carreira.



**Figura 10:** Ricardo Costa (militar reformado do Exército).

Isto posto, pretende-se ampliar o programa mediante uma nova parceria com o Ministério do Esporte, de forma a incluir beneficiários civis, quiçá em apoio ao paradesporto. De qualquer forma, o departamento considera estratégica a continuidade do empreendimento, pois, na eventualidade do envolvimento do Brasil em um conflito armado de alta intensidade, o Programa João do Pulo adquirirá especial relevância.

## O esporte escolar militar

O sucesso de todos os empreendimentos acima descritos poderia resultar em um efeito colateral adverso, que seria uma possível diminuição de nossa atenção ao esporte escolar militar. Felizmente, nos é muito clara a visão de que essa vertente do Desporto Militar tem sua importância intrínseca e inalienável como componente fundamental do processo de formação de nossos militares de carreira, justamente na construção de valores que os acompanharão durante todo seu tempo de serviço ativo e além dele. Isto sem olvidar-nos do fato de que essa vertente antecede as outras que terminaram por adquirir maior notoriedade mais recentemente, estando, inclusive, muito ligada às próprias origens da Comissão Desportiva Militar do Brasil. Não seria nem justo nem inteligente relegá-la a um segundo plano.



Neste segmento específico, foi possível, uma vez mais, contar com uma contribuição bastante substancial do Ministério do Esporte no equacionamento financeiro de nossas principais competições escolares, a saber: a NAVAMAER, a NAE, a MAREXAER, os Jogos da Amizade entre os Colégios Militares e a Olimpíada das Escolas de Aprendizes Marinheiros, aporte tal que elevou em grande medida o padrão de sua execução, tanto em termos técnicos quanto logísticos.

## Em busca de apoio ao Desporto Militar

Já próximo de esgotar o conteúdo que havia planejado oferecer ao prezado leitor, gostaria de mencionar que o Desporto Militar vem, a cada dia, angariando novos admiradores e apoiadores nos vários segmentos de nossa sociedade, merecendo destaque a mídia esportiva especializada e os parlamentares. No concernente ao primeiro segmento, o PAAR hoje é

profundamente respeitado e se tornou alvo frequente de elogios e manifestações em prol de sua continuidade e robustecimento.

Quanto ao segundo espaço, é digno de nota o crescente apoio que o Desporto Militar vem recebendo de diversos parlamentares, que reconhecem a importância de nossas contribuições e, não raro, oferecem importantes emendas parlamentares, principalmente para o PROFESP, o que é natural, dada a natureza social do programa. Mais ainda: o Departamento tem trabalhado incansavelmente para que se proceda a uma alteração na Lei n.º 9.615 de 24 de março de 1998, mais conhecida como “Lei Pelé”, assegurando ao Desporto Militar o acesso a um pequeno percentual da arrecadação das loterias, à semelhança do que ocorre com outras entidades esportivas nacionais, o que nos colocará em outro patamar de disponibilidade de recursos financeiros, justamente para o fortalecimento de um conjunto de iniciativas que têm ofertado decisivas contribuições ao esporte nacional, da base ao alto rendimento.



**Figura 11:** Atletas das Forças participando da Abertura da 51ª NAVAMAER, ocorrida na Escola Naval em 2017.



## Conclusão

Abusando da paciência do leitor apenas para dar os traços finais ao presente artigo, cabe ressaltar, primeiramente, que, talvez, a maior vitória do Desporto Militar após o ciclo olímpico que se encerrou e ao início do atual tenham sido a capacidade de manter uma trajetória evolutiva segura e de salvaguardar-se da perda de prioridade, da redução da disponibilidade de recursos e das críticas que atingiram diversos outros ramos do esporte nacional.

Nossos principais programas se consolidaram e, conforme já explicitado, hoje são casos de sucesso a serem preservados e mesmo servir de exemplo para outros atores.

A propósito, a elaboração de um projeto realista para os VII Jogos Mundiais Militares, com duração de três anos, nos tem permitido lograr sua aprovação por nossos principais parceiros e diluir os compromissos financeiros dele derivados, o que tem contribuído de modo marcante para sua gestão.

Um aspecto que certamente é merecedor de grande destaque e enaltecimento é o trabalho incansável, profissional e cada vez mais harmônico e integrado das três Comissões de Desportos das Forças. Se tivesse que apontar um dos fatores críticos de sucesso para o Desporto Militar, eu, indubitavelmente, invocaria este ponto em particular.

Por fim, cumpre ressaltar que muito do que se alcançou se deve a uma certa “mudança de postura” na forma como são conduzidas as diversas frentes de ação no âmbito do Desporto Militar. É muito natural e compreensível a estratificação das atividades em áreas distintas, como, por

exemplo, alto rendimento, escolar militar e inclusão social. A própria idiossincrasia militar favorece tal segmentação. Mas o rompimento desta estanqueidade tem sido muito proveitoso, até porque, no presente momento, um dos mais severos problemas a estorvar o desenvolvimento do esporte no Brasil é a falta de boas “pontes” entre a base e o alto rendimento.

Afinal de contas, o objetivo maior do esporte nacional não é apenas frequentar pódios, mas a melhoria da saúde, da autoestima, da qualidade de vida e da produtividade de nossa população. Todavia, é fundamental termos, sim, as grandes estrelas do alto rendimento, suas medalhas e seus troféus, pois eles funcionam como verdadeiras “locomotivas” neste processo de disseminação da prática esportiva e da educação física.

Dando um sentido prático a este pensamento, constatamos que nossos aliados, se não aparecem atraídos pela inclusão social, aparecem motivados pelo alto rendimento. De qualquer forma, sempre fazemos questão de lhes apresentar a parte inicialmente desconhecida e, quase que invariavelmente, também se interessam e terminam por se envolver, prestigiar e apoiar o Desporto Militar como um todo.

Assim, seguimos em frente, com a certeza de que o Desporto Militar continuará aportando grandes benefícios ao desenvolvimento do esporte no Brasil e, embora não sendo parte das atividades finalísticas de nossas Forças, também prosseguirá oferecendo-lhes saúde, operacionalidade e prestígio perante a sociedade que lhes cabe defender.

Amizade através do Esporte!

**ADSUMUS!**



General de Exército Augusto  
Heleno Ribeiro Pereira  
Diretor do Comitê Olímpico  
do Brasil

General Augusto Heleno,  
Acervo Estadão  
Foto: Fátima Meira



## O Instituto Olímpico Brasileiro e as Forças Armadas

A criação do Instituto Olímpico Brasileiro (IOB), iniciativa do então presidente do Comitê Olímpico do Brasil (COB), Carlos Arthur Nuzman, atendeu a um diagnóstico abrangente sobre o esporte de alto rendimento no País.

Três aspectos foram considerados críticos na estrutura das confederações olímpicas: a gestão desportiva, a formação de treinadores e o apoio aos atletas.

A partir dessa constatação, uma equipe de colaboradores e docentes, qualificados, muito bem liderada pela ex-ginasta Soraya Carvalho, se debruçou na tarefa de modificar o panorama das deficiências identificadas.

Após cuidadoso planejamento, o IOB passou a conduzir, inspirado por experiências bem-sucedidas no plano internacional e financiado pela Lei Agnelo Piva, os seguintes instrumentos de educação:



- vários cursos de gestão, presenciais e a distância, o mais completo deles com a duração de treze meses. Mais de quinhentos gestores foram formados e a maioria foi aproveitada em órgãos esportivos;
- um curso de dois anos para treinadores, todos professores de educação física, com experiência anterior na modalidade, pautado em atividades presenciais e à distância. Dele participaram, como alunos, vários treinadores olímpicos, medalhistas, pela oportunidade de atualizar e trocar conhecimentos, em um denso programa de ensino a distância e presencial, realizado nos principais centros de treinamento nacionais, além de estágios internacionais, conduzidos por renomados professores medalhistas olímpicos. A Academia Brasileira de Treinadores (ABT) acaba de diplomar sua terceira turma. Atletismo, natação, ginástica artística, judô, taekwondo, lutas, remo, ciclismo e canoagem já foram contemplados;
- um programa de carreira do atleta, voltado, inicialmente, para participantes de jogos pan-americanos e olímpicos, em fase de transição da rotina esportiva para o mercado de trabalho. Orientados por um *coach* de qualidade incontestável, ídolos do esporte assistem palestras, planejam seu futuro, recebem educação financeira, trocam experiências, traçam planos e vários iniciam uma nova atividade profissional.

Para intensificar ainda mais o intercâmbio entre instituições esportivas civis e militares e, também, para retribuir a inestimável cooperação das Forças Armadas com o esporte de alto rendimento, os cursos do IOB foram franqueados aos militares da Marinha, Exército e Aeronáutica, em igualdade de condições com os demais participantes, ou seja, sem qualquer tipo de ônus.

Essa integração com o programa olímpico das três Forças, além de estender aos esportistas militares as vantagens intrínsecas dos cursos, permitiu uma intensa troca de conhecimentos entre profissionais que

atuam em áreas em muito semelhantes e ignoram as peculiaridades de seus parceiros.

Tenho certeza de que essa rede de profissionais de alto nível divulgará os conhecimentos adquiridos para todas as regiões do país e o esporte brasileiro, no futuro, mostrará os resultados desse esforço na área educacional que nenhuma outra entidade, a não ser o COB, por intermédio do IOB, teria condições estruturais, humanas e financeiras de realizar.

**ADSUMUS! SELVA!**

**BRASIL ACIMA DE TUDO.**



Domício Proença Filho,  
professor e escritor  
Presidente da Academia  
Brasileira de Letras

# A importância dos projetos sociais desenvolvidos em parceria pela Academia Brasileira de Letras e a Marinha do Brasil

Talvez seja do conhecimento de poucos, mas é antiga a vinculação entre a Academia Brasileira de Letras e a Marinha do Brasil.

Trata-se de uma aproximação que vem desde os mandatos do presidente Austregésilo de Athayde. Era frequente a sua participação nas solenidades do Corpo

de Fuzileiros Navais (CFN) e, para além, nas atividades da Escola Naval.

Estreita-se emocional e civicamente a partir da relação da Acadêmica Rachel de Queiroz, com o CFN, de que era admiradora entusiasmada. Lembre-nos a crônica antológica e memorável em que sintetiza





e consagra a relevância de sua significação para a sociedade brasileira.

A tal ponto se evidencia essa estreita aproximação, que a escritora e acadêmica não apenas foi considerada Madrinha da Corporação, como teve seu nome no quartel da Marinha no Haiti, no âmbito da MINUSTAH.

Há, entretanto, outra faceta que aproxima as duas instituições. Abrigada nas dobras do discreto. Esta se configura nas instâncias da função social e da ação cultural. É nesses espaços que se situa a parceria que a irmana à Academia Brasileira de Letras. Firmada protocolarmente. Em várias instâncias.

É ainda Rachel de Queiroz que nomeia a primeira delas, numa inspirada iniciativa do Almirante de Esquadra Álvaro Augusto Monteiro, então Comandante Geral do CFN, logo recebida com entusiasmo pelo Presidente da Casa de Machado de Assis, Acadêmico Cícero Sandroni: a criação, em 2008, do “Prêmio ABL – Rachel de Queiroz – Bicentenário do Corpo de Fuzileiros Navais”, culminância de concurso centrado na realização de ensaio ou dissertação sobre aspectos da história da Corporação. Público-alvo: estudantes de ensino médio e superior.

Paralelamente ao caráter celebratório, a premiação envolvia outros objetivos:



mobilizar o estímulo à pesquisa e à expressão escrita em língua portuguesa; contribuir para o conhecimento, entre os jovens, da significação e da importância do Corpo de Fuzileiros Navais para o país e, por extensão, o papel da Marinha do Brasil na garantia da segurança, da soberania e da estabilidade da pátria, na atuação nas missões de paz no exterior; contribuir para o estímulo de vocações para a carreira militar, em especial nos espaços do Corpo de Fuzileiros.

O concurso, foi lançado com excelente receptividade. De tal forma que ultrapassou o caráter comemorativo e ganhou novas configurações, ao longo de sua concretização, que se estende até a atualidade.

Durante esse tempo, tem sido objeto de avaliação permanente. Teve o regulamento gradativamente aperfeiçoado. Passou a privilegiar a crônica e a destinar-se aos estudantes da rede pública e particular do Estado do Rio de Janeiro, a partir da oitava série do ensino fundamental. Com realização bienal. Mobilizou centenas de participantes, com resultados auspiciosos.

A segunda instância da coparticipação emerge de um Protocolo de Intenções, firmado pela ABL, ao tempo presidida pelo autor destas linhas, com o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes, o CEFAN, por proposta do Contra-Almirante Carlos Chagas, então no Comando daquela Instituição militar, e que tem continuidade no Comando do Contra-Almirante Pedro Luiz Gueiros Taulois. A ação prevista vincula-se ao Programa Forças no Esporte, PROFESP, mais um exemplo da bem-sucedida ação comunitária da Marinha do Brasil, integrada a outras instituições civis e militares.

Nos objetivos primeiros, destaca-se a inclusão social pelo esporte de jovens

moradores de comunidades próximas do Centro e a contribuição para a formação cultural, moral e ética dos participantes. Ainda uma vez, congregam-se o CFN e a ABL no desenvolvimento da função social que se propõem desenvolver. A presença da Academia agrega ao Projeto a ação estimuladora do hábito da leitura e o convívio com a literatura e sua relevância para o conhecimento de cada um e do mundo, o conhecimento dos outros e da nossa relação com os outros e com o mundo, e para a assunção da cidadania.

A terceira aliança envolve um Acordo de Cooperação Mútua firmado com o Centro de Instrução Almirante Sylvio de Camargo. O documento que a regula prevê a participação de integrantes da Academia Brasileira de Letras por intermédio de palestras periódicas destinadas ao Corpo de Alunos nuclearizadas em aspectos da língua portuguesa do Brasil, da literatura, da cultura e da vida brasileiras, no âmbito dos espaços de interesse do Centro.

Assim aliadas, as duas instituições associam objetivos comuns nas citadas áreas da função social que se propõem.

A Academia Brasileira de Letras amplia os espaços de suas atividades centradas na língua e na literatura nacional, cláusula pétreia do Estatuto que a rege e, por extensão, na cultura brasileira. O Corpo de Fuzileiros Navais expande o âmbito de sua ação junto à comunidade para além dos objetivos primeiros da Corporação: na direção da cidadania, desenvolve projetos vinculados à inclusão social, por intermédio de manifestações culturais e do esporte. Por outro lado, atua na direção da conscientização comunitária do papel e da alta significação da Marinha do Brasil.



Rogério Sampaio Cardoso,  
Campeão olímpico de judô nos  
Jogos de Barcelona-1992 e  
Secretário Nacional de Esporte de  
Alto Rendimento do Ministério do  
Esporte



## As Forças Armadas e o Esporte Brasileiro



Após a realização dos Jogos Pan-Americanos de 2007, no Rio de Janeiro, o ano de 2011 inaugurou, com os Jogos Mundiais Militares, também disputados na capital fluminense, o ciclo dos megaeventos esportivos no Brasil.

No rastro dos Jogos Mundiais Militares, nosso país sediou a Copa das Confederações, em 2013, a Copa do Mundo FIFA 2014 e as Olimpíadas e Paralimpíadas de Verão, em 2016. Esse ciclo, que reuniu em um só país e em um curtíssimo intervalo as mais importantes competições esportivas do planeta, deixou diversas lições e trouxe inúmeros legados.

Uma das principais heranças dos Jogos Mundiais Militares de 2011 foi que a competição atuou como catalisador de um processo que fez com que o destino das Forças Armadas do Brasil se encontrasse com o de vários atletas de elite.

Pela primeira vez, um país do continente americano receberia os Jogos

Mundiais Militares, que trouxeram ao Rio de Janeiro representantes de quase 100 nações. As Forças Armadas perceberam que toda a estrutura do desporto militar e a parceria com nossos atletas do alto rendimento renderia frutos não somente para a competição militar, mas para os Jogos Rio 2016, que seriam realizados dali a cinco anos.

Nas quadras, campos, piscinas, ginásios e nos tatames, os atletas brasileiros corresponderam às expectativas nos Jogos Mundiais Militares e o resultado foi o primeiro lugar no quadro geral de medalhas. Foram 114 pódios no total: 45 ouros, 33 pratas e 36 bronzes.

O sucesso em 2011 reforçou junto à Comissão Desportiva Militar do Brasil (CDMB) a percepção de que as Forças Armadas tinham muito o que contribuir na preparação do país para os Jogos Rio 2016. E, como se confirmou mais tarde, essa parceria foi, de fato, fundamental.



As Forças Armadas mantiveram o apoio aos atletas na preparação visando aos Jogos do Rio. Nossas estrelas seguiram vestindo as fardas do Exército, da Marinha e da Aeronáutica e assim competiram nas Olimpíadas de Londres 2012, nos Jogos Sul-Americanos de Santiago 2013, nos Jogos Pan-Americanos de Toronto 2015 e, finalmente, no objetivo máximo: os Jogos Olímpicos de 2016.

No Rio de Janeiro, o número de atletas militares brasileiros foi o maior da história em Jogos Olímpicos. Superando suas próprias metas, o Ministério da Defesa classificou 145 dos 465 atletas da delegação nacional. Como base de comparação, dos 259 atletas do Brasil nos Jogos Olímpicos de Londres 2012, cinquenta e um eram militares.

Além do vínculo criado entre as Forças Armadas e os atletas do alto rendimento — uma relação em que os atletas puderam fortalecer ainda mais seus próprios conceitos de disciplina, de determinação em busca de um objetivo e do trabalho em equipe —, o ciclo dos megaeventos esportivos no Brasil representou um ganho estrutural nas instalações militares do país. Isso abriu as portas para que novos centros de treinamento fossem incorporados à rede utilizada na preparação dos atletas de alto rendimento no país.

Por meio de uma parceria com o Ministério do Esporte, diversos centros militares passaram por amplas reformas e receberam equipamentos de última geração para servirem de base de treinamento nos períodos de aclimação tanto da Copa do Mundo 2014 quanto dos Jogos Rio 2016.

No Rio de Janeiro, o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN),

o Centro de Capacitação Física do Exército (CCFEx), e a Universidade da Força Aérea (UNIFA), por exemplo, são hoje três importantes centros de treinamento para diversas confederações brasileiras na preparação de diversos atletas para as principais competições mundiais.

Outro ponto que vale ser destacado é o intercâmbio dos profissionais envolvidos no treinamento de nossos atletas do alto rendimento. Com a parceria com as Forças Armadas, eles passaram a contar com uma nova equipe multidisciplinar altamente gabaritada, composta por médicos, nutricionistas e psicólogos das Forças Armadas. Juntos, esse time trabalha para que nossas estrelas possam atingir o ápice de suas qualidades físicas e psicológicas nos eventos esportivos de primeira linha.

Com as lições deixadas pelos megaeventos esportivos, o Brasil vislumbra um futuro grandioso no cenário mundial. Mas esse avanço só será possível na medida em que os diversos setores que hoje compõem o cenário do esporte brasileiro atuem em sinergia. E aí estão incluídos o Ministério do Esporte, as Forças Armadas, o Comitê Olímpico do Brasil, o Comitê Paralímpico Brasileiro, a Confederação Brasileira do Desporto Universitário, o Comitê Brasileiro de Clubes, as confederações e as várias entidades que atuam no país.

Com as Forças Armadas, o esporte brasileiro tem hoje, mais do que nunca, um aliado de peso em todos os sentidos. E, assim como foi no Rio de Janeiro, nossos atletas têm muito a ganhar com essa parceria para os próximos ciclos olímpicos. Que venham os Jogos Mundiais Militares de 2019 e, depois, os Jogos Olímpicos de Tóquio 2020!





Primeiro-Tenente (RM2-T)  
Vanesca Queiroga Soares

Assessora de Comunicação Social  
do CEFAN e da CDM

# Lars Graael, campeão na vida e parceiro da Marinha do Brasil

O velejador brasileiro Lars Schmidt Graael é um grande vencedor e um exemplo de vida. Após conquistar diversos títulos nacionais e internacionais em sua modalidade esportiva, participar de Olimpíadas e ganhar medalhas, sofreu um revés em sua caminhada que geralmente faria com que muitas pessoas saíssem de cena. Mas o velejador, como todo atleta de alto-rendimento, conseguiu forças para superar a adversidade e hoje continua competindo e motivando pessoas de diversas idades, esportistas ou não. Não foi à toa que ele foi escolhido para levar a Chama Olímpica, de Niterói até o Rio de Janeiro, durante os Jogos Olímpicos Rio 2016.

Filho de uma família com grande tradição na vela, Lars Graael desde muito cedo conviveu com o esporte e viu seu avô, sua mãe e seus tios conquistarem títulos. Depois, acompanhou e participou do sucesso de seu irmão Torben e mais recentemente de sua sobrinha Martine Graael, Terceiro Sargento da Marinha do Brasil (MB) e integrante do Programa Olímpico da Marinha (PROLIM), que junto com a parceira, a Terceiro Sargento Kahena Kunze, conquistaram a medalha de ouro nos Jogos Olímpicos Rio 2016.

As medalhas olímpicas se tornaram uma tradição na família Graael. Além da sobrinha,



**Figura 1:** Projeto Graael.

seu irmão, Torben, foi prata em 1984, em Los Angeles; bronze, em 1988, em Seul; ouro em Atlanta, em 1996; bronze em Sidney, em 2000; e ouro em Atenas, em 2004. Lars Graael também faz parte deste panteão olímpico com dois bronzes: um em Seul e outro em Atlanta. Antes, sua mãe e seus tios também conquistaram grandes títulos para o Brasil.

Em setembro de 1998, no auge de seu desempenho, Lars Graael sofreu um acidente que poderia ter acabado com sua carreira. Uma lancha invadiu a área onde o atleta

participava de uma competição e bateu em seu barco, atingindo-o. Por causa deste acidente, Lars Grael teve que amputar sua perna direita. Deixou a carreira de atleta por algum tempo, mas retornou em grande estilo, vencendo desafios ainda maiores do que uma pessoa com necessidades especiais enfrenta diariamente. Hoje participa de competições nacionais e internacionais, trazendo mais títulos para o nosso país.

Antes de retornar aos mares e competir novamente na vela, Lars Grael recebeu vários convites para assumir cargos de gestão esportiva. Foi quando começou a fazer a diferença também neste setor. Foi Secretário Nacional do Esporte (2001) e Secretário Estadual do Esporte em São Paulo (2003-2006). E foi além. Em 1998, ano de seu acidente, criou uma iniciativa que mudou a vida de muitas crianças e adolescentes de comunidades de Niterói, no Rio de Janeiro, advindas da rede pública de ensino. Nascia assim o Projeto Grael, que tinha o grande desafio de democratizar a vela, um esporte considerado por muitos como de elite.

Sua ligação com a MB vai além do fato de praticar um esporte predominantemente náutico. Por sua atuação em prol do esporte nacional, já foi homenageado com a medalha Mérito Desportivo Militar, em 2008. Além disso, seu filho, Nicholas Grael, é Terceiro Sargento da MB, assim como sua sobrinha Martine, mencionada anteriormente. O atual parceiro de Lars Grael em competições, Samuel Gonçalves, também é sargento da MB. Todos eles fazem parte do PROLIM.

Hoje Lars Grael atua em diversas frentes. Compete, cuida de seu projeto social, faz palestras motivacionais e está sempre preocupado com o futuro do esporte — não



Figura 2: Palestra motivacional.

apenas a vela — no Brasil. Abaixo, o atleta fala um pouco sobre sua vida, sua atuação pelo esporte e sua relação com a MB.

### **Revista Podium: Como você começou na vela? É verdade que sua família vem de uma grande tradição de velejadores?**

*Lars Grael:* É verdade. Eu comecei na vela por influência da minha família, do lado materno. Meu avô que era dinamarquês, foi Cavaleiro da Guarda Real Dinamarquesa, praticante de hipismo. Mas como todo bom dinamarquês, tinha uma maritimidade muito grande. Chegou ao Brasil como engenheiro de uma empresa, chamada Christiani Nielsen, para fazer uma ponte em Cabo Frio. Aquela ponte antiga que cruza o canal de Cabo Frio. Ele foi o engenheiro responsável de 1924 até a ponte ficar pronta. E ele, então, trouxe a cultura da vela dinamarquesa. Foi um dos precursores da vela de competição na Baía de Guanabara, sócio do Rio Sailing Club, atual Rio Yatch Clube. Os filhos dele, minha tia Margareth, minha mãe Ingrid, meus tios Axel e Erick — foram os primeiros campeões mundiais da vela brasileira. Foram tricampeões mundiais na classe *Snipe* nos anos 1960. Medalhistas de ouro e prata nos Jogos



Panamericanos e representaram o Brasil em dois Jogos Olímpicos: os jogos do México, em 1968, na classe Star, e os Jogos de Munique, em 1972, na classe *Soling*.

**R.P.: Você ainda compete?**

*L.G.:* Positivo. Na minha carreira, até o acidente em 1998, eu conquistei duas medalhas olímpicas na Classe Tornado (1988, Seul, e 1996, Atlanta). Tinha participado de quatro Olimpíadas, até então, e fui campeão mundial de vela na classe *Snipe* como proeiro do meu irmão Torben Grael, em 1983, em Portugal. Isto destacando os principais títulos. Mas após o acidente eu voltei a velejar motivado pelo meu irmão Torben. Voltei a velejar na classe Star e na classe Oceano. Foi na classe Star que eu acumulei os principais resultados. Fui campeão mundial em 2015, quatro vezes campeão sul-americano, duas vezes campeão do hemisfério ocidental, sendo uma no mês de abril de 2018, em Miami, nos Estados Unidos. Fui vice-campeão norte-americano, dentre outros títulos.

Já acumulo vinte e quatro títulos nacionais e onze títulos continentais. E ainda fui vice-campeão mundial na classe doze metros, vice-campeão mundial na classe Oceano barcos de grande porte. Ou seja, continuo ativamente competindo, superando a dificuldade da minha deficiência física, mas tentando fazer o meu melhor para inspirar gerações que possam ter a mesma paixão que nós temos pelo esporte da vela.

**R.P.: Quais suas atividades em prol da vela atualmente?**

*L.G.:* Recentemente eu fui comodoro da Associação Brasileira de Veleiros de Oceano (ABVO), numa gestão de recuperação de uma entidade importante para a promoção da Vela de Oceano no Brasil, fundada em 1955. Hoje, o atual comodoro é o Almirante Adalberto Casaes, a quem dou apoio pleno. Apoio sempre com ideias, sugestões e conselhos a Confederação Brasileira de Vela (CBVela), presidida pelo Marco Aurélio Sá Ribeiro. E sou atual vice-presidente da

**Figura 3:** Lars Grael e 3º SG-RM2-EP Samuel Gonçalves.



*International Star Class Yatch Racing Association*, Associação Internacional da Classe Star, do qual fui presidente por quatro anos, até dezembro passado. Hoje eu sou o vice-presidente, ajudando na promoção internacional da mais tradicional classe de vela. Mais importante do que isso, nós criamos há vinte anos exatamente, o Projeto Grael, escola de vela com o objetivo de democratizar o esporte, com meus irmãos Torben, Axel, com o Marcelo Ferreira, entre outros. Foi um sonho de vinte anos realizado. Hoje é o Instituto Rumo Náutico que goza de reputação, apoio do Criança Esperança da Globo, com núcleos que nós capacitamos em outras regiões do país. É um orgulho ter um projeto que é uma referência no setor de inclusão social através do esporte.

**R.P.: Após o acidente, você se tornou um exemplo ainda maior, não só para o público em geral e os atletas olímpicos, mas também para os atletas paralímpicos. Como**

**você se sente sendo esta referência de superação para todos no esporte e na vida?**

*L.G.:* Eu sinto como uma carga de responsabilidade. Uma responsabilidade positiva. Quando estive entre a vida e a morte após o acidente, busquei referências. Pessoas que passaram por situações semelhantes foram fundamentais para a minha recuperação. Alguns foram voluntariamente ao meu encontro ainda no hospital, outros já na minha residência em Niterói. Eu sinto que, mesmo velejando em modalidades olímpicas contra atletas considerados “normais”, eu posso gerar a inspiração de superação para muitos, assim como para o paradesporto. Eu tenho profunda admiração pelo esporte paralímpico. Dos cargos de gestão esportiva que ocupei, sempre dei ênfase, relevância, equidade e importância ao desporto paralímpico. Ele não é menos importante do que o esporte olímpico no Brasil e no plano internacional.

Figura 4: Participação em regatas.



**R.P.: Qual sua relação com a Marinha do Brasil?**

*L.G.:* Relação de admiração, respeito e orgulho. Eu sou filho de militar, mas militar do Exército. Meu pai, o Coronel Dixon Grael, da Artilharia, paraquedista, foi um homem com uma participação firme na vida pública brasileira. Era apaixonado pelos esportes e conduziu a Comissão Desportiva Militar Brasileira. Mas nós somos de mar. Então, a relação com a Marinha é uma relação natural. Tenho muitos amigos de Marinha, velejadores. As comendas recebidas pela Escola Naval. As inúmeras palestras que eu proferi para os Fuzileiros Navais em vários locais, para a Escola Naval, para o Colégio Naval, para o Simpósio Nacional de Segurança de Navegação Amadora, alguns exemplos. Fui sócio do Clube Naval de Brasília durante um período. Minha relação com a Marinha é de defesa. É de dar relevância à Marinha do Brasil. Tenho grandes amigos na Marinha: Almirante Ilques, na reserva, Almirante Casaes, Almirante Palmer, Almirante Gamboa, Almirante Afonso Barbosa, com quem tive uma relação profissional muito próxima, o Comandante Pedro Vasconcelos, o Comandante Montes, que hoje é o presidente do Instituto Rumo Náutico do Projeto Grael, citando alguns exemplos. Poderia citar vários outros. Tenho orgulho de ter recebido a medalha Mérito Tamandaré, em 1996, a medalha do Mérito Naval da Marinha do Brasil. E essa relação é uma relação constante. O apoio da Marinha ao esporte brasileiro, que eu pude inspirar e influenciar. Hoje eu acompanho com muita admiração o trabalho feito pelo Centro de Educação Física

Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), o exemplo da Comissão de Desporto da Marinha (CDM), hoje sob o comando do Almirante Taulois, fazendo uma excelente gestão.

**R.P.: Você recebeu a Medalha Mérito Desportivo Militar, uma grande honraria oferecida pelo Ministério da Defesa a todos aqueles que têm uma importante ligação com o esporte. Quando foi que recebeu a medalha e como se sentiu?**

*L.G.:* Foi em 2008. Recebi das mãos do então Ministro da Defesa, a quem tenho muita admiração, Ministro Nelson Jobim. Eu acho que por tudo o que eu pude fazer apoiando a Comissão Desportiva Militar do Brasil, tendo inspirado, criado, o Programa Forças no Esporte (PROFESP) e a sua derivação, o Programa Olímpico, PROLIM. Quando fui Secretário Nacional de Esportes dei muita ênfase ao desporto militar. Eu acho que naquele momento houve uma virada de jogo. O esporte militar saiu do subterrâneo do esporte brasileiro para ganhar visibilidade, admiração, respeito e um espírito patriótico que é fundamental. Hoje necessário em todo o país.

**R.P.: O que significa o apoio das Forças Armadas, principalmente da Marinha do Brasil, ao esporte nacional?**

*L.G.:* É um apoio fundamental. As Forças Armadas possuem um dos maiores e melhores parques desportivos do Brasil, nas suas academias de formação de oficiais, nas escolas preparatórias, nas unidades militares. Infraestrutura esportiva que é gerada sobretudo para a preparação do soldado, mas que nós sabemos que tem um espaço



de tempo ocioso, cujo aproveitamento é fundamental. As Forças Armadas se aproximaram da comunidade, da sociedade, mostrando uma mão amiga. Então este programa é um programa fundamental. A Marinha, sobretudo dando prioridade aos esportes que tem vocação para o espírito marinho, dentre eles, destaca-se a vela. É um programa muito importante porque dá suporte ao atleta, traz o atleta para dentro da disciplina e da estrutura militar, traz uma visão de patriotismo, dá um suporte na área médico-hospitalar, à preparação esportiva no aspecto técnico e dá um espírito patriótico que pode muitas vezes não parecer, mas pode fazer a diferença no resultado de um atleta com esse engajamento da Marinha do Brasil no esporte nacional. É de suma importância para o esporte nacional e para a imagem da Marinha.

**R.P.: Você tem um filho (3º SG-RM2-EP Nicholas Grael) e uma sobrinha (3º SG-RM2-EP Martine Grael) que são atletas do Programa Olímpico da Marinha (PROLIM). Como isso ajuda no treinamento deles?**

*L.G.:* Ajuda em vários aspectos. Primeiro que na preparação do atleta, do cidadão para ingressar na Marinha, ele passa pela doutrina militar, noções básicas. Para ambos isto fez a diferença. Cito ainda que não apenas o meu filho Nicholas e minha sobrinha Martine, mas o Samuel Gonçalves, meu proeiro na Classe Star, oriundo do Projeto Grael, também é Terceiro Sargento. Observo que os três ganharam muito como cidadãos. Ganharam na parte dos valores que receberam da Marinha. Valores éticos, cívicos, patrióticos, valores morais que são

fundamentais para o cidadão e para o atleta, que recebe também um soldo que ajuda na preparação, para ele saber que tem aquele apoio, aquele custeio no final do mês que permite que possa viver dedicando-se ao esporte e podendo representar o Brasil no plano internacional. Martine já é uma realidade: campeã olímpica, campeã mundial, eleita a melhor atleta do Brasil e a primeira mulher a participar da Regata Volta ao Mundo Volvo Ocean Race. Meu filho Nicholas, começando a sua vida esportiva, já foi campeão brasileiro e sul-americano juvenil na classe *Snipe*, velejando hoje também na classe 49, classe olímpica, sonhando com um futuro olímpico. Se lhe for permitido, quem sabe chegar lá. Mas, pelo menos, ele está tentando firmemente, participando também na vela de Oceano. E o Samuel Gonçalves, que é um fenômeno vindo do Projeto Grael e hoje já é campeão mundial, campeão do hemisfério ocidental, campeão sul-americano. Atual vice-campeão mundial na classe Star, meu parceiro de vela.

**R.P.: O PROLIM tem como objetivo incrementar o esporte de alto rendimento no nosso país. Na sua opinião, no que esta iniciativa da Marinha do Brasil consegue ajudar o desporto nacional?**

*L.G.:* O PROLIM é muito importante para o esporte brasileiro, para o esporte de alto rendimento. Basta ver que atletas da Marinha de várias modalidades, como judô, vôlei de praia, canoagem, vela, citando alguns exemplos, são a elite da equipe olímpica brasileira. Tanto os que já estão na equipe quanto aqueles que demonstram potencial para chegar lá são apoiados pelo PROLIM. Nós conseguimos ver o orgulho desses





**Figura 5:** Participação em regatas.

atletas subindo aos pódios em competições continentais, nos jogos pan-americanos, nos jogos olímpicos. É um orgulho vê-los com a continência, o respeito à bandeira, o respeito ao país, o respeito à Marinha.

**R.P.: Quais sugestões você daria para que o PROLIM pudesse fazer ainda mais pelo esporte?**

*L.G.:* Eu acho que é importante que o Ministério da Defesa e a Comissão Desportiva Militar brasileira consiga ter o reconhecimento, por força de lei, como integrante do Sistema Nacional do Desporto, e que seja gerado para eles uma fonte de receita garantida, oriunda das loterias esportivas. Vários percentuais das loterias beneficiam várias entidades do Sistema Nacional Desportivo. Nós temos que gerar receita para garantir que o trabalho do PROLIM possa ser ampliado, sobretudo na formação de atletas. Hoje o programa Forças no Esporte atua na democratização do esporte, o PROLIM no nível

internacional e olímpico, então o trabalho de formação seria importante nas Forças Armadas. Existe o conhecimento técnico, existe os equipamentos, a infraestrutura esportiva. Falta receita. Receita para fazer frente as despesas do custeio de um programa desta magnitude e que possa ser levado a todas as instalações das Forças Armadas, assim como na Marinha do Brasil.

**R.P.: Qual sua atuação na Confederação Brasileira de Vela? Existe alguma relação da CBVela com a Marinha do Brasil?**

*L.G.:* A minha atuação é como velejador, como apoiador. Não tenho nenhum cargo oficial na Confederação Brasileira de Vela, mas acompanho atentamente a sua gestão. Vejo com bons olhos, elogio a gestão do presidente Marco Aurélio Sá Ribeiro, que soube dar importância na mudança do modelo de governança da CBVela, hoje na vanguarda, garantindo o voto direto dos atletas. É uma confederação que goza de prestígio e boa

reputação. É natural a relação dela com a Marinha do Brasil, uma vez que a Marinha do Brasil hospeda, apoia, boa parte da equipe olímpica brasileira. Então é uma relação de harmonia, de respeito e de uma parceria intensa.

**R.P.: Você mantém um projeto social, o Projeto Grael. Fale um pouco sobre ele.**

*L.G.:* O Projeto Grael foi fundado em 1998, com uma iniciativa nossa de “deseletizar”, democratizar o esporte da vela. Começamos com uma simples escolinha na praia de Charitas, em Niterói. Fomos ganhando estrutura, viramos uma ONG, para depois virar uma organização social. Recebemos vários prêmios e reconhecimento de entidades nacionais e internacionais, como o Criança Esperança. Avançamos na natação. Hoje, estabelecemos recentemente um convênio com a Confederação Brasileira de Canoagem para termos um núcleo de formação de canoagem, não apenas com a vela. O projeto passou a gerar referência para várias outras iniciativas

sociais, uma vez que ele é precursor nesse segmento. No projeto, nós atuamos firmemente na educação ambiental e nas oficinas técnicas profissionalizantes. Ou seja, o jovem não apenas aprende a velejar, a nadar e a remar, mas ele tem acesso ao conhecimento de oficinas técnicas de capotaria e reparo de velas, manutenção de motores de combustão a diesel e a gasolina, parte elétrica de embarcações, carpintaria naval, e reparo em fibra de vidro. Isso citando alguns exemplos daquilo que nós fazemos para poder formar atletas e formar também cidadãos capacitados para atuarem no segmento do mercado náutico, mercado esse que é carente de mão de obra capacitada. Então, a capacitação profissional passou a ser um dos pilares do Projeto Grael, do Instituto Rumo Náutico. Esporadicamente nós estabelecemos parcerias com a Marinha do Brasil, dando aos nossos alunos a capacidade de se tornarem veleiros amadores, para depois se tornar arrais amador. Já tivemos parcerias com a Marinha para os cursos de moço de convés, o MOC, e de MAC, de

**Figura 6:** Participação em regatas.



marinheiro de Convés. Há uma demanda muito grande por isso. E somos então um centro de capacitação e um parceiro natural da Marinha do Brasil.

**R.P.: No Projeto Grael vocês se preocupam em buscar novos talentos de alto rendimento para a vela? Já descobriram algum atleta com potencial?**

*L.G.:* Inúmeros. Atletas com potencial são vários. Hoje nós temos atletas formados no Projeto Grael participando de grandes embarcações de competição, como o Camiranga, mais veloz veleiro de oceano no Brasil. Participando também na classe *Snipe*. Tivemos campeões no *Optimist*. Campeões na classe Ranger 22. Então seria difícil citar exemplos onde nós tivemos atletas que já acumularam títulos. O objetivo do projeto não é formar campeões. É democratizar o esporte da vela. Mas quando você gera oportunidade para esses jovens, conseqüentemente surgem talentos. O maior destaque deles: Samuel Gonçalves, que venceu a regata *Capetown*, no Rio, como segundo capitão de um veleiro, *City of Capetown*, da África do Sul. Foi o primeiro brasileiro, com outros três alunos do Projeto Grael no mesmo barco, a vencer a regata Capetown-Rio, cruzando o Atlântico. Ele que então dedicou-se a Classe Star, onde até hoje é meu proeiro, Terceiro Sargento da Marinha, campeão mundial de Star em 2015 e atual vice-campeão mundial. E esse ano, 2018, já é campeão do hemisfério ocidental.

**R.P.: Muitos dizem que a vela, assim como o tênis, não é um esporte muito acessível a quem não tem uma boa condição financeira. O que você pensa disso? O que você diria a essas pessoas?**

*L.G.:* Primeiramente, esporte é um direito de todos. E é um dever do Estado gerar a oportunidade para que o cidadão possa se desenvolver na atividade esportiva, conforme as vocações do atleta ou da região onde ele vive no Brasil. O país tem mais de 8 mil quilômetros de costa atlântica e dezenas de milhares de quilômetros navegáveis em águas interiores, rios, lagos e represas. Mas o país que tem no mar o seu descobrimento, e uma concentração demográfica enorme, infelizmente tem uma cultura náutica, nossa maritimidade, muito reduzida. Então o conceito de esporte de elite ficou porque pensa-se em iatismo. A pessoa tem que ser dona de um iate. No nosso esporte o campo é de graça. Existe lá a natureza, que é o mar, o lago, o rio, a represa. O nosso combustível é o vento, também gerado pela natureza. Então, democratizar esta atividade é muito importante. O programa de mentalidade marítima desenvolvido pela Marinha do Brasil, pelo Ministério da Defesa, pela Secretaria da Comissão Interministerial de Recursos do Mar deu partida a esse processo. Como membro do Ministério do Esporte e Turismo de 1999 a 2002, criei o Projeto Navegar, que teve cerca de quarenta núcleos implantados em treze estados do Brasil, levando vela, remo e canoagem para vários núcleos. A Marinha do Brasil foi parceira em vários deles. Reconheceu essa ação no âmbito do CCIRM. Infelizmente o programa foi descontinuado, mas fico feliz em constatar que hoje alguns núcleos do Projeto Navegar mantêm o apoio da Marinha. Recentemente fui inaugurar um núcleo no Centro de Instrução Almirante Silvio de Camargo (CIASC), com o Almirante Carlos Chagas, com jovens das comunidades da Ilha do Governador, próximos ao CIASC, praticando vela, remo e canoagem. Utilizando



o material remanescente do núcleo do Projeto Navegar que existiu, em parceria com a Prefeitura do Rio de Janeiro em Paquetá. Hoje funciona dentro do próprio CIASC.

**R.P.: As Forças Armadas também possuem um projeto social: o Programa Forças no Esporte (PROFESP). Nele, as crianças e adolescentes fazem atividades no turno diferente do escolar. No Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), da Marinha do Brasil, essas atividades são ligadas ao esporte com detecção de novos talentos. O que você acha de iniciativas como essas?**

*L.G.:* Modéstia à parte, eu fui o idealizador do programa Forças no Esporte e o seu desdobramento pelo lado do Programa Olímpico. Isso aconteceu primeiro pela admiração que eu já nutria pelo desporto militar, tendo ciência de que isso era estratégico para o país. Em 2001-2002, eu fui Secretário Nacional de Esportes. Neste momento, demos apoio à Comissão de Desporto Militar Brasileira, apoio ao calendário esportivo da representação do atleta militar brasileiro em competições internacionais, e surgiu a concepção do programa Forças no Esporte. De cara tive o apoio intenso, o engajamento da Marinha do Brasil, cujo comandante era o Almirante Chagasteles, o apoio do Exército Brasileiro, que deu todo o apoio também para se fazer um diagnóstico da infraestrutura esportiva militar no Brasil, com o General Gleuber Vieira, apoio também igualmente importante da Força Aérea Brasileira e Comando da Aeronáutica. Terminamos em 2002 o diagnóstico da infraestrutura esportiva brasileira, definimos o conceito do programa Forças no Esporte, permitindo acesso a jovens da rede pública de ensino das imediações das

unidades militares para que tivessem noção de cidadania, de educação física e prática esportiva. Surgiu então a parceria, ainda em 2002, quando eu fui Secretário Nacional do Esporte, quando assinamos o convênio da criação do programa Forças no Esporte com o Ministério da Defesa, cujo ministro à época chamava-se Geraldo Majella Quintão. Já quando era Secretário Estadual da Juventude, Esporte e Lazer em São Paulo, em 2003, acompanhei nas instalações do CEFAN, a inauguração formal do programa Forças no Esporte quando o Ministro já era o Ministro Agnello Queiróz. Então conheço muito bem o programa Forças no Esporte, a sua dimensão social, a imagem positiva que passa das Forças Armadas para a Nação. Acho que o programa pode ser potencializado para garantirmos receita para o Ministério da Defesa para que possa ampliar esse programa que é estratégico no aspecto social, no aspecto educacional e no aspecto esportivo do país.

**R.P.: Fale um pouco sobre sua atividade política. Como foi estar ao lado daqueles que criam as leis e projetos para construir um novo país?**

*L.G.:* A política que eu atuo é a política esportiva. Não tenho filiação partidária, nunca fui candidato a cargos eletivos, mas creio que como atleta formador de opinião, posso contribuir. Então, já fui Secretário Nacional de Esportes, Secretário da Juventude, Esporte e Lazer do Estado de São Paulo, membro do conselho fundador da Agência Mundial Antidoping (WADA), Presidente do Conselho Sul-americano do desporto (CONSUD). Já fui Vice-presidente da Comissão Nacional de Atletas, criador da ONG Atletas pelo Brasil, que lutam por



uma mudança do modelo de governança do Esporte Nacional. Hoje sou Superintendente de relações Institucionais do Comitê Brasileiro de Clubes, citando alguns dos meus engajamentos para que a gente possa modernizar o Esporte no Brasil, trazer um modelo mais democrático, mais plural, mais transparente. Então essa onda de mudança da governança chamada de pacto pelo esporte eu acompanho desde o nascimento e tento dar a minha contribuição para que o esporte brasileiro possa se modernizar, possa garantir credibilidade para ser um instrumento importante de promoção social e de promoção de uma imagem positiva do atleta e da Nação Brasileira.

**R.P.: Se hoje você se candidatasse à Presidência da República e vencesse, qual seria sua primeira medida em prol do esporte? E em outros setores?**

*L.G.:* O esporte não pode estar deslocado do eixo das políticas sociais do país. Presidente da República que pensa em mudar o Brasil seria aquele que teria coragem de dar absoluta prioridade, ênfase à educação. Todos os problemas do Brasil passam pela educação. O dia que um professor da rede pública municipal ganhar igual a um vereador, tiver o salário indexado ao salário de um vereador, o nível da educação municipal vai melhorar. O dia em que um professor da rede pública estadual tiver seu salário equiparado a um deputado estadual, ou um professor da rede federal, das universidades federais, tiverem um salário equivalente a um deputado federal, um doutor, professor, doutor em universidades, ter um salário equiparado a de um senador da república, o Brasil mudaria. A arte de educar é a mais nobre de todas elas. A

educação no Brasil teria que passar por uma revolução. E falar em educação de qualidade é falar em educação física também. Não há educação de qualidade, educação plena sem a valorização da educação física, do profissional de educação física e do esporte na escola. Essa seria a grande prioridade para se mudar um Brasil. Construir escolas. Ao construir escolas e darmos qualidade à educação, não teremos que construir tantos presídios.

**R.P.: O que você deseja para o futuro do esporte no Brasil?**

*L.G.:* Que o esporte no Brasil seja vinculado às políticas públicas de educação. O dia em que fazer Jogos Escolares Brasileiros tiver a mesma relevância do que é sediar os Jogos Olímpicos, o Brasil vai mudar. A mudança sai pela educação. É fundamental.

**Figura 7:** Participação em regatas.



Se nós tivermos uma base de praticantes maior no Brasil, o país poderá ser uma potência olímpica e paraolímpica. Se não, não adianta apenas injetar recursos na estrutura do esporte de rendimento. Todos hoje têm o seu papel no sistema. Os clubes que detêm a matriz principal de formação de atletas no Brasil. O papel das escolas públicas municipais, o papel das Forças Armadas, das academias de ginástica, das organizações não governamentais, todos têm o seu papel. Mas é fundamental que nós possamos levar a educação à fusão entre o esporte e educação. No passado, o esporte era um departamento do Ministério da Educação e Cultura. O esporte divorciou-se da educação. Tem um Ministério próprio, que é importante, mas precisa voltar às políticas públicas de educação, políticas de estado, políticas de nação. Não apenas política de governo. Educação não pode desenvolver-se sem educação física, sem esporte, repito.

**R.P.: Você acredita que em algum momento o Brasil se tornará uma grande potência desportiva como os países do primeiro mundo? Como podemos chegar lá?**

*L.G.:* Pela educação. Não basta nós investirmos recursos no esporte de alto rendimento. Temos que ter uma base sólida, plural e democrática. Na hora que nós tivermos a educação na ênfase deste país, é o caminho para tornar-se um país de primeiro mundo. Não se pode ser um país de primeiro mundo no quadro de medalhas se você não é um país de primeiro mundo na questão sócio-educacional. Tudo passa pela educação. A valorização do esporte na escola é o grande caminho.

**R.P.: A Vela é um esporte que sempre conquistou grandes resultados para o Brasil nas competições mundiais. Qual o futuro desse esporte no nosso país? Você vê os incentivos aumentando?**

*L.G.:* A vela já adquiriu muito mais popularidade e reconhecimento do que no passado. No passado, os grandes heróis do esporte brasileiro pouco eram conhecidos pela sociedade. Os irmãos Axel e Erick Schmidt, meus tios, Jorge Gruber, um grande campeão que se foi precocemente na vida. Um grande exemplo de iatista. Reinaldo Conrad e as suas conquistas de medalhas olímpicas.

Figura 8: Participação em regatas.



Mas hoje o Brasil tem navegadores já reconhecidos. Amyr Klink, a família Schurmann, os irmãos Graell, Robert Scheidt, citando alguns exemplos. Então a mudança em termos de reconhecimento já existe. O apoio da Marinha do Brasil é fundamental. A vela do Brasil ainda pode crescer muito com o conceito surgido no Projeto Graell, do Projeto Navegar, do Projeto Navega São Paulo, que existe no governo de São Paulo, no Programa Forças no Esporte da Marinha do Brasil, levando a vela, o remo e a canoagem para várias comunidades. Então o grande futuro é aumentar a base. Fundamental para todos nós. Fundamental para o futuro da vela. Destacar que o Campeonato Mundial de Vela Jovem, segundo maior evento da Federação de Vela internacional, *World Sailing*, será realizado no Brasil, em Salvador, nas instalações da Base Naval de Aratu, da Marinha do Brasil, em 2020. Evento grandioso, fundamental para a renovação da vela. Será uma grande inspiração para que novas gerações de atletas cheguem na vela e possam dignificar o Brasil conforme o nosso retrospecto de dezoito medalhas olímpicas. É o esporte que mais trouxe medalhas ao Brasil. Orgulho nacional.

**R.P.: A Vela é um esporte náutico, que tem muito a ver com a Marinha do Brasil. Você lembra de algum momento na sua carreira onde a Marinha participou ativamente, ajudando de alguma maneira?**

*L.G.:* Sempre. A principal regata da América do Sul, regata Buenos Aires-Rio já teve como recordista um veleiro brasileiro. O veleiro Cisne Branco, da Escola Naval da Marinha do Brasil. A Marinha sempre deu

apoio logístico e segurança a esta regata. Também à maior regata, mais tradicional do Brasil, que é a regata Santos-Rio, ou a mais longa regata Recife-Fernando de Noronha. O apoio à Semana de Vela de Ilha Bela. O engajamento, o apoio constante da Escola Naval, por vezes do Colégio Naval, Centro de Instrução Almirante Graça Aranha (CIAGA), nas competições de vela do calendário nacional. Na regata Volvo Ocean Race, onde sempre uma fragata da Marinha esteve lá, com todo o orgulho, para dar o apoio. A Marinha é uma parceira permanente da Vela Brasileira. Foram muitos os momentos. Momentos inclusive de grande orgulho, onde nossos atletas venceram competições internacionais, a conquista da medalha de ouro olímpica da Martine Graell e da Kahena Kunze no pódio. Quando receberam o prêmio de melhores atletas do Brasil, devidamente uniformizadas pelo uniforme da Marinha. Então, esta história é longa. Lembro do veleiro Sargaço, que foi vice-campeão mundial de vela de oceano na *One Ton Cup*, realizada no Brasil em 1983, cujo comandante da embarcação era o hoje Almirante Gamboa. Então a Marinha tem essa relação direta e intrínseca com a vela brasileira. Sempre parceira, sempre amiga.

**R.P.: Recentemente você ganhou o Prêmio Adhemar Ferreira da Silva, oferecido pelo Comitê Olímpico do Brasil. Como se sentiu e qual a importância deste prêmio?**

*L.G.:* A importância desse prêmio é um grande reconhecimento, porque carrega o nome de um brasileiro exemplar. De um cidadão que nós temos que reverenciar, que foi Adhemar Ferreira da Silva.



Primeiro bicampeão olímpico do Brasil no atletismo, na prova de salto triplo. Ele que superou todas as dificuldades, barreiras de preconceito racial, social, mas que foi um brasileiro exemplar. Admirado por todos nós atletas. Poliglota, dominava vários idiomas. Nível superior em duas cadeiras diferentes. Adhemar foi um exemplo de atleta a inspirar várias gerações. Tive o prazer de conhecê-lo. Convivi com ele desde os jogos olímpicos de Atlanta, 1996, quando ele esteve lá, convidado pelo comitê olímpico Brasileiro. Criamos uma relação de amizade e juntos fundamos a Comissão Nacional de Atletas, em dezembro de 2000. Adhemar nos deixou logo depois e deixou o nome dele neste prêmio que é dado às pessoas que se destacaram na vida esportiva nacional e que prestam relevantes serviços. Então, ter sido distinguido com esse prêmio, que é um prêmio único anual, é um motivo de orgulho muito grande. Eu fui o segundo velejador a receber este prêmio, já que meu irmão Torben Grael já havia recebido há poucos anos. Então eu fico muito lisonjeado. É um reconhecimento importante na minha carreira, já aos cinquenta e quatro anos de idade e ainda participando de competições

de vela e por vezes conquistando títulos.

**R.P.: O que você diria a um jovem que gosta de esportes e gostaria de se tornar um atleta de alto rendimento?**

*L.G.:* Primeiro: ninguém tem a obrigação de ser campeão. Tudo na vida é uma questão de referência e de parâmetro. Se você gosta de esporte, pratique. Procure orientação de um profissional de educação física, de um treinador esportivo, para ver se essa é mesmo a sua vocação conforme o seu biotipo. Também se não for, nada impede de que você faça isso, o esporte de forma participativa, de lazer. Mas para ser um grande atleta de alto rendimento, requer não só a questão genética, da sua capacidade física, mas requer uma preparação física exemplar, disciplina, postura, dedicação, técnica refinada, muita raça. Sempre passará por situações aonde você vai ter que dar sangue, suor, lágrimas, mas um grande atleta se faz da união de todas essas questões. A questão genética, a questão física, o treinamento, o talento, a dedicação e a paixão pelo esporte. Se você tem paixão, acredite: nunca deixe de acreditar no seu sonho.

**Figura 9:** Atleta Lars Grael.



Djan Garrido Madruga

Medalista de bronze em  
Natação nos Jogos Olímpicos de  
Moscou-1980 e

Mestre em Educação Física pela  
Universidade de Indiana

# PAAR: Um grande legado para o desporto Nacional

O Programa de Atletas de Alto-Rendimento (PAAR) nas Forças Armadas completou dez anos no meio do ano passado, com uma trajetória vitoriosa e de enorme impacto nos resultados desportivos do Brasil em Jogos Olímpicos e Mundiais Militares. O PAAR tem como objetivo desenvolver o desporto nacional e garantir um apoio fundamental para atletas de alto rendimento, pois, além do salário, eles têm direito a benefícios tais como atendimento de saúde, alimentação, fisioterapia e acesso as mais modernas instalações para treinamento. Sem falar nas viagens para competir nos Jogos Militares internacionais e nacionais. Graças ao sucesso desse programa o Brasil tem se projetado no cenário do desporto militar se colocando sempre entre os três melhores dos Jogos Mundiais Militares, como aconteceu no Rio em 2011, em que ficamos em primeiro lugar com cento e quatorze medalhas.

Figura 1: 3º SG-RM2-EP Robson Conceição.



Como um dos criadores desse projeto tenho enorme satisfação de ver os atletas prestando continência ao subirem ao pódio em qualquer evento internacional, pois bem sei que eles foram muito bem acolhidos pelas Forças Armadas, e que sem isso o seu grau de desempenho não seria igual. Tenho muito orgulho de ter participado do início desse programa e ver que hoje mais de seiscentos atletas de alto rendimento estão incorporados. E pensar que tudo começou com uma conversa informal que tive em junho de 2007, no Rio de Janeiro, com o então presidente da CDMB, o Brigadeiro Luis Pinto Machado, durante o Campeonato Brasileiro de Judô das Forças Armadas, que acontecia no CEFAN. Não imaginava que fôssemos ter esse sucesso e que provocaríamos tamanha mudança no desporto nacional dez anos após.

Na conversa com Brigadeiro contei, enquanto assistíamos ao evento de judô, que os nadadores de alto rendimento europeus na minha época de atleta – na década de setenta – já estavam engajados nas Forças Armadas dos seus países. Ou seja, estávamos quase quatro décadas atrasados em relação ao resto do mundo. Ao ouvir esse relato, ele gostou da sugestão e propôs que tentássemos, juntos, viabilizar um projeto dentro do governo federal, pois ambos estávamos em situações que facultavam essa tentativa: eu no Ministério do Esporte, como Secretário Nacional de Alto Rendimento e ele no Ministério da Defesa, como presidente da CDMB. Comprometemo-nos a trabalhar no processo de implantação ao voltarmos a Brasília e, conforme acertado, enviei um correio eletrônico formalizando a ideia para o Brigadeiro. Ele respondeu prontamente, indicando uma pessoa da sua confiança para tratar do assunto: o Capitão de Mar e Guerra Luiz Carlos Serrano. Eu, por minha vez, indiquei o diretor da SNEAR, Herval Barros, como interlocutor do assunto com o Comandante Serrano.

No início foi tudo muito difícil, pois não tínhamos nem orçamento, nem projeto aprovado formalmente. Não havia

**Figura 2:** 3° SG-RM2-EP Davi José Albino e 3° SG-RM2-EP Joice Souza da Silva.





**Figura 3:** Atletas do PAAR – Saltos Ornamentais.

rubricas e nenhum programa se encaixava para que isso pudesse acontecer formalmente. O que tentamos fazer de pronto foi usar o que chamávamos de “refugio do bolsa-atleta”. Este programa estava sob minha responsabilidade na SNEAR. Buscamos atletas que sabíamos que não seriam contemplados com a bolsa, em função da procura ser maior do que o número de vagas disponíveis, para tentarmos engajá-los nas Forças Armadas. Confesso que não funcionou bem no início, pois não era um programa conhecido e tivemos pouquíssima adesão. Partimos então para uma das Forças Armadas, de forma que ela fizesse então uma incorporação maciça, o que atrairia as demais se tivesse sucesso. O Comandante Serrano sugeriu a Marinha do Brasil, visto que ela já fazia a contratação de profissionais de diversas áreas por oito anos na graduação de cabo. A ideia era tentar incorporar os atletas da mesma forma. Daí, fomos, por intermédio



**Figura 4:** Atletas do PAAR – Luta Olímpica e Atletismo.

do Comandante Serrano, conversar com o Almirante de Esquadra (FN) Alvaro Augusto Dias Monteiro, que era Comandante Geral do Corpo de Fuzileiros Navais. Apresentamos a ideia a ele, que imediatamente a abraçou, e disse que tentaria uma autorização do Comandante da Marinha, o Almirante de Esquadra Julio Soares de Moura Neto. Ele conseguiu, e já no ano de 2008, obtivemos

a incorporação de cerca de oitenta atletas de alto rendimento como na Marinha. Com isso, no ano seguinte, conseguimos a ajuda do General Sérgio Carneiro, que convenceu o Comandante do Exército, General Enzo, a incorporar noventa atletas no Exército.

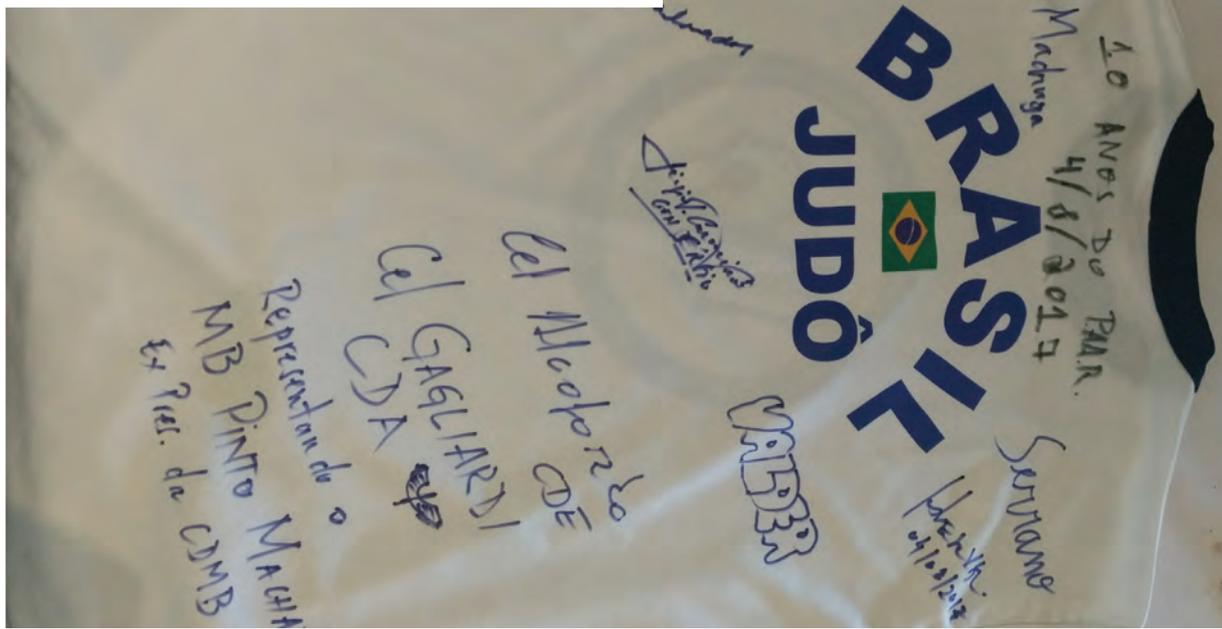
Por fim, a Aeronáutica também aderiu. No ano de 2014, ela incorporou atletas de alto rendimento em modalidades como

ciclismo, basquete, handebol, vôlei de praia, tiro com arco, dentre outros.

Todo esse processo demandou muito tempo e trabalho de diversas pessoas muito dedicadas e os resultados foram espetaculares. Basta ver que já nos Jogos Mundiais Militares, realizados no Rio de Janeiro em 2011, o Brasil sagrou-se campeão, contando cento e quatorze medalhas. Depois, nos Jogos Mundiais na Coreia do Sul, em 2015, fomos vice-campeões, com oitenta e quatro medalhas, para ver a evolução. Basta comparar com os Jogos da Índia, no ano da criação do PAAR, em 2007, onde ficamos em 31º lugar, com apenas três medalhas. Com isso, o Brasil continua brilhando nos Jogos Mundiais Militares, em que antes não passávamos de coadjuvantes, para sermos protagonistas, nos colocando agora entre as top-potências desportivas militares do planeta.



Figuras 5, 6 e 7: Legado do Alte de Esquadra (FN) Alvaro Augusto Dias Monteiro.





**Figura 8:** Atletas do PAAR – Boxe.

Isso também já repercutiu nas Olimpíadas. Em Londres, em 2012, das dezessete medalhas conquistadas, cinco (29 %) foram por atletas incorporados nas Forças Armadas. Nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, em 2016, das dezenove medalhas conquistadas, 13 (ou 68% delas) foram por atletas do PAAR. O que é um orgulho para todos nós, brasileiros que,

apesar de termos começado tarde nesse projeto ao nos compararmos às demais potências do planeta, ganhamos espaço, chegando rapidamente ao topo.

O PAAR se transformou, talvez, no maior legado para o desporto de alto-rendimento no Brasil, graças à visão que tiveram as Forças Armadas, e alguns abnegados visionários, dez anos atrás.

Capitão de Mar e Guerra (RM1-FN)  
FERNANDO IRINEU DE SOUZA  
Superintendente de Ensino do CEFAN

Primeiro-Tenente (RM2-T)  
ERIK BUENO DE ÁVILA

Encarregado da Escola de Educação  
Física do CEFAN

Primeiro-Tenente (RM2-T)  
PATRÍCIA DA SILVA COSTA GROSS  
Encarregada da Divisão de Biblioteca  
do CEFAN

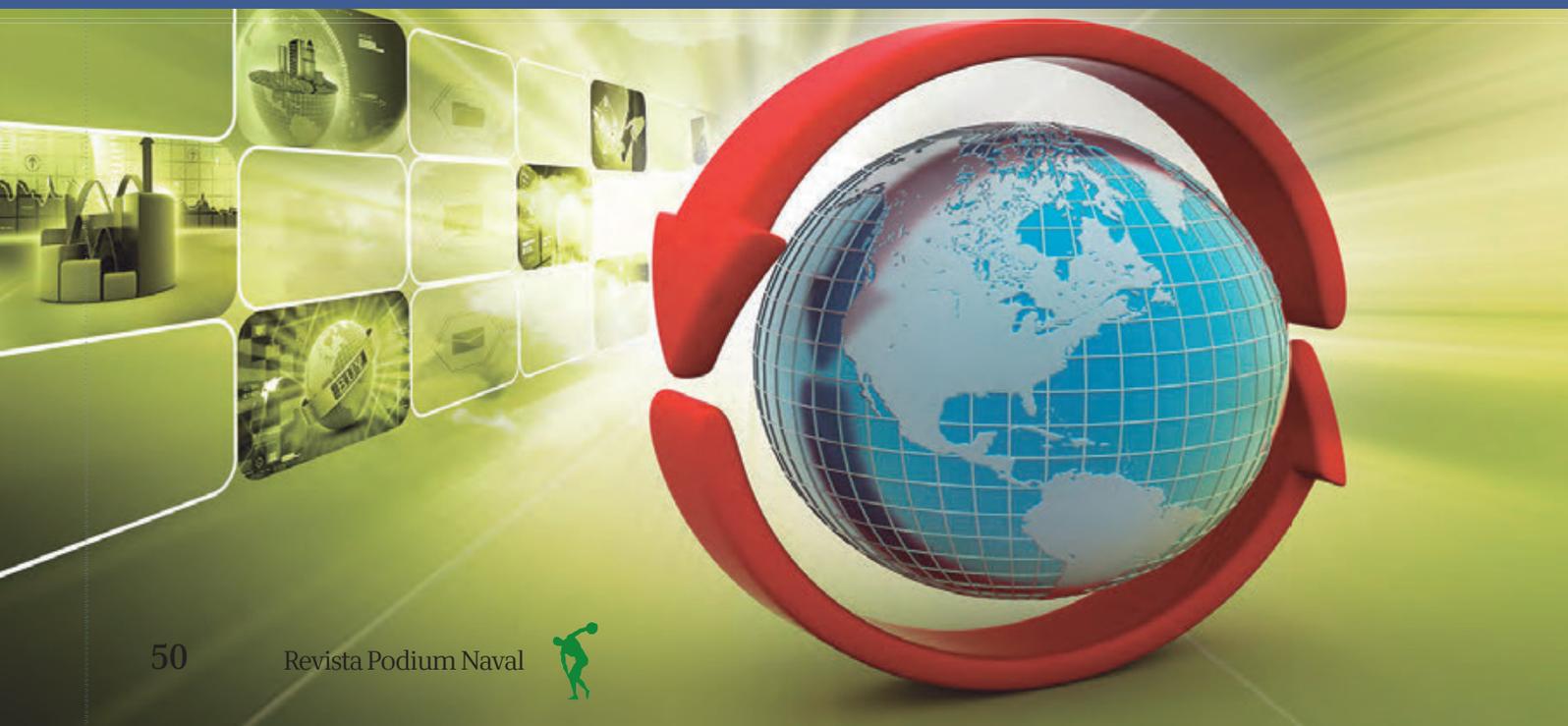
Primeiro-Tenente (RM2-T)  
BRUNA MEDEIROS NEVES

Encarregada do Departamento de  
Apoio ao Ensino do CEFAN

Primeiro-Tenente (RM2-T)  
MÁRCIO ROBERTO FONSECA

Coordenador dos Cursos de  
Aperfeiçoamento de Sargentos  
e Especialização de Cabos em  
Educação Física

# O Ensino de Excelência do CEFAN





**Figura 1:** Atividades laborais a bordo na Marinha à vela.

## Introdução

A complexa e diversificada missão do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) compreende atividades decorrentes da Política de Educação Física e de Desportos da Marinha do Brasil, aprovada pela Portaria n.º 101/2017, do Comandante da Marinha, e estabelecidas pelo Comandante-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais, contribuindo, nesse mister, para a atuação e emprego operacional da Marinha do Brasil (MB) como uma instituição militar por excelência, com componentes muito bem preparados física e mentalmente para suportar as agruras do combate e em ser, também reconhecida nos meios esportivo, acadêmico e afins, como referências no fomento e desenvolvimento da educação física e do desporto. Para tal, deve propor e divulgar normas, procedimentos e rotinas internas na área do Treinamento Físico Militar (TFM) e do Desporto, a fim de valorizar o elemento humano e propiciar ao pessoal da MB a higidez física adequada às exigências da vida naval, além de proporcionar às equipes desportivas da MB e a seus atletas as melhores condições para o sucesso em competições

nacionais e internacionais. A mesma missão reserva ao CEFAN a responsabilidade pela condução de cursos de carreira para praças da especialidade Educação Física (EP), de Cursos Expeditos de Treinamento Físico Militar (TFM) para oficiais e praças e pelos Estágios de Aplicação e de Habilitação para Praças, atletas de alto rendimento do Programa Olímpico da Marinha, sendo assim também uma OM pertencente ao Sistema de Ensino Naval.

Não sendo o CEFAN uma OM exclusivamente dedicada ao ensino, pode-se bem aquilatar as atenções a serem partilhadas pelo Comando a essa atividade para atender aos rigorosos padrões estabelecidos nas diretrizes pedagógicas da Diretoria de Ensino da Marinha – DEnsM. Tais cuidados crescem em importância por tratar-se da transmissão de conhecimentos de nível técnico aos profissionais que cuidarão da qualidade de vida e da higidez física necessária às atividades de tempo de paz e às agruras do combate em tempos de guerra impostas pelos mais diversos ambientes operacionais onde atuará o mais importante e precioso patrimônio da Força Naval: o componente humano.

Em outubro de 2017, como ocorre a cada três anos, o CEFAN foi submetido à Avaliação Externa procedida por uma comissão da Diretoria de Ensino da Marinha (DEnsM) e do Comando de Pessoal de Fuzileiros Navais (CPesFN). Superando todos os óbices decorrentes de sua complexa missão, a OM obteve um total de 982 pontos de 1000 possíveis e, com isso, o grau Excelente em todas as dimensões da avaliação e no conceito geral. Mas há uma



história pregressa por trás dessa conquista, conforme veremos nos tópicos seguintes, na qual nos ateremos aos caminhos da Escola de Educação Física e dos cursos de Especialização e de Aperfeiçoamento para o atingimento de tal marca.

## As origens do ensino da Educação Física na Marinha

As preocupações com a preparação física para as atividades do cotidiano militar eram restritas às escolas de formação de oficiais do Exército Brasileiro (EB) e da MB até o século XIX. No que tange às tripulações, o preparo físico era garantido pela dureza das manobras e atividades cotidianas da vida no mar das marinhas de vela. Até então, julgava-se desnecessárias a sistematização e a regulamentação das atividades físicas ou de práticas esportivas. No Brasil, a questão da educação física ganhou espaço na Força Naval no rumo das discussões que povoavam o assunto no início do século XX. O processo de modernização das marinhas ao longo do século XIX, mormente com a introdução da tecnologia a vapor nas guerras no mar, trouxeram à tona debates sobre o preparo físico

e técnico do pessoal de bordo. Identifica-se aqui, a preocupação em sistematizar-se e em criar-se atividades físicas que preenchessem as dinâmicas fainas do cotidiano de bordo da marinha de panos, reduzidas pela evolução tecnológica.

O primeiro registro de que se tem notícia das origens da Escola de Educação Física data de 1910, na edição do quarto bimestre da Revista Marítima Brasileira, onde foi publicado um artigo propondo a criação de uma *Escola de Gymnastica* no Corpo de Marinheiros. Seu objetivo era formar monitores para divulgar os jogos e a ginástica sueca pelas escolas e navios da MB. O público-alvo de formação seriam cabos e sargentos que



Figura 2: Aula de esgrima.



Figura 3: Esgrima com mosquetão.



frequentariam um curso teórico/prático, nos moldes dos dias atuais. Passados quinze anos dessa sugestão, é criada, em 1925, a Escola de Educação Física da Liga de Sports da Marinha – LSM, subordinada à Diretoria de Pessoal e ativada na Ilha das Enxadas. Segundo o Aviso no 2.757, de 22 de julho de 1925, foi aprovado pelo Ministro da Marinha o Regulamento da Escola de Educação Física da LSM que estabelecia em seus primeiros artigos:

Art. 1 – A Escola de Educação Physica da *LIGA DE SPORTS DA MARINHA* tem por fim reparar Monitores de Athletismo para effectuarem na Marinha Nacional na qualidade de auxiliares de officiaes ou mestres, encarregados deste serviço, e como um meio de promover a cultura physica do respectivo pessoal e o ensino da technica dos jogos sportivos.

Art. 2 – O curso durará dous annos e compre-henderá:

- Educação Physica;
- Esgrima;
- Natação e jogos aquáticos;
- Jogos de Pista e campo;
- Box;
- Noções de anatomia e pedagogia.

Ressalta-se, no conteúdo programático dos cursos, a preocupação, desde a sua origem, com a formação multidisciplinar de militares voltada à preparação física das tripulações, à orientação de atividades desportivas, aos conhecimentos de anatomia e de técnicas pedagógicas para a transmissão de conhecimentos. O corpo docente do curso era integrado por técnicos estrangeiros que haviam sido contratados pela LSM em 1922. Robert Fowler, norteamericano, era responsável pelas disciplinas natação, atletismo, boxe e regras dos esportes; e Giovanni Abita, italiano, era professor de esgrima, ginástica, pedagogia esportiva e elementos de anatomia. Em

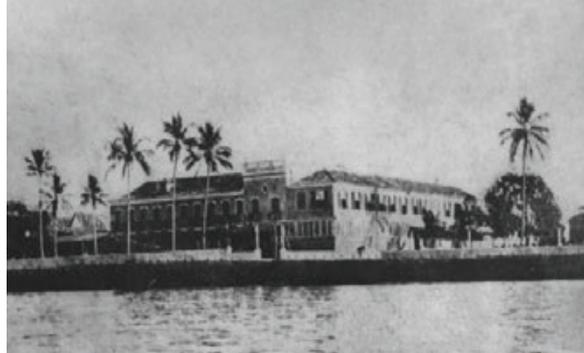


Figura 4: Ilha das Enxadas



Figura 5: Escola de Educação Física na Primeira passagem pelo CEFAN-1972.

novembro de 1925 e março de 1926, foram matriculados os primeiros alunos. Ao cabo de dois anos, a Escola formou sua primeira turma de monitores em janeiro de 1928.

A criação da Escola de Educação Física e a formação de monitores ensejaram a intensificação das atividades físicas e esportivas. Tanto que, já em 1926, antes da formação da primeira turma de AE-E.Ph, foi publicada uma determinação do Ministro da Marinha que tornou essa atividade a participação em competições esportivas obrigatórias:

Será obrigatória nos navios da esquadra e nos Corpos a prática dos exercícios seguintes: diariamente, pela manhã, gymnastica de corpo livre; nos tempos permittidos pelas praxes já estabelecidas, remo, natação, water-polo, corrida a pé, box, tiro ao alvo e basket-ball. O comparecimento às provas de remo, vela, natação e tiro ao alvo será obrigatória para todos os navios e Corpos.

Em 1933, foi instituído o Prêmio Jair de Albuquerque, em homenagem ao fundador da Escola de Educação Física da LSM, e criador





**Figura 6:** Assunção do Cargo de Encarregado de Educação Física CEFAN – 1972.

de seu regulamento, além de personagem atuante na entidade em seus anos iniciais, tendo ocupado os cargos de Presidente da Liga e Diretor da Escola. Essa homenagem cunhava a memória de suas ações para o fomento da prática esportiva e da formação dos monitores de EF da Marinha. A premiação contemplava o primeiro colocado da turma do curso de EF, constituindo assim um incentivo à dedicação dos alunos.

Em 1934, a Escola de Educação Física passou por uma remodelação completa. Em novembro, novas instalações foram inauguradas pelo então Ministro da Marinha, Almirante Protógenes Guimarães, acompanhado do Almirante Tancredo de Gomensoro, Diretor de Ensino Naval, do Capitão de Mar e Guerra Alberto de Lemos Basto e do Capitão de Corveta Attila Monteiro Aché, então presidente da LSM. As novas instalações receberam elogios do titular da pasta da Marinha, que destacou: “Palavras de louvor para os que tão dedicada e silenciosamente vêm trabalhando ali pela grandeza da nossa Marinha e consequentemente pela grandeza da Pátria.[...]”

Após a formação da primeira turma de monitores, a Escola teve seu regulamento

revisado. Conforme o Aviso n.º 312, de 19 de janeiro de 1928, foi mantido como diretor da Escola o presidente da “*Liga de Sports da Marinha*”, acrescendo-se ao quadro um oficial da Armada, responsável pelo setor de ensino e instrutor de uma disciplina; um médico do Corpo de Saúde Naval, instrutor de anatomia e socorros médicos da Liga e os dois profissionais instrutores da primeira turma.

No ano de 1942, foram estabelecidas novas instruções para os cursos de EF, com dois modelos diferentes: Curso Especial, essencialmente prático, de rápida duração, com objetivo de formar grupos de oficiais subalternos e marinheiros que pudessem conduzir e orientar seus subordinados na prática de educação física e esportes a bordo dos navios e estabelecimentos; e o Curso Regular, com duração de um ano letivo, destinado ao preparo dos monitores de educação física, voltado para cabos de qualquer quadro com interstício e tempo de embarque completo, além de habilitação no curso especial, como vemos hoje o Curso Expedito de TFM (C-Exp-TFM) e os Cursos Regulares de Especialistas e Aperfeiçoados.

É oportuno ressaltar-se que, em sua rica história, a Escola de Educação Física



passou por subordinação de outras OM de instrução ou de pessoal, e por mudanças de local de funcionamento sem que isso viesse afetar a essência da formação e a vibração de uma das mais antigas especialidades da MB. Senão, vejamos: de 1925 a 1972, acompanhou a metamorfose organizacional na Ilha das Enxadas, sendo lá subordinada, em sequência, à *Liga de Sports da Marinha* (1925-1940); ao Departamento de Educação Física da Marinha (1940-1946); e Centro de Esportes da Marinha (1946-1971). Em 1972, é transferida da Ilha das Enxadas, seu berço natal, para o Centro de Educação Física da Marinha (atual CEFAN) às vésperas de sua inauguração, onde permanece até 1996, quando é novamente transferida, dessa feita, para o Centro de Instrução Almirante

Alexandrino (CIAA). Após detalhados estudos iniciados em 2004, em 2006, o então Contra-Almirante Eduardo Bacelar Leal Ferreira, como Comandante do CIAA, encaminhou proposta circunstanciada de transferência da Escola de Educação Física ao Diretor de Ensino para o CEFAN, onde se encontra até os dias atuais. Aprovada a proposta, essa nova mudança foi realizada cumprindo uma programação de setenta dias corridos a partir de 23 de janeiro de 2007, incluindo prontos de recursos instrucionais, salas de aula, alojamentos, movimentação de instrutores e transferência de material do CIAA para o CEFAN, concluída em 3 de abril. Em 16 de abril daquele ano, deu-se o início dos primeiros cursos de Aperfeiçoamento e Especialização em seu retorno ao CEFAN.



## A evolução do ensino no CEFAN e a conquista da Excelência

O retorno da Escola de Educação Física para o CEFAN em 2007 foi de suma importância para a melhoria da qualidade do ensino nessa área de conhecimento, haja vista as instalações letivas e esportivas deste centro atenderem aos requisitos para o aprendizado e aplicação prática das disciplinas do curso de EP em condições adequadas. Entretanto, a mudança exigia necessários e imprescindíveis ajustes na estrutura do recém-inserido setor de ensino na organização da OM, pois já no ano seguinte passaria por sua primeira Avaliação Externa após esse retorno.

Figura 7: Aula de defesa pessoal.



Ao ser transferida, a Escola contava inicialmente com apenas quatro professores civis e cinco militares da especialidade EP para atividades exclusivamente letivas. Os professores civis transferidos deveriam ser contratados como autônomos pelo CEFAN. Em que pese o pequeno efetivo anual de alunos, outras atividades de apoio ao ensino se faziam necessárias para atender às exigências e orientações emanadas da DEEnsM. A escola viera do CIAA onde era subordinada a uma Superintendência de Ensino e contava com uma estrutura de apoio pedagógico e de organização escolar. Para os assuntos de conforto e de controle de pessoal dos alunos, incluído o disciplinar, lá era apoiada por um Corpo de Alunos. Mantendo-se o tradicional nome de Escola de Educação Física que cunhou desde suas origens a formação da especialidade EP como núcleo do ensino no CEFAN, foram sendo procedidos os gradativos

ajustes que culminaram com a organização atualmente prevista em seu Regimento Interno. Nessa organização, a Escola está subordinada à Superintendência de Ensino, na qual é apoiada por uma Divisão de Orientação Educacional e Pedagógica (DOEP) e por um Departamento de Apoio ao Ensino (DAE).

Há que se ressaltar que muitos desses ajustes seguiram as orientações contidas nos Relatórios das Avaliações Externas da DEsM ocorridas após a transferência para o CEFAN. Nelas destacamos a criação de salas de instrutores e de reunião de docentes; sala de elaboração de provas e banco de questões dentro dos requisitos de segurança e controle; sala da DOEP; e organização física e de funcionamento da Biblioteca.

A Educação Física é uma área de conhecimento bastante vasta e diversificada, diferentemente de outras tipicamente militares, haja vista a quantidade de modalidades



**Figura 8:** Aula prática de ginástica



esportivas que o militar precisa conhecer, organizar e arbitrar. Ainda que em nível técnico, a atividades de seus profissionais implica na sua subordinação às Ciências Biológicas por remeter a conhecimentos específicos de Fisiologia, Anatomia, Biomecânica e Treinamento Desportivo para capacitá-los a prescrever exercícios físicos com segurança e, desta forma, alcançar os objetivos esperados com a prática de atividades físicas.

A transferência dos cursos para o CEFAN foi seguida de um contexto que incluiu a mudança de sua subordinação do setor DGPM para o setor CGCFN em 2008 e o início dos preparativos para os 5º Jogos Mundiais Militares (5º JMM), a serem sediados pelo País em 2011. Longe de constituir óbice, esse compromisso internacional trouxe reflexos extremamente positivos para o ensino da Educação Física. A missão de contribuir para a realização dos 5º JMM trouxe em seu bojo a necessidade da admissão de pessoal com formação em Educação Física e da recuperação e modernização de suas instalações. Essas necessidades foram contempladas com o recebimento de recursos financeiros para a preparação das instalações físicas e esportivas; e de recursos humanos, com o primeiro processo seletivo de Oficiais da reserva não-remunerada (RM2) com formação em Educação Física para apoiar e auxiliar na condução daquele grande evento esportivo.

Esse processo seletivo enfocou a incorporação de profissionais extremamente capacitados em suas áreas de atuação, especialmente nas desportivas, para que pudessem compor as delegações e assessorar o comando nas decisões relacionadas ao desporto militar mesmo após os 5º JMM. Assim, vinte profissionais, dentre



**Figura 9:** Atividades do batismo do C-Esp-EP.

Especialistas, Mestres e Doutores, foram incorporados à MB no ano de 2009, compondo a primeira turma de oficiais RM2 com formação em Educação Física. Dois desses oficiais foram designados para funções na Superintendência de Ensino, o que para o setor representou grande evolução. Outros oficiais RM2, a par de suas funções em setores diversos do CEFAN, passaram a prestar também apoio como instrutores à Superintendência de Ensino, contribuindo com os seus sólidos conhecimentos acadêmicos sobre áreas de atuação da educação física e do esporte na formação dos militares da especialidade.



A designação dos dois oficiais RM2 com formação em Educação Física para setor de ensino foi seguida da vinda de uma oficial RM2 com formação em Pedagogia, o que concedeu condições adequadas para a atualização dos currículos dos cursos de acordo com as demandas e necessidades da MB para os seus meios e, sobretudo, suprir a carência do setor em termos de orientação pedagógica e educacional.

A experiência e a vivência de praças da especialidade EP para a manutenção das Tradições Navais e para o assessoramento sobre a melhor forma de condução e adaptação das metodologias de ensino da atividade física para os meios e ambientes navais, garantindo os princípios básicos do treinamento como a especificidade e a sobrecarga, continuaram imprescindíveis para uma prática eficiente e segura do ensino. Teve-se, a partir de então, o que há de mais atual em termos de pesquisa nacional e internacional acadêmica somado à experiência e à vivência de Marinha dos graduados EP empregados em função de instrutoria. E esse amálgama da experiência de acadêmicos com a experiência nos ambientes operacionais e desportivo militar naval dos graduados instrutores apresenta hoje conhecimentos expressivos e adequadamente dosados aos alunos em formação.

No que tange às instalações e material, há se falar de como as instalações esportivas do CEFAN foram modificadas e modernizadas e de como isso beneficiou o setor de ensino. No tocante ao material, além da renovação do material esportivo para treinamentos e competições, as atividades administrativo-escolares foram contempladas com mesas, computadores e equipamentos para salas de aula.



**Figura 10:** Aula de Power-Fit.

As conquistas obtidas pelo Brasil nos 5º JMM ensejaram o nível governamental a incentivar e apoiar as Forças Armadas para outros grandes eventos esportivos que afloravam no horizonte, como os 6º JMM, na Coreia, em 2015, e os Jogos Olímpicos de 2016, no Brasil. No bojo dessa motivação, outros oficiais especialistas em Educação Física foram incorporados em 2014 vislumbrando não só a continuidade, mas o aperfeiçoamento do trabalho realizado, com o foco da Política de Educação Física da Marinha. Naquele mesmo ano também foi criado o Programa de Orientação e Apoio ao Treinamento Física Militar (PROA-TFM), que desenvolve o TFM com base no treinamento funcional adaptado às condições e espaços de bordo dos navios das diversas classes, difundindo-o para outras OM da MB e para os alunos dos cursos de carreira de Especialização e Aperfeiçoamento e Cursos Expeditos de Educação Física. Temos aqui, as salas de aula como palco para o salutar debate sobre as concepções acadêmicas adaptadas à Força Naval e para a criação de multiplicadores de



conhecimento, concedendo importante ganho na qualidade do ensino no CEFAN.

Outro importante legado desses grandes eventos foi a criação, em 2013, do Laboratório de Pesquisa em Ciências do Exercício (LABOCE), onde os estudos são atrelados ao desempenho físico e à prevenção de lesões musculoesqueléticas de militares e atletas. As pesquisas científicas nele realizadas tiveram também reflexos nas salas de aula, uma vez que os militares pesquisadores são também instrutores. Isso proporciona, ainda, o acesso aos alunos dos cursos de carreira aos equipamentos lá utilizados por ocasião das aulas práticas, concedendo-lhes a possibilidade de acompanhar as respostas biológicas das investigações científicas realizadas no LABOCE.

O conhecimento, por si só, não garante a qualidade do ensino. Esse objetivo é atingido quando a qualidade de sua transmissão e de sua avaliação, e as condições ambientais e de satisfação tornam o aluno um campo fértil e motivado para a sua absorção. Tais cuidados estão amplamente detalhados em normas e orientações da Diretoria-Geral do Pessoal da Marinha (DGPM) e da DEnsM. A qualidade do ensino também é objeto de detalhada avaliação, conforme prescreve

a publicação DEnsM-2001 – 3.<sup>a</sup> Revisão – Manual de Avaliação do Sistema de Ensino Naval (SEN). Essa publicação contém o Roteiro para a Avaliação do CEFAN (RotA-CEFAN), que prevê a avaliação em cinco dimensões, a saber: Corpo Docente, Corpo Discente, Organização Didático-Pedagógica, Instalações e Pós-Escolar. Cada dimensão, por sua vez, é subdividida em categorias, e estas, em indicadores diversos. O somatório da pontuação obtida em cada indicador resulta na pontuação de cada categoria. A soma dos pontos de cada categoria será a pontuação da dimensão correspondente.

Conforme prescreve a DEnsM-2001, em cada OM do SEN são procedidas Avaliações Internas anuais com base no ano letivo anterior e uma Avaliação Externa a cada três anos, procedida, no caso do CEFAN, por uma Comissão de Avaliação com membros da DEnsM e do CPesFN. Ambas as avaliações cumprem os mesmos critérios do RotA-CEFAN. Desde a sua transferência para o CEFAN, o ensino de Educação Física passou por quatro avaliações, observando-se gradativa melhora na sua qualidade até atingir o grau de excelência, conforme pode ser observado nas pontuações obtidas no quadro comparativo abaixo.

**Quadro1: Comparativo da evolução das avaliações externas**

DIMENSÃO	2008		2011		2014		2017	
	Pontuação	Conceito	Pontuação	Conceito	Pontuação	Conceito	Pontuação	Conceito
1. CORPO DOCENTE	151	R	203	M8	221	E	229	E
2. CORPO DISCENTE	178	M8	170	M8	181	MB	220	E
3. ORGANIZAÇÃO DIDÁTICO PEDAGÓGICA	115	R	145	8	134	8	187	E
4. INSTALAÇÕES	53	R	131	8	133	8	146	E
5. PÓS-ESCOLAR	250	E	176	8	230	E	200	E
6. AVALIAÇÃO GLOBAL	747	B	825	B	899	MB	982	E



No primeiro semestre de 2017, o Comandante-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais estabeleceu que todos os esforços deveriam ser despendidos para que

o atingimento da meta de excelência no ensino da educação física fosse alcançado na Avaliação Externa que se aproximava, colocando à disposição do Comando do

CEFAN todo o apoio do setor julgado necessário. Contribuíram de forma significativa nesse esforço o CPesFN e o CIASC com o destaque de duas oficiais pedagógicas, as quais foram empregadas de forma objetiva na identificação de problemas e na correção dos indicadores do RotA-CEFAN que apresentavam deficiências. Os subsídios gerados pela meticulosa acuidade e experiência daquelas militares, apresentados diretamente ao comando do CEFAN em frequentes reuniões, orientou a mobilização e os esforços dos demais setores da OM na direção da meta estabelecida. Além dos subsídios, as oficiais pedagógicas contribuíram substancialmente com sugestões para a melhoria das condições ambientais de salas de aulas, na organização de locais de trabalho e para a revisão de documentos letivos. Cabe destacar no tocante à Divisão de Biblioteca, que o CEFAN contou com o apoio de um sargento destacado do Batalhão Naval, graduando em biblioteconomia, que prestou grande contribuição para a catalogação de títulos e organização do acervo. Em síntese, todos esses esforços resultaram na melhoria das instalações de ensino, de conforto dos alunos e da tripulação, instalações e equipamentos esportivos e na adequação de serviços, de forma a melhor contemplar o corpo discente. E o prêmio por esses esforços foi anunciado pelo Diretor de Ensino, ao declarar na



Figura 11: Aulas práticas.





**Figura 12:** O Diretor de ensino da Marinha por ocasião da Avaliação Externa de 2017.

reunião para a apresentação dos resultados, ao final da Avaliação, o atingimento da almejada meta. Em nota no BONO Geral n.º 859, de 26 de outubro, o Diretor de Ensino ressaltou que os resultados alcançados foram ainda mais expressivos, uma vez que a Metodologia de Avaliação fora recentemente revisada, sendo incorporadas novas exigências e critérios mais rigorosos como, por exemplo, a avaliação de toda a documentação do setor.

## Considerações finais

A obtenção do grau de excelência pelo CEFAN, longe de representar uma disputa entre OM nos moldes de uma competição esportiva, foi uma conquista da própria MB no ensino da Educação Física ao longo de sua história. E, como vimos, a busca desse grau de qualidade data da criação da Escola de Educação Física, em 1925 quando, para isso, a Alta Administração Naval já dispensava atenção especial à nascente especialidade EP com a contratação de renomados profissionais estrangeiros para a formação de seus militares. Ao longo dessa história, os registros da atuação direta e da presença de Chefes Navais em vários de seus momentos corroboram a importância

concedida à preparação de uma das mais antigas especialidades da Força Naval.

Essas e tantas outras constatações nos remetem à responsabilidade da busca de patamares mais elevados dentro das seguintes diretrizes:

- a qualificação de docentes;
- o estabelecimento de parcerias e intercâmbios com a academia;
- a identificação e adoção de novas técnicas ensino; e
- o aperfeiçoamento e a divulgação do conhecimento resultante da pesquisa e dos resultados obtidos na aplicação de métodos científicos.

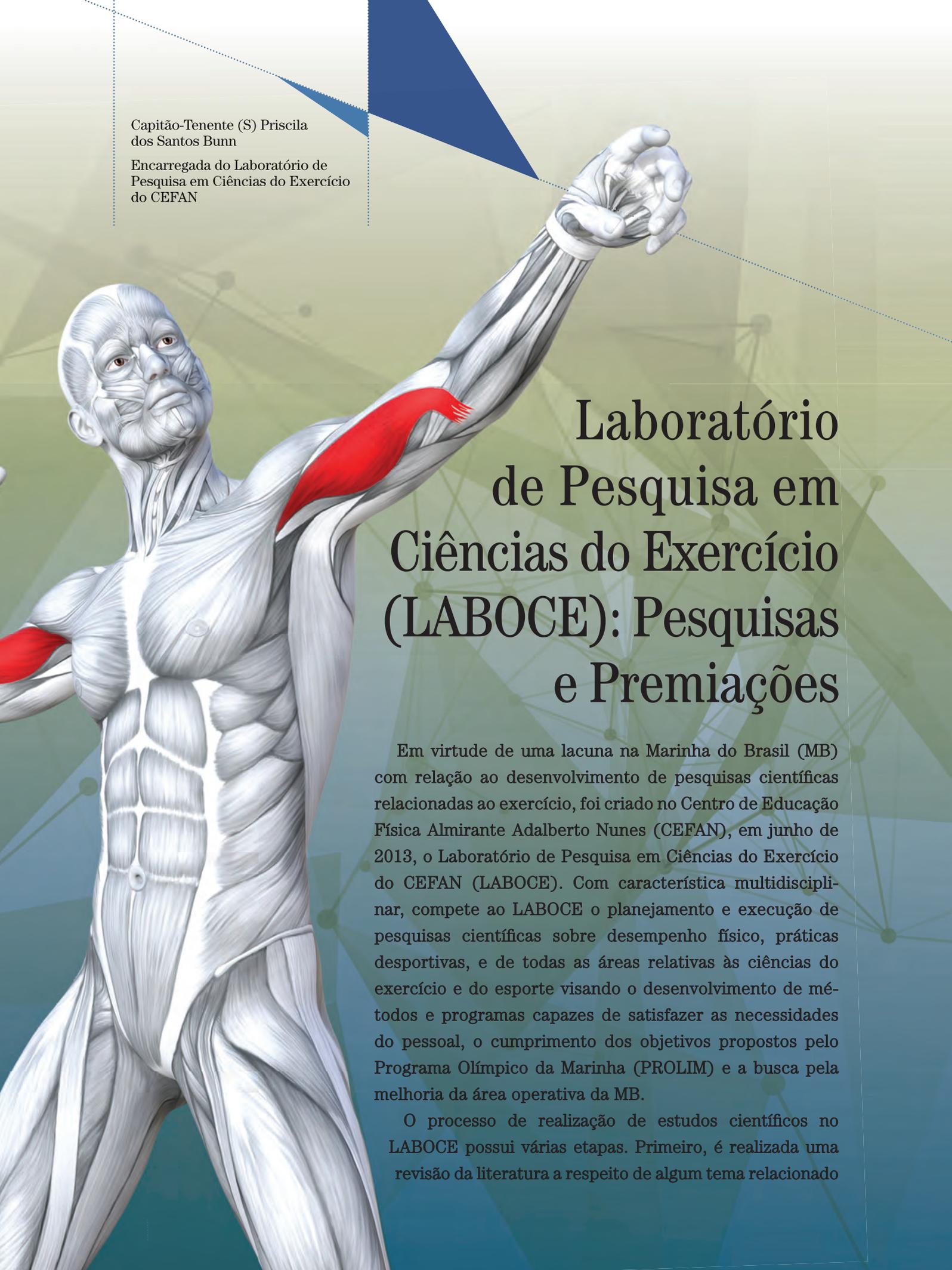
Com esse compromisso sempre em foco, estaremos dignificando o trabalho de todos os que, no passado e no presente, concorreram para a conquista da excelência na capacitação dos profissionais de educação física, contribuindo assim para o desempenho físico e funcional do pessoal, para a melhoria da sua qualidade de vida e a desoneração do Sistema de Saúde da Marinha.

### **RUMO AOS 1.000 PONTOS!**



**Figura 13:** Vista aérea CEFAN.





Capitão-Tenente (S) Priscila  
dos Santos Bunn

Encarregada do Laboratório de  
Pesquisa em Ciências do Exercício  
do CEFAN

# Laboratório de Pesquisa em Ciências do Exercício (LABOCE): Pesquisas e Premiações

Em virtude de uma lacuna na Marinha do Brasil (MB) com relação ao desenvolvimento de pesquisas científicas relacionadas ao exercício, foi criado no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), em junho de 2013, o Laboratório de Pesquisa em Ciências do Exercício do CEFAN (LABOCE). Com característica multidisciplinar, compete ao LABOCE o planejamento e execução de pesquisas científicas sobre desempenho físico, práticas desportivas, e de todas as áreas relativas às ciências do exercício e do esporte visando o desenvolvimento de métodos e programas capazes de satisfazer as necessidades do pessoal, o cumprimento dos objetivos propostos pelo Programa Olímpico da Marinha (PROLIM) e a busca pela melhoria da área operativa da MB.

O processo de realização de estudos científicos no LABOCE possui várias etapas. Primeiro, é realizada uma revisão da literatura a respeito de algum tema relacionado



**Figura 1:** Aulas práticas.

às suas linhas de pesquisa. Desta forma, verifica-se eventuais lacunas no conhecimento e potenciais benefícios que podem ser fornecidos pelo estudo. Posteriormente, é elaborado um projeto de pesquisa. De acordo com as determinações do Conselho Nacional de Saúde, projetos de pesquisa que envolvem seres humanos devem ser submetidos à apreciação de um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Caso este o aprove, são realizadas as seguintes etapas: coleta de dados, análise de dados e redação do artigo científico ou apresentação do trabalho em congressos nacionais ou internacionais. Desta forma, atualmente consideram-se como indicadores de desempenho do LABOCE, com consolidação anual, os seguintes: total de projetos aprovados pelo CEP, número de artigos publicados e total de resumos ou trabalhos completos apresentados em congressos.

Atualmente, o CEFAN possui quatorze projetos de pesquisa aprovados pelo CEP. Portanto, com o recebimento de cinco

militares dedicados à pesquisa científica (uma Encarregada e quatro pesquisadores) em 2014, o CEFAN possui uma média anual de 4,66 projetos aprovados.

O número de artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais da Área 21 (Educação Física) da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) vem aumentando ao longo dos anos. Foram publicados, pelo CEFAN, até o momento, dezessete artigos em revistas relacionadas às Ciências do Exercício ou do Esporte, além de três artigos que já foram aceitos para publicação em 2018 e de outros sete artigos submetidos.

Deve-se ressaltar a publicação dos seguintes artigos em periódicos com classificação Qualis A1, de acordo com a CAPES: “Effects of sprint versus high-intensity aerobic interval training on cross-country mountain biking performance: a randomized controlled trial” (Revista Plos One); “Parameters of knee isokinetic

dinamometry in individuals with acromegaly: association with growth hormone levels and general fatigue” (Revista *Isokinetics and Exercise Science*); “Balance control and peripheral muscle function in aging: a comparison between individuals with acromegaly and healthy subjects (Revista *Human Kinetics*)”; “The effects of injury prevention programmes on the biomechanics of landing tasks: A systematic review with meta-analysis” (Revista *American Journal of Sports Medicine*); “Prevalence of musculoskeletal symptoms among Brazilian Merchant Navy Cadets: differences between sexes and school years (Revista *Military Medicine*)”.

A representação do CEFAN em congressos civis e militares da área é um outro

**Figuras 2 e 3:** Treinamento funcional.

indicador com números crescentes. Ao todo, já são 39 trabalhos científicos apresentados em diversos congressos nacionais e internacionais, como, por exemplo: o Congresso Internacional da Sociedade Nacional de Fisioterapia Esportiva (SONAFE); o Congresso Internacional do Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul (CELAFISCS); o Congresso Internacional da Sociedade Brasileira de Fisioterapia (SBF), e no Simpósio Internacional de Atividades Físicas do Rio de Janeiro (SIAFisRJ), organizado pelo Exército Brasileiro, e outros.

Destaca-se a participação do CEFAN no SIAFisRJ, evento que aborda temas relacionados ao esporte e ao ambiente militar. Foram apresentados trabalhos por militares





**Figura 4:** Treinamento funcional.

do CEFAN nas edições de 2013, 2014 e 2016. Na última edição, além de três trabalhos apresentados na modalidade “Pôster” (**Figuras 5, 6 e 7**), houve a apresentação oral do primeiro tenente (RM2-T) Bruno Terra, com o título “Influência da preparação física prévia na taxa de atrição histórica do curso de Mergulhadores de Combate da Marinha do Brasil” (**Figura 8**).

No período de 28 de novembro a 01 de dezembro de 2017 foi realizado em Melbourne, Austrália, o 4.º Congresso Internacional de Desempenho Físico do Soldado (*4.th International Congress on Soldiers' Physical Performance*). O evento acontece a cada três anos e é considerado o principal congresso do mundo no que se refere ao desempenho físico de militares. Foram abordados temas como as demandas físicas no ambiente operacional, medidas de desempenho físico, prevenção de lesões, dentre outros. Pela primeira vez, militares do LABOCE apresentaram trabalhos nas três categorias (oral, pôster oral temático e pôster), fruto de estudos realizados nos diversos Centros de Formação da MB,

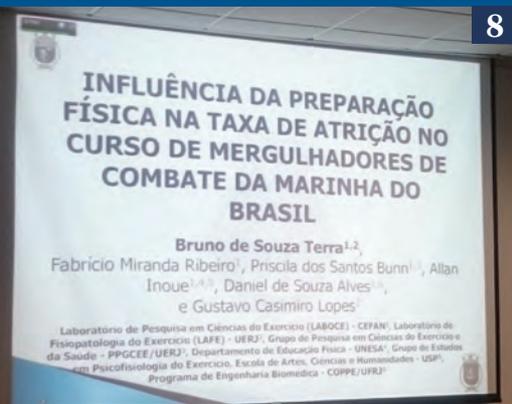
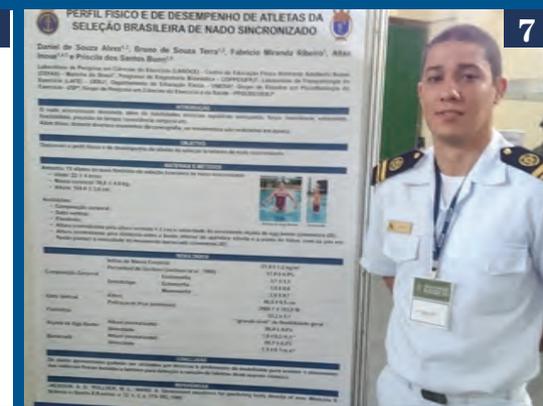
relacionados às linhas de pesquisa: prevenção de lesões musculoesqueléticas em militares e desempenho físico operacional. Foram aceitos para apresentação no Congresso cinco trabalhos de três pesquisadores do CEFAN: a capitã tenente (S) Priscila Bunn (**Figura 9**), o primeiro tenente (RM2-T) Bruno Terra (**Figura 10**) e o primeiro tenente (RM2-T) Inoue (**Figura 11**). Os temas foram relacionados ao desempenho físico de militares de Operações Especiais e à prevenção de lesões musculoesqueléticas. Adicionalmente, o capitão de corveta (S) Jambo, que está cursando Doutorado Pleno na Universidade de Sydney, na Austrália, apresentou o trabalho “Fase 1 de uma avaliação do modelo de predição de lesões musculoesqueléticas: um estudo prospectivo em alunos da Marinha”, escolhido como um dos cinco melhores trabalhos do congresso na categoria estudante (mestrado e doutorado) (**Figura 12**). A participação dos oficiais no congresso permitiu a divulgação internacional de trabalhos científicos realizados pela MB, bem como a troca de conhecimentos com

os principais pesquisadores mundiais da área de desempenho físico de militares (Figura 13). Os resumos (abstracts) de todos os trabalhos apresentados foram publicados na Revista *Journal of Science and Medicine in Sport*.

O aumento da produção acadêmica do CEFAN ocorreu após a criação do LABOCE e da dedicação integral de militares à pesquisa científica, em 2014, associada à qualificação do pessoal para o Ensino e Pesquisa. Atualmente, o CEFAN conta com

cinco doutores e dezoito mestres. Além disso, dois oficiais de carreira estão cursando doutorado.

As principais consequências dos conhecimentos provenientes da pesquisa científica são a melhoria do desempenho físico, a prevenção de lesões musculoesqueléticas e o aumento da qualidade de vida dos militares e atletas. A continuidade da dedicação do pessoal à pesquisa e a qualificação pessoal constantes são importantes fatores para a continuidade do processo.





# A energia de **Furnas** está **Sempre** com **VOCÊ**

*Furnas construiu e opera usinas hidrelétricas, termelétricas, parques eólicos e um sistema de transmissão por onde passa mais de 40% da eletricidade consumida no país.*

*Por isso, não é exagero dizer que a nossa energia está presente na sua vida. Inclusive no apoio à cultura, ao esporte, à conservação ambiental e à cidadania.*



Luiz Ernesto de Abreu Guerreiro

Prof. Educação (Física (CREF.  
001788-G RJ)

Diretor de Saúde Integrada e  
Sustentabilidade do Sistema FIRJAN

# Esporte, Educação e Saúde na construção de um mundo melhor



O esporte é um dos mais poderosos instrumentos de inserção social, cidadania, saúde e educação. Por meio dele, valores como a socialização, a solidariedade, a disciplina a cooperação, o espírito de equipe, o respeito ao próximo e outros, levaram a ONU (2003) a adotarem a resolução denominada: “O esporte como meio para promover a educação, a saúde, o desenvolvimento e a paz”. A partir desta resolução, 2005 foi instituído como o Ano Internacional do Esporte e da Educação Física.

O conceito de esporte no Brasil está atualizado, nos termos de legislação atual (Lei n.º 9.615/98) e na Política Nacional do Esporte, com a evolução conceitual do fenômeno sociocultural desportivo, ao aceitá-lo como direito de todas as pessoas, e com as formas de exercício desse direito. A partir da definição das dimensões: **Esporte-educação, Esporte-lazer**

**Esporte-Educação, voltado para a formação da cidadania, está dividido em: Esporte Educacional e Esporte Escolar.**

- a) *O Esporte Educacional*, também chamado de Esporte na Escola, pode ser oferecido também para crianças e adolescentes fora da escola (comunidades em estado de carência, por exemplo). Segundo Garrido e Tubino (2006), ele deve estar referenciado nos princípios da inclusão, participação, cooperação, coeducação e corresponsabilidade.
- b) *O Esporte Escolar* é praticado por jovens com algum talento para a prática desportiva e, embora compreenda competições entre escolas, não prescinde de formação para a cidadania, como uma manifestação do Esporte-Educação. O Esporte Escolar está referenciado nos princípios do Desenvolvimento Esportivo e do Desenvolvimento do Espírito Esportivo. O Espírito Esportivo é mais do que *fair play*, pois compreende também a determinação em enfrentar desafios e outras qualidades morais importantes.

**Esporte-Lazer**, também conhecido como Esporte Popular, praticado de forma espontânea, tem relações com a Saúde e as regras. Estas podem ser oficiais, adaptadas ou até criadas, pois são estabelecidas entre os participantes. O Esporte-Lazer, que também é conhecido como Esporte Comunitário, Esporte-Ócio, Esporte-Participação ou Esporte do Tempo Livre, tem como princípios: a participação, o prazer e a inclusão.

**Esporte de Desempenho**, conhecido também como Esporte de Competição,

Esporte-Performance e Esporte Institucionalizado, é aquele praticado obedecendo a códigos e regras estabelecidos por entidades internacionais. Objetiva resultados, vitórias, recordes, títulos esportivos, projeções na mídia e prêmios financeiros. A ética deve ser uma referência nas competições e nos treinamentos. Os dois princípios do Esporte de Desempenho são: a Superação e o Desenvolvimento Esportivo. Convém esclarecer que o Esporte de Desempenho pode ser de Rendimento ou de Alto Rendimento (Alta Competição, Alto Nível etc.). Os princípios para essas duas manifestações do Esporte de Desempenho são comuns.

Os valores desenvolvidos nas diferentes dimensões extrapolam o esporte e se disseminam como universais para as organizações e sociedades em todos os continentes.

Neste sentido a ONU reconheceu, por meio de resolução, o poder do esporte para contribuir no desenvolvimento humano e para uma infância saudável. Por meio do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) acredita que é possível criar um mundo em que:

- meninos e meninas brinquem e pratiquem esportes em espaços seguros e acessíveis a todos;
- escolas incluam educação física como parte de seus currículos escolares e contem com professores qualificados, além de quadras e materiais esportivos adaptados e espaços para brincar com segurança;
- famílias brinquem com seus filhos em parques, quadras e espaços públicos seguros; e
- crianças e adolescentes cresçam saudáveis com suas famílias e amigos por meio da prática esportiva e, assim, exerçam sua cidadania e respeitem a diversidade.





Em 2011, foi lançada a Carta Olímpica pelo Comitê Olímpico Internacional que resume os princípios fundamentais do olimpismo, e

define a organização e o funcionamento do Movimento Olímpico. Com base nela, cabe destacar, os princípios do olimpismo:

- a) O olimpismo é uma filosofia de vida que exalta e combina, de forma equilibrada, um conjunto de qualidades do corpo, da vontade e do espírito. Aliando o esporte à cultura e à educação, o olimpismo visa a criar um estilo de vida fundado no prazer do esforço, no valor educativo do bom exemplo e no respeito pelos princípios éticos universais.
- b) O propósito do olimpismo é de colocar o esporte a serviço do desenvolvimento harmônico do ser humano, com vistas a promover uma sociedade pacífica e empenhada na preservação da dignidade humana.
- c) O Movimento Olímpico consiste na ação concertada, organizada, universal e permanente de todos os indivíduos e entidades que são inspirados pelos valores do otimismo, sob a autoridade suprema do COI.
- d) A prática do esporte é um direito do homem. Todo e qualquer indivíduo deve ter a possibilidade de praticar esporte, sem qualquer forma de discriminação e de acordo com o espírito olímpico, o qual requer o entendimento mútuo, o espírito de amizade, de solidariedade e de *fair play*. A estrutura, a administração e a gestão do esporte devem ser controladas por organizações desportivas independentes.
- e) Toda a forma de discriminação relativa a países ou pessoas, com base em raça, religião, política, sexo ou outro, é incompatível com a pertença ao Movimento Olímpico.
- f) Pertencer ao Movimento Olímpico exige o respeito à Carta Olímpica e o reconhecimento pelo COI.



No trabalho de estudo e pesquisa denominado *Designe to Move*, 2012 (pp. 26-27), são apontados os benefícios da atividade física, exercícios, esportes ou jogos fisicamente ativos no desenvolvimento do capital humano, em seis categorias:

1. **CAPITAL FÍSICO:** Os benefícios diretos para a saúde física e as influências positivas para comportamentos saudáveis.
2. **CAPITAL EMOCIONAL:** Os benefícios à saúde mental e psicológica associados à atividade física.
3. **CAPITAL INDIVIDUAL:** Os elementos do caráter de uma pessoa – p. ex., habilidades vitais, sociais, valores – adquiridos através da participação em jogos fisicamente ativos, esportes e outras formas de atividade física.
4. **CAPITAL SOCIAL:** Os resultados obtidos quando as relações entre pessoas, grupos, organizações e sociedade civil se fortalecem graças à participação em atividades físicas de grupo, jogos ou esportes competitivos.
5. **CAPITAL INTELECTUAL:** Os benefícios cognitivos e educacionais que estão cada vez mais relacionados à participação em atividades físicas.
6. **CAPITAL FINANCEIRO:** Ganhos em termos de poder aquisitivo, desempenho profissional, produtividade e satisfação profissional, ao lado de custos reduzidos com serviços de saúde e oabsentismo/presenteísmo (i.e. baixa produtividade entre aqueles que estão “presentes”), associados à atividade física e ao esporte.



Como estudo de caso (p. 96) do programa Segundo Tempo do Ministério dos Esportes do Brasil, embora reconhecendo a necessidade de aprofundar mais os estudos, a Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (2009-2010), identificou na pesquisa realizada, os seguintes impactos para os beneficiários e seus familiares:

- Individual: 83,4 % dos participantes melhoraram a sua autoestima; 77 % aperfeiçoaram as habilidades de comunicação e a capacidade de defender as suas próprias ideias.
- Social: 82,2 % melhoraram a sua vida social, principalmente em relação as amizades; 73 % disseram que a vida familiar melhorou, e se observou uma diminuição da exposição aos riscos sociais.
- Acadêmico: 77,7 % tiveram maior interesse pelas atividades escolares; 74,4 % melhoraram o desempenho escolar.
- Saúde: 74,9 % melhoraram a sua saúde.

Dentro deste contexto que organizações como o SESI RIO e a Marinha do Brasil, por meio do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), desenvolvem programas que vão ao encontro das expectativas das principais organizações sociais mundiais, engajando-se na oferta de oportunidade para que crianças e jovens em risco social vislumbrarem uma perspectiva de vida melhor.

O SESI RIO, por meio do seu programa SESI-Cidadania, que desde 2011 oferece atividades de iniciação desportiva para crianças e jovens entre sete e quatorze anos nas comunidades pacificadas do Rio de Janeiro, realizou no período 389.052 atendimentos.





No CEFAN é realizado um programa de iniciação esportiva para crianças e jovens das comunidades próximas, possibilitando o engajamento daqueles que possuem aptidão e talento para determinado esporte, inserindo-os em equipes de competições com a possibilidade de serem conduzidos à participação olímpica.

Esta união de propósitos viabilizou maior aproximação e entendimento entre

tais instituições e que juntas viabilizem a criação de oportunidades para as crianças e os jovens em situações de risco, potencializando e possibilitando o desenvolvimento do capital humano nas diversas dimensões. E mais, fortalecer sua formação por meio dos valores do esporte e do olimpismo, tornando-os cidadãos inseridos e participativos na construção de um mundo melhor para todos.

## REFERÊNCIAS:

COMITÊ OLÍMPICO INTERNACIONAL (COI). **Carta Olímpica**. Tradução: Secretaria de Estado do Desporto e Juventude de Portugal. 2011.

DACOSTA, Lamartine et al. **Manual valores do Esporte-SESI: fundamento**. SESI. Departamento Nacional. – Brasília: SESI/DN, 2007.

MACCALLUM, Lisa; GOPU, Nithya; HOWSON, Nicole. **Desenhando para o movimento**. Tradução: Wieden Kennedy. São Paulo: Nike Brasil, 2013.

TUBINO, Manoel José Gomes. **Estudos brasileiros sobre o esporte: ênfase no esporte-educação**. Maringá: EduEM, 2010.





Ney Wilson Pereira da Silva  
Gestor de Alto Rendimento da  
Confederação Brasileira de Judô  
Bernardo Garcia de Seabra  
Supervisor de Alto Rendimento da  
Confederação Brasileira de Judô

# A importância da Marinha no cumprimento de metas esportivas da Confederação Brasileira de Judô



Rafaela Silva  
Foto: Agência Brasil

Como maior vencedora entre as modalidades olímpicas brasileiras, quando se contabilizam as medalhas olímpicas, a Confederação Brasileira de Judô (CBJ) busca o desenvolvimento constante. Ao longo dos anos, vem superando seus recordes e, conseqüentemente, estipulando metas arrojadas a cada ciclo olímpico.

Resultado do Planejamento Estratégico da CBJ (feito em parceria com o Comitê Olímpico Brasileiro) para o ciclo Tóquio 2020, a visão da entidade, ou seja, o principal objetivo é “Tornar-se uma das cinco maiores potências Mundiais na modalidade até 2020”. Isso porque, apesar das grandes campanhas nos últimos dois jogos Olímpicos, em Londres 2012 e Rio 2016 o Judô brasileiro ficou na sexta colocação no quadro geral de medalhas.



Diante da crise econômica e da constante evolução dos adversários, esta meta pode parecer muito difícil de ser alcançada. No entanto a CBJ acredita que a continuidade no trabalho desenvolvido principalmente nos últimos dois ciclos olímpicos, pode trazer grandes resultados de Tóquio. Somados a isso, são estratégicas as parcerias com entidades que ajudam a desenvolver a modalidade e, principalmente, o suporte ao atleta de alto rendimento.

Neste sentido, a parceria entre o judô brasileiro e a Marinha do Brasil (MB) vem trazendo resultados importantes para a consolidação dos resultados de atletas beneficiados com o Programa de Alto Rendimento da Marinha do Brasil. Hoje, ao todo são quatorze atletas sargentos da MB, que defendem o Brasil no circuito Internacional da Federação de Judô. Entre estas quatorze atletas, estão expoentes de nossa modalidade, como a campeã olímpica Rafaela Silva e a bicampeã mundial Mayra Aguiar.

Dois mil e dezessete foi o primeiro do Ciclo Olímpico visando Tóquio 2020. Como primeiro ano desta caminhada rumo aos Jogos Olímpicos no berço de nossa modalidade, a Seleção Brasileira de Judô se manteve entre as principais potências do esporte, ao lado de países como Japão, Rússia e França. Como meta neste Microciclo, tínhamos a ambição de ficar entre os cinco melhores, tanto no resultado geral do Campeonato Mundial, quanto no quadro de medalhas da Federação Internacional de Judô.

Como evento foco neste ano de 2017, tivemos o campeonato Mundial, desta vez disputado em Budapeste, na Hungria. No

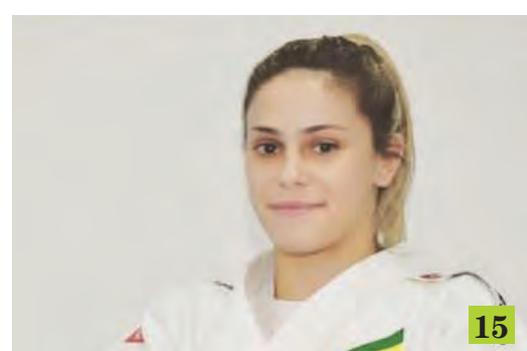
quadro de medalhas da competição individual, terminamos no quarto lugar, atrás de Japão, França e Mongólia. Se levamos em consideração a quantidade de medalhas, apenas Japão e Mongólia subiram mais ao pódio que nós.

## QUADRO DE MEDALHAS

### Campeonato Mundial Individual 2017

#	País	Ouro	Prata	Bronze	Total
1	Japão	7	4	1	12
2	França	2	0	1	3
3	Mongólia	1	1	4	6
4	<b>Brasil</b>	1	1	2	4
5	Sérvia	1	0	0	1
6	China	1	0	0	1
7	Alemanha	1	0	0	1
8	Azerbaijão	0	2	2	4
9	Eslovênia	0	2	0	2
10	Rússia	0	1	3	4
11	Geórgia	0	1	2	3
12	Itália	0	1	0	1
12	Porto Rico	0	1	0	1
14	Coreia do Sul	0	0	3	3
15	Grã-Bretanha	0	0	2	2
16	Israel	0	0	1	1
18	Uzbequistão	0	0	1	1
18	Cazaquistão	0	0	1	1
19	Colômbia	0	0	1	1
19	Cuba	0	0	1	1
19	Espanha	0	0	1	1
19	Iran	0	0	1	1
19	Polônia	0	0	1	1





Pela primeira vez na história, conquistamos duas medalhas na mesma categoria de peso. Os pesos pesados David Moura, que conquistou a prata, e Rafael Silva, que ficou com o bronze, mantiveram nosso bom histórico na categoria. Medalhista em todos os Mundiais desde 2013, a ex-sargento da Marinha, a peso meio-leve, Erika Miranda, alcançou mais uma medalha de bronze, sua quarta conquista em campeonatos Mundiais.

Mas o Mundial de Budapeste estava reservando mais uma conquista histórica do judô brasileiro. Ao vencer a japonesa Umeki Mami na grande final, a sargento ex- Mayra Aguiar tornou-se a primeira judoca brasileira a conquistar dois títulos Mundiais. A meio-pesado gaúcha igualou o feito de seu conterrâneo, João Derly.

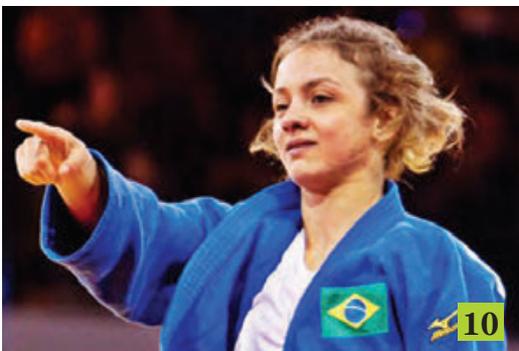
Ou seja, das quatro medalhas brasileiras no Campeonato Mundial Individual, 50 %

delas foram conquistadas por atletas que já foram ou são beneficiadas pelo programa de Atletas de Alto Rendimento da Marinha.

Analisando o quadro de medalhas do Campeonato Mundial, apenas sete países conseguiram chegar ao lugar mais alto do o pódio, consagrando ao menos um atleta como campeão mundial. Na distribuição de medalhas, vinte e três países diferentes dividiram as sessenta medalhas disputadas na competição.

No quadro de medalhas dos eventos da Federação Internacional neste ano, a Seleção Brasileira terminou o ano no top três entre os países com mais medalhas nos campeonatos da Federação Internacional, com 194 medalhas no total: oitenta e seis de ouro, quarenta e cinco de prata e sessenta e três de bronze. Os quatorze atuais atletas da Seleção Brasileira que são beneficiadas atualmente





pele Programa de Alto Rendimento da Marinha foram responsáveis por vinte destas medalhas. Além do Ouro de Mayra Aguiar e do Bronze de Erika Miranda no Mundial Sênior, o Sargento Daniel Cargnin se sagrou campeão Mundial Junior (Sub21).

A importância de ter ações sincronizadas e contínuas, além de entidades parceiras, também se ilustram ao colocarmos os números de 2016 e 2017 lado a lado. Em comparação ao ano de 2016, tivemos grande evolução tanto na quantidade quanto no aproveitamento relativo a qualidade de medalhas em 2017.

### Atletas de Judô que integram as Forças Armadas Brasileiras:

#### MARINHA DO BRASIL

- 1) 3°SG-RM2-EP BARBARA CHIANCA TIMO 70kg;
- 2) 3°SG-RM2-EP DANIEL BORGES CARGNIN 66kg;
- 3) 3°SG-RM2-EP JÉSSICA COUTO LIMA 57kg;
- 4) 3°SG-RM2-EP LARISSA CINCINATO PIMENTA 52kg;
- 5) 3°SG-RM2-EP LAYANA LACERDA SOARES COLMAN 57kg;
- 6) 3°SG-RM2-EP LINCOLN KEIITI KANEMOTO DAS NEVES 73kg;
- 7) 3°SG-RM2-EP LUIZA MONCALVO LOPES MACHADO CRUZ +78kg;
- 8) 3°SG-RM2-EP MARIA REGINA HARUMI TABA 52kg;
- 9) 3°SG-RM2-EP MARIA SUELEN ALTHEMAN +78kg;
- 10) 3°SG-RM2-EP NATHALIA CASTELAN BRIGIDA 48kg;
- 11) 3°SG-RM2-EP RAFAELA LOPES SILVA 57kg;
- 12) 3°SG-RM2-EP ROCHELE JESUS NUNES +78kg;
- 13) 3°SG-RM2-EP TAMIRES CRUDE ANDRADE DA SILVA 57kg;
- 14) 3°SG-RM2-EP TIAGO MENEZES PINHO 81kg;
- 15) 3°SG-RM2-EP YANKA DALBEM PASCOALINO 63kg.



Fotos: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15 (Acervo CEFAN) Fotos: 7, 11 e 16 (Flickr CBJ)



Diante dos dados levantados, é impossível negar a importância da MB no cumprimento de metas esportivas da CBJ. Seja nos microciclos, acurados a cada ano, ou no macrociclo,

a cada ciclo olímpico, a MB tem inegável acuidade na visão estratégica da CBJ em “Tornar-se uma das cinco maiores potências Mundiais na modalidade até 2020”.

2016					2017				
#	País	🥇	🥈	🥉	#	País	🥇	🥈	🥉
1	Rússia	129	120	182	1	Japão	118	44	73
2	Japão	91	37	60	2	Rússia	110	120	182
3	França	69	71	130	<b>3</b>	<b>Brasil</b>	<b>86</b>	<b>45</b>	<b>63</b>
4	Alemanha	49	58	110	4	França	61	70	132
5	Holanda	49	37	81	5	Holanda	47	33	80
<b>6</b>	<b>Brasil</b>	<b>46</b>	<b>35</b>	<b>64</b>	6	Alemanha	45	47	96
7	Azerbaijão	43	22	54	7	Austrália	41	33	35
8	EUA	41	28	42	8	Tunísia	37	36	32
9	Itália	40	54	95	9	Itália	36	52	97
10	Austrália	38	28	27	10	Hungria	36	29	89



## REFERÊNCIAS:

ljf.org

judobase.org

cbj.com.br



Capitão de Mar e Guerra (T) Marcos  
Vinicius Lúcio

Gerente de Esporte e Paz do  
Conselho Internacional do Esporte  
Militar



# A importância do esporte para a promoção do desenvolvimento e da paz



Ao longo da história da humanidade, o esporte tem desempenhado um papel importante em todas as sociedades, seja na forma de competições, atividades físicas ou brincadeiras. Esporte e lazer são direitos humanos que devem ser respeitados e aplicados em todo o mundo; o desporto tem sido cada vez mais reconhecido e usado

como uma ferramenta de baixo custo e alto impacto nos esforços humanitários, de desenvolvimento e construção da paz, pela Organização das Nações Unidas (ONU), por organizações não-governamentais (ONGs), governos, agências de desenvolvimento, esportes federações, Forças Armadas e meios de comunicação (ONU, 2014).





GIRLS AND/OR WOMEN

O esporte não pode impor ou manter a paz, mas pode inspirá-lo. O esporte certamente tem um papel vital, pois continua demonstrando que pode facilitar o diálogo entre diferentes comunidades e ser um catalisador para o entendimento mútuo em nossa sociedade. A ONU reconheceu há muito tempo seu valor e, como tal, o Comitê Olímpico Internacional (COI) cultivou um forte relacionamento com essa organização e suas agências parceiras, que mais

recentemente resultou na assinatura de um acordo histórico que visa fortalecer a colaboração entre os dois órgãos ao mais alto nível, pois ambos consideram o esporte um investimento importante no presente e no futuro, particularmente nos países em desenvolvimento. A prática desportiva como uma “linguagem universal”, pode ser uma ferramenta poderosa para promover a paz, a tolerância e a compreensão, aproximando as pessoas de diferentes fronteiras, culturas



e religiões. Seus valores intrínsecos como o trabalho em equipe, a justiça, a disciplina, o respeito pelo oponente e as regras do jogo são compreendidos em todo o mundo e podem ser aproveitados no avanço da solidariedade, coesão social e coexistência pacífica (COI, 2017).

O direito de acesso e participação no desporto e no jogo há muito é reconhecido em várias convenções internacionais. Em 1978, a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO) descreveu o esporte e a educação física como um “direito fundamental para todos”. Mas até hoje, infelizmente, este direito muitas vezes foi, e ainda é, ignorado ou desrespeitado. Em um contexto de desenvolvimento, a definição de esporte geralmente inclui um amplo e inclusivo espectro de atividades adequadas para pessoas de todas as idades e habilidades, com ênfase nos valores positivos. Em 2003, o Grupo de Trabalho Interinstitucional das ONU sobre Esporte para o Desenvolvimento e Paz o definiu, para fins de desenvolvimento, como “todas as formas de atividade física que contribuem para a aptidão física, bem-estar mental e interação social, como brincar, recreação, esporte organizado ou competitivo e esportes / jogos indígenas”. Essa definição foi aceita por muitos defensores do desporto para o Desenvolvimento e a Paz.

Ele tem um poder único de atrair, mobilizar e inspirar. Por sua própria natureza, a atividade envolve participação. É sobre inclusão e cidadania. Representa valores humanos como o respeito pelo oponente, a aceitação de regras vinculantes, o trabalho em equipe e a equidade. Muitos fundos, programas e agências especializadas da ONU usaram e continuam a usar programas

esportivos como ferramenta transversal para atingir seus objetivos, como por exemplo:

- Angariação de fundos, sensibilização do público e mobilização: em particular, nomeando atletas famosos como "embaixadores" ou "porta-vozes" e aproveitando o potencial dos eventos desportivos como plataformas de divulgação. O poder mobilizador do esporte é frequentemente usado como um “abridor de portas” para transmitir mensagens cruciais sobre saúde, direitos da criança, meio ambiente, educação, etc.
- Desenvolvimento e promoção da paz: em projetos de base, o esporte é usado em uma variedade extremamente ampla de situações — seja como ferramenta integrada em atividades humanitárias emergenciais de curto prazo, seja em projetos de cooperação para o desenvolvimento a longo prazo, em escala local, regional ou global (ONU, 2018).

Adicionalmente, a prática esportiva proporciona à sociedade outros benefícios tais como:

- Desenvolvimento individual
- Promoção da saúde e prevenção de doenças
- Promoção da igualdade de gênero
- Integração social e desenvolvimento do capital social
- Construção da paz e prevenção / resolução de conflitos
- Alívio pós-desastre / trauma e normalização da vida
- Desenvolvimento Econômico
- Comunicação e mobilização social.



Bons exemplos de programas esportivos que promovem o desenvolvimento e a paz, no Brasil e no exterior, não faltam:

**Programa Segundo Tempo – Forças no Esporte (Em todos os Estados Brasileiros)**

**Taça das Favelas (Rio de Janeiro – RJ)**



<sup>1</sup> Todas as informações sobre os programas citados e muitos outros, podem ser encontradas na página virtual do Comitê Olímpico Internacional em: <<https://www.olympic.org/sport-and-active-society>>.





## Esporte e Paz no Conselho Internacional do Esporte Militar (CISM)

Dentro deste aspecto, gostaria de apresentar aos leitores da Podium Naval algumas atividades da Gerência de Esporte e Paz desenvolvidas no CISM, pois, conforme demonstrado em nosso sítio virtual, um dos principais objetivos de nossa organização é a paz por meio do esporte, cujo objetivo é



criar relações amigáveis entre os membros das Forças Armadas. É um forte motivo e uma grande oportunidade para aumentar os contatos entre esportistas militares e esportistas dentro do CISM, devido ao poder que a atividade esportiva tem de provocar uma mudança social positiva.



O esporte tem desempenhado historicamente um papel importante no processo de construção da paz. O CISM é a única organização capaz de reunir militares para compartilhar experiências em campos esportivos, em vez de em batalhas. Isso ressalta a importância do alcance do CISM e da vinculação com outras organizações internacionais. O lema do CISM “Amizade através do Esporte” sempre foi o lema do CISM, assim como o desenvolvimento de “relações amistosas entre as Forças Armadas dos países-membros”. De fato, a noção tem um significado muito mais amplo, pois os soldados, que viveram a experiência de amizade com “supostos oponentes no campo de batalha”, estão alimentando as melhores memórias e

trazendo essa experiência em suas futuras ocupações, seja em carreira militar ou civil (CISM, 2017).

Atualmente, o CISM possui diversos projetos em prol da paz por meio do esporte, como por exemplo:

**CISM Day Run for Peace**, organizado anualmente em fevereiro em todo o mundo, celebrando o aniversário da instituição.

A **CISM Futsal Cup for Peace**, disputada pelos países que compunham a extinta Iugoslávia (Bósnia e Herzegovina, Croácia, Eslovênia, Macedônia, Montenegro e Sérvia), organizada anualmente em sistema de rodízio. Este ano, no mês de maio, a décima edição da competição foi disputada em Kolašin, Montenegro.



**CISM East Asia Judo Tournament**, organizado pela primeira vez em 2017, foi disputado em Ulaanbaatar, Mongólia, promovendo paz, amizade e proximidade entre as Forças Armadas da China, Coreia do Sul, Coreia do Norte, Cazaquistão, Rússia, Vietnam e Mongólia.

Em reconhecimento a toda essa influência positiva do esporte, a ONU, em agosto de 2013, proclamou em Assembleia Geral, o dia 6 de abril (guarde essa data!) como o Dia Internacional do Esporte para Desenvolvimento e Paz, criado para aumentar a conscientização sobre a posição ideal que o esporte tem para contribuir com os objetivos das Nações Unidas. A data escolhida nos remete a uma efeméride do esporte olímpico, pois no dia 6 de abril de 1896 foi realizada a abertura da primeira Olimpíada da Era Moderna, em Atenas, na Grécia. Em todo o mundo são organizados eventos para celebrar a data, promovidos pela ONU e pelo COI. Merecidamente.

## Conclusão

O potencial positivo do esporte não se desenvolve automaticamente. Requer uma



intervenção profissional e socialmente responsável, adaptada ao respectivo contexto social e cultural de cada localidade selecionada para determinada atividade. Programas efetivos devem dar prioridade aos objetivos de desenvolvimento e serem cuidadosamente planejados para poderem ser inclusivos.

Desta forma, o esporte terá totais condições de desempenhar um papel significativo como promotor da integração social e do desenvolvimento econômico em diferentes contextos geográficos, culturais e políticos. Tal atividade é uma ferramenta poderosa para fortalecer laços e redes sociais e promover ideais de paz, fraternidade, solidariedade, não-violência, tolerância e justiça.

E você? Tem uma boa ideia para um projeto de esporte e paz? Está esperando o quê? Mãos à obra!

## REFERÊNCIAS

Disponível em: <<https://www.un.org>>. Acesso em: 12 abr. 2018, às 10:48

Disponível em: <<https://www.olympic.org>>. Acesso 12 abr. 2018, às 11:20

Disponível em: <<https://nacoesunidas.org>>. Acesso em: 10 abr. 2018, às 10:12

Disponível em: <[www.milsport.one](http://www.milsport.one)>. Acesso em: 09 abr. 2018, às 11:08



Capitão de Mar e Guerra (RM1-FN)  
Paulo Ricardo Lins Barboza

Chefe do Departamento de  
Educação Física e Esportes da  
Escola Naval

# O esporte na Escola Naval e a sua importância para Marinha do Brasil

## O papel do esporte na formação do Aspirante

A atividade esportiva aliada à formação militar e à acadêmica constituem os pilares da formação do aspirante da Escola Naval (EN), e sobre esse tripé se forjam as virtudes inegociáveis que se esperam do oficial da Marinha do Brasil (MB). Na EN, as atividades desportivas compreendem as equipes desportivas, as equipes específicas da formação marinheira e as turmas de educação física. Para consecução dessas atividades, anualmente são realizadas diversas competições esportivas, treinamentos de equipes, aulas diárias de educação física, prática de modalidades essencialmente marinheiras. Todas elas contribuem de forma marcante na formação do caráter do oficial de Marinha. A publicação interna da EN “Nossa Voga” bem descreve o significado do caráter do oficial

de Marinha: “[...] é formado por qualidades e disposições, por uma certa mentalidade, por traços especiais que cada qual deve aperfeiçoar em si próprio. No seu conjunto, essas características compõem os dezesseis ramos da chamada Rosa das Virtudes, que enfeixa o Caráter Marinheiro”. Nesse contexto, podemos afirmar que alguns atributos da Rosa das Virtudes, tais como a honra, iniciativa, cooperação, espírito de sacrifício, abnegação, disciplina, coragem e tenacidade, são desenvolvidos e aperfeiçoados durante as atividades esportivas da EN, quer nas pistas, quadras e campos, quer nos mares e piscinas.

Nossos aspirantes se dedicam a árduos treinamentos diários, que ajudam a manter a necessária higidez física e a fortalecer suas convicções nos valores morais e éticos, tão caros para a MB, valores esses para cujo desenvolvimento o esporte tem papel relevante (**figura 1**).

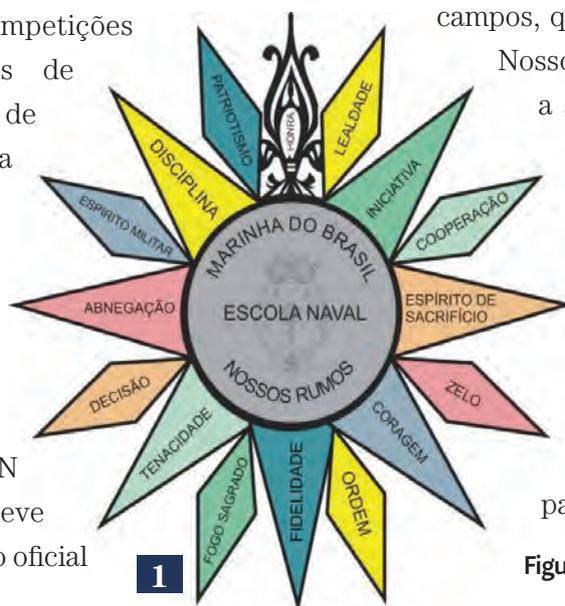


Figura 1: A Rosa das Virtudes.





Figura 2: Festival Sulamericano de Cadetes

## As equipes representativas da EN

A cada ano que se inicia as equipes se renovam. Portanto, a busca por novos talentos esportivos é constante. Começam os preparativos para seleção dos aspirantes que terão a honra de serem chamados de atletas, marca indelével que carregarão, não somente durante suas vidas acadêmicas, mas, por vezes, terão a lembrança de seus nome atrelada à equipe que defendeu. A possibilidade de poder representar a EN, a MB, ou até mesmo o Brasil em uma competição internacional é um fator motivador na formação das equipes. Aproximadamente 38 % do Corpo de Aspirantes é atleta. As principais competições internacionais para as equipes são o Mundial de Cadetes e o Festival Sulamericano de Cadetes (figura 2).

A primeira edição dos Jogos Mundiais de Cadetes do Conselho Internacional do

Esporte Militar (CISM) ocorreu em Ancara (Turquia), em 2010. Os jogos foram criados com o propósito de congregar os jovens oficiais de todo o mundo, despertando a mentalidade desportiva e desenvolvendo a “Amizade Através do Esporte” nos futuros líderes das Forças Armadas Mundiais. O legado de união e amizade que o esporte militar é capaz de produzir tem sido cada vez mais potencializado ao longo dos anos. A MB em particular, por meio do seu Programa Olímpico, além de possibilitar ao Brasil atingir a tão sonhada condição de potência olímpica, contribui de forma significativa para a consolidação de uma mentalidade voltada para a prática de atividades esportivas dentro da Força Naval. Nesse sentido, a participação dos atletas da EN em eventos internacionais serve de grande incentivo nos treinamentos das equipes, bem como incute nas futuras gerações de oficiais a importância do esporte militar para a MB e para o Brasil. (figura 3)





3



4

Não se pode falar de equipes da EN sem mencionar a NAVAMAER, tradicional competição entre as Escolas de Formação de Oficiais, cujos objetivos são: estimular a sã camaradagem entre os futuros oficiais, proporcionando ambiente de conagraçamento, e desenvolver nos aspirantes e cadetes o gosto pela prática dos desportos. Atualmente, são disputadas as seguintes modalidades: atletismo, basquetebol, esgrima, futebol, judô, natação, orientação, pentatlo militar, polo aquático, tiro de armas curtas, tiro de armas longas, triatlo e voleibol. Os atletas que lograrem ser campeões da NAVAMAER conquistam o direito de ostentar em seus uniformes um distintivo que foi criado somente para esse fim, o que bem caracteriza a relevância dessa tradicional competição esportiva (**figura 4**).

A rotina de treinamentos não é fácil. Para que sejam alcançadas as melhores performances dentro de cada

equipe é de suma importância a atuação dos técnicos. Amizades duradouras nascem da labuta esportiva diária. A figura do técnico de equipe é muito valorizada pelos atletas e pelo comando. Muitos deles, além de professores, tornam-se grande conselheiros, que orientam e ajudam os aspirantes na difícil rotina de bordo. Eles conhecem muito bem as peculiaridades de cada atleta e sabem adaptar seus treinamentos à realidade de uma escola militar de formação (**figura 5**).



5



## A participação das Aspirantes do sexo feminino

A primeira turma de aspirantes do sexo feminino ingressou em Villegagnon em 2014. Como consequência, o Departamento de Educação Física e Esportes fez os ajustes necessários, de forma que as equipes da EN se ajustassem rapidamente a essa nova realidade. Não foi imposta a nenhuma aspirante a participação em equipes específicas. Mesmo assim, foram realizados testes físicos com o objetivo de distribuir as aspirantes nas equipes de acordo com o pendor/preferência de cada uma. Desse modo, naquele ano, a EN contou com

atletas mulheres nas equipes de atletismo, natação, orientação, pentatlo militar, tiro e remo escaler (barco misto), sendo que 3 atletas alcançaram a classificação para representar o Brasil no Segundo Mundial Militar de Cadetes, realizado no Equador. Ainda em 2014, a NAVAMAER já contava com disputas femininas contra a Academia da Força Aérea nas modalidades de atletismo, natação, orientação e pentatlo militar. A partir de 2018, com o ingresso de cadetes femininas na Academia Militar das Agulhas Negras, existe a previsão de haver competição nas modalidades de atletismo, natação, orientação, pentatlo militar, esgrima e tiro. (figuras 6 e 7).





8

Em dezembro 2017, ocorreu a formatura da primeira turma de aspirantes do sexo feminino. Pode-se afirmar que as atletas pioneiras deixaram um grande legado para o esporte na EN e na MB. A maioria delas iniciaram suas vidas esportivas na EN, desenvolvendo habilidades mediante treinamentos intensos, demonstrando admirável espírito de sacrifício.

Nos quatro primeiros anos da participação feminina na NAVAMAER, as Aspirantes ganharam trinta e três medalhas de ouro, dezesseis medalhas de prata e quatorze medalhas de bronze. Cabe destacar a participação da aspirante Laís Menezes, que conquistou na NAVAMAER 2017, cinco medalhas de ouro no Atletismo. (figura 8)

## Equipes da Formação Marinheira (Formar)

Como o escopo da EN é formar marinheiros, é fundamental que os “Sentinelas dos Mares” tenham familiaridade com o mar. As equipes de vela, remo olímpico, remo escaler e canoagem proporcionam o contato quase diário do aspirante com o mar contribuindo intensamente para a sua formação marinheira. Em 2017, 166 aspirantes fizeram parte da equipe de vela em 33 embarcações; 50 aspirantes constituíram a equipe de remo olímpico em 35

embarcações; 72 aspirantes integraram a equipe de remo escaler em cinco embarcações; e 35 aspirantes em 34 caiaques de canoagem. Desse modo, 33% dos aspirantes compuseram às equipes da Formar no ano de 2017. Além disso, resultados expressivos foram alcançados pelos aspirantes nesse ano. O mais significativo foi a bordo do veleiro Cherne, com o qual sagrou-se campeão da Tradicional Regata Santos-Rio mais de 220 marinheiros. O que demonstra a grande contribuição dos esportes náuticos da EN para bem representar e elevar o nome da MB (figuras 9, 10 e 11).



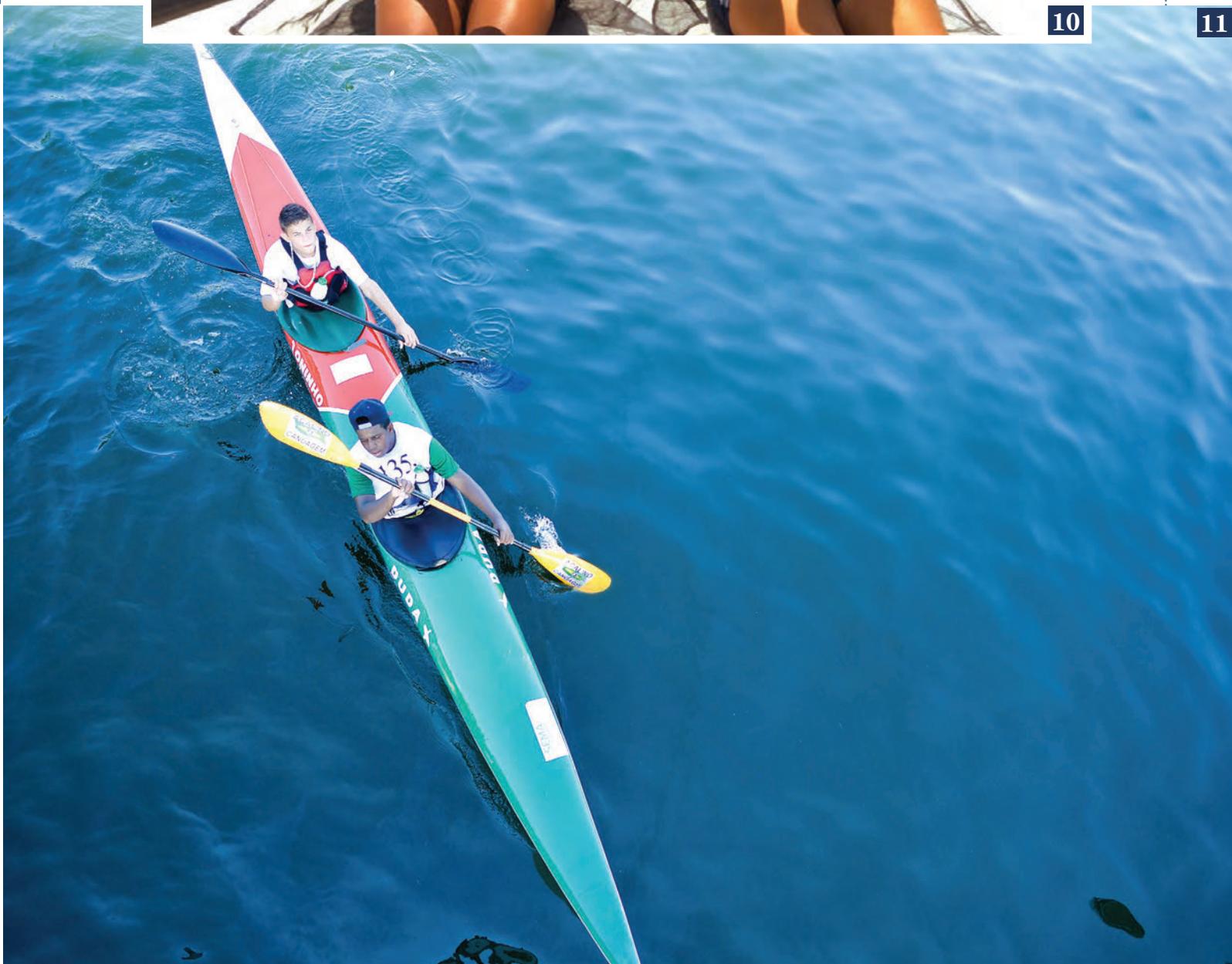
9





10

11



Esporte é vida. Viva o Esporte!

91

Um outro diferencial da EN é ter as aulas de remo e vela como parte integrante de seu currículo. Por isso, espera-se que todos os aspirantes atinjam, ao fim do primeiro ano, a capacitação em remo em escaler ao fim do segundo ano, em navegação no escaler a vela ao fim terceiro ano, em navegação nos veleiros J-24, e, ao fim do quarto ano, em navegação nos Veleiros Oceânicos.

## A disciplina TFM: turmas de educação física

O Treinamento Físico Militar (TFM), conforme descrito na publicação CGCFN-15, é essencial para a manutenção da saúde e da higidez física, para a eficiência do desempenho profissional e da funcionalidade em combate, além de fazer parte do adestramento de todo militar. Contudo, para os aspirantes da EN, o TFM é, também, uma disciplina prevista nas Normas para os Cursos de Graduação da Escola Naval. O seu aproveitamento é verificado por meio de Provas Parciais (PP) e composto por cinco diferentes testes: corrida, abdominal, permanência, barra e natação. Assim sendo, os aspirantes devem atingir os índices mínimos de seus respectivos anos para serem aprovados no ano letivo.

Para consecução da carga horária do TFM, após uma avaliação física inicial, os aspirantes são divididos em quinze turmas de educação física (EDF) de acordo com o nível de seus condicionamentos físicos, incluindo as turmas de Baixo Desempenho Físico (BDF) terrestre, aquático e barra, voltadas para trabalhar as dificuldades específicas de cada

militar. Vale mencionar que os aspirantes só podem participar das equipes representativas e das equipes da Formar se não estiverem enquadrados na turma de BDF e tampouco pertencerem ao grupo com Baixo Desempenho Acadêmico.

## Contribuição para a MB

Para atender as demandas de todas as atividades esportivas, a EN possui um complexo esportivo moderno com equipamentos compatíveis com a grande importância que o esporte representa para a MB. Por sua participação na preparação olímpica de alguns países como Brasil, Estados Unidos, Austrália, França, Japão, Reino Unido e Suécia, a EN modernizou suas instalações esportivas, dentre as quais se destacam: a pista de atletismo, o centro de treinamento de tiro esportivo, a sala de treinamento de força, o parque aquático e o dojo. Nossos futuros oficiais puderam, assim, acompanhar as mudanças de nossas instalações, os treinamentos de atletas olímpicos e, ainda, testemunhar a capacidade de superação de alguns atletas paralímpicos, que igualmente utilizaram o complexo esportivo de Villegagnon (**figuras 12, 13, 14 e 15**).

Nesse sentido, o esporte na EN, por meio de suas equipes e turmas de educação física, assegura a formação de jovens oficiais comprometidos com a importância da atividade física nas diversas Organizações Militares da MB. A mentalidade esportiva fomentada em Villegagnon incute em cada jovem oficial a importância do espírito de equipe, que certamente será empregado nas diversas tarefas de bordo. Realça ainda a importância da iniciativa e cooperação, fundamentais para desempenhar fainas que nem sempre





12

apresentam fáceis soluções, além de desenvolver a tenacidade, a coragem e a disciplina, atributos inerentes a todo marinheiro.

Desse modo, o guarda marinha formado na EN tem a perfeita dimensão da importância do esporte para a MB.



13



14



15



A large medal with a red, white, and blue ribbon is positioned in the upper left. The medal is gold and features two dark rectangular plaques. The left plaque has the text "DIGA NÃO" in white, and the right plaque has "AO DOPING" in white. Below the medal, three syringes are arranged diagonally: a red one, a black one, and a yellow one. The background is a dark, textured surface.

Capitão de Corveta (T) Osvaldo  
Raimundo Pinheiro de Souza

Conselho Internacional do Esporte  
Militar

# A importância da prevenção do *doping* no esporte

## Introdução

O esporte é uma atividade que engloba diversas áreas importantes para a humanidade, como saúde, educação, entre outros (TUBINO, 1999).

A prática esportiva envolve a aquisição de habilidades físicas e sociais, valores, conhecimentos, atitudes e normas. Estes valores intrínsecos são muitas vezes descritos como “o espírito desportivo”, que constitui a essência do Olimpismo, à procura da excelência humana por meio da dedicação ao aperfeiçoamento dos talentos naturais de cada pessoa. Portanto, observa-se que o esporte possui amplas repercussões.

Seu benefício tem ultrapassado o limite do bem-estar físico quando é praticado de forma correta, orientada e a com respeito as regras, as leis e aos adversários. O esporte é um mecanismo de demonstração de exemplos, de perseverança e superação. Isto são instrumentos de formação para crianças, adolescentes e jovens.

Como se pode notar na história esportiva, as questões éticas continuam a ser colocadas em segundo plano, haja vista que muitos atletas se

sujeitam a artimanhas para tentar vencer as provas sem medir os custos.

Quando falamos em ética, repercussão, exemplos, saúde e valores no esporte, não podemos deixar de lado uma palavra que marca para sempre negativamente quem é um herói ou ídolo para muitas crianças, jovens, adolescentes e adultos. O “Doping”.

A dopagem desportiva, mais conhecida popularmente por *doping*, é a utilização, por um atleta, de qualquer substância ou método artificial que melhore a performance física e/ou mental, ou que cause danos em potencial a saúde. Atualmente, assistimos durante competições esportivas nacionais e internacionais, os jornais publicarem escândalos envolvendo técnicos e atletas pegos no exame antidoping. É uma notícia que leva uma atleta do seu ápice da carreira a uma queda com danos inimagináveis.

É uma questão que você vai acompanhar e escutar sempre em sua vida desportiva. Alguns atletas em algumas competições poderão tentar trapacear usando substâncias ilícitas, você talvez em alguns momentos poderá até se sentir tentado a fazer isto, a decisão é sua, o risco é seu, o prejuízo será somente seu.

A dopagem representa um flagelo que expõem de forma totalmente negativa a imagem do desporto, os valores de um atleta e os princípios de respeito ao próximo, que destrói o Jogo Limpo e a sua imagem. Você poderá ser testado por uso de drogas em determinada competição.

Na luta contra este mal, que destrói sonhos, imagens, honestidade, dignidade, respeito, trabalho de equipe, saúde e o “jogo limpo”, o Desporto Militar trabalha em parceria com instituições fortes e determinadas a erradicarem o doping no meio esportivo.

A Agência Mundial Antidopagem (WADA-AMA) que criada em 1948, em Lausanne, na Suíça, sede do Comitê Olímpico Internacional, com o Conselho Internacional do Esporte Militar (CISM), criado em 1948, é uma das maiores organizações multidisciplinares do mundo, responsável por todas as competições militares no mundo. O Departamento de Desporto Militar (DDM), criado em 2013, com o objetivo de representar as Forças Armadas em campeonatos e congressos desportivos nacionais e internacionais, e a Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem (ABCD), criada em 2011, com a missão de consolidar a consciência antidopagem e defender, no âmbito nacional, o direito fundamental dos atletas de participarem de competições esportivas livres de quaisquer formas de dopagem, são exemplos.

Jogar limpo tem a ver com escolhas que você faz, com o que é “certo e errado”!

## O Departamento de Desporto Militar (DDM)

No âmbito da Defesa, são promovidos cursos para a capacitação de recursos humanos dedicados às atividades esportivas, bem como o estabelecimento de metas para o Programa de Incorporação de Atletas de Alto Rendimento, as Competição Escolares e os Campeonatos das Forças Armadas.

A CDMB integra o Departamento de Desporto Militar do Ministério da Defesa e é filiada à União Desportiva Militar Sul-Americana (UDMSA) e ao Conselho Internacional do Esporte Militar (CISM), este último, sediado em Bruxelas, na Bélgica.

Para manter a sua excelência no Desporto Militar e assegurar os aportes financeiros no custeio das diversas participações Nacionais e Internacionais, junto ao Ministério da



Defesa e do Esporte, o DDM tem gerenciado, em parceria com a Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem (ABCD) e as Comissões de Desportos das três Forças, ações no sentido de mitigar o risco do *doping* no Desporto Militar.

Em 2017, a CDMB realizou contato com a Secretaria Nacional da Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem, com objetivo de preservar a saúde física e mental de seus atletas em prol do “Jogo Limpo” no âmbito do Desporto Militar, por intermédio de ações preventivas, pedagógicas e de controle de doping no território nacional, para as competições esportivas militares a serem realizadas no ano de 2018.

## O Conselho Internacional de Esportes Militares (CISM)

O objetivo do CISM é promover a atividade esportiva e a educação física entre as Forças

Armadas como forma de promover a paz mundial. O lema do CISM é "Amizade através do Desporto" e baseia-se em três pilares do desporto, da educação e da solidariedade.

O Deporto Militar que carrega o lema muito especial do CISM: “Amizade através do Esporte”, cujo propósito é promover a prática esportiva no âmbito das Forças Armadas e a integração dos países membros.

O CISM, em seu organograma, estruturou um setor chamado Gerenciamento de Antidoping, composto por uma Comissão de Disciplina e de um Comitê de TUE (Isenção para Uso Terapêutico), alinhado com a Agência Mundial Antidopagem, WADA-AMA, para tornar mais eficiente o processo de detecção e julgamento dos casos positivos no Desporto Militar.

Números de coletas realizados nos Campeonatos gerenciados pelo CISM, no período de 2015 a 2017, e seus resultados.

**Tabela 1: Número de coletas realizadas**

ANO	NUMERO DE COLETAS	RESULTADO POSITIVO
2015	278	ZERO
2016	133	2
2017	168	3



## Autoridade Brasileira Controle de Dopagem (ABCD)

**Objetivo:** garantir o êxito do Brasil na luta contra a dopagem e no respeito ao Código Mundial Antidopagem.

**Visão:** assegurar que o esporte no Brasil seja livre de dopagem, promovendo ativamente a saúde, a licitude e a igualdade nas competições, disseminando a ética e os valores do Jogo Limpo em todas as manifestações esportivas.



**Figura 1:** Autoridade Brasileira de Controle Antidopagem

Fonte: ABCD, 2018.

## Agência Mundial Antidopagem (WADA-AMA)

### O mundo no combate ao *doping*

Em 2004, a WADA-AMA passa a ser responsável pela Lista de Substâncias Proibidas e apresentou o Código Mundial Antidopagem.

Em 2005, a UNESCO – Convenção Internacional Contra a Dopagem no Esporte, adota o Código Mundial Antidopagem.



**Figura 2:** Logo da Agência Mundial Antidopagem

Fonte: WADA, 2018.

## Código mundial antidopagem

É o documento essencial e universal que serve de base ao Programa Mundial Antidopagem na área do desporto. O Código tem por finalidade a promoção da luta contra a dopagem por meio da harmonização universal dos principais elementos relacionados com a luta antidopagem.

### Violações das normas antidopagem

- A culpa do Praticante Desportivo é levada em conta na determinação das Consequências decorrentes da violação de presença de uma Substância Proibida, dos seus metabólitos ou marcadores, numa amostra recolhida a partir de um Praticante Desportivo;
- É um dever pessoal de cada Praticante Desportivo assegurar que não introduz no seu organismo qualquer Substância Proibida. Os Praticantes Desportivos são responsáveis por qualquer Substância Proibida, ou pelos seus metabólitos ou Marcadores que sejam encontrados nas suas Amostras;
- A utilização ou tentativa de utilização de uma Substância Proibida ou de um Método Proibido por um Praticante Desportivo;
- Evasão à recolha de amostras, ou a recusa sem justificação válida ou uma falta de submissão à recolha de Amostras após notificação, em conformidade com as normas antidopagem vigentes;
- A manipulação, ou tentativa de manipulação de qualquer elemento integrante do Controle de Dopagem; e
- Posse de uma Substância Proibida ou de um Método Proibido, exceto se o Praticante Desportivo provar que a posse decorre de uma autorização de utilização terapêutica (“AUT”).

### As formas de *doping* podem ser divididas nas seguintes categorias

- Estimulantes psicomotores: anfetaminas e moderadores de apetite;
- Aminas Simpaticomiméticos: estimulando o sistema nervoso central;
- Esteroides Anabólicos: por exemplo substâncias derivadas da testosterona.

### O que eles têm em comum?



**Figura 3: Lance Armstrong**

Fonte: HORA DO TREINO, 2018.



**Figura 4: Ben Johnson**

Fonte: HORA DO TREINO, 2018.





### Exceção para uso terapêutico

- Necessidade de tratamento sem outras opções; e
- Substância não pode modificar a performance.



**Figura 5:** doping x uso terapêutico

Fonte: SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA E DO ESPORTE, 2018.

O CISM estabelece em suas competições que no caso de um atleta ter uma Isenção de Uso Terapêutico (TUE), o Chefe da Delegação deve enviar essa TUE a Secretaria Geral do CISM no máximo trinta dias antes da Cerimônia de Abertura. Caso um atleta não tenha uma TUE aprovada e esteja tomando medicamentos proibidos (lista proibida pela WADA), deve ser enviada uma solicitação de TUE ao CISM no máximo trinta dias antes da Cerimônia de Abertura para ser aprovada e analisada por uma Comissão especializada no assunto. Após este período, o atleta assume todos os riscos em relação aos regulamentos *antidoping*.



# Motivos para não se dopar

## 1 Referência esportiva

A competitividade extrema, a busca por melhores resultados de performance e a melhora no rendimento são comportamentos padrões esportistas e principalmente dos atletas. Quando neste meio há um indivíduo que se destaca dentre os demais, este é se torna uma referência.



Figura 5: logo da campanha

Fonte: DIGA NÃO AO DOPPING, 2018.

## 2 Riscos graves à saúde

No sistema nervoso central, aumenta a agressividade e a alteração do humor e distúrbios psíquicos;

O encerramento precoce das cartilagens de crescimento e o aumento do risco de rotura tendinosa;

Aumento do risco de enfarto miocárdio e hipertensão;

Deformações ósseas, miopia, distúrbios hormonais, coágulos sanguíneos, diabetes e doenças na articulação;

Pode originar asma, hipoglicemia, insônia e impotência sexual;

Aumento de risco de cancro da próstata;

Em mulheres masculinizam a voz, diminui o volume mamário e provocam suspensão de amenorreia.



Figura 6: vocês conhecem o perigo do doping?

Fonte: DOIS MINUTOS, 2013.

O número de mortes dos lutadores é assustadoramente alta. Excesso de anabolizantes e drogas estão na origem dos óbitos.

O recente suicídio de Chris Kanyon não surpreendeu o mundo do *wrestling*. A morte do lutador norte-americano é a mais recente de uma lista de quarenta casos nos últimos dez anos associados ao consumo de substâncias farmacológicas que provocaram paragens cardíaca aos atletas.

## 3 Motivos éticos

O doping e o desporto são incompatíveis;

Recorrer ao doping é contrariar os conceitos da ética e lealdade desportiva;

Contraria a finalidade do desporto;

Deslealdade com os adversários e a sociedade.

## 4 Ilegalidade

A distribuição de várias substâncias proibidas, se não por uma razão medicamente justificável, é contra a lei em vários países, estimular ou auxiliar atletas a utilizar tais substâncias ou métodos é antiético e, portanto, igualmente proibido.



## Conclusão

Neste enfoque, deve-se alinhar a intenção de diferentes entidades desportivas que trabalham em prol do esporte, na luta contra o doping, visando preservar os valores intrínsecos característicos do desporto.

Este valor intrínseco descrito como “o espírito desportivo”. Constitui a essência do Olimpismo, a busca da excelência humana através da dedicação ao aperfeiçoamento dos talentos naturais de cada pessoa.

Jogo limpo no esporte e na vida! O termo nasceu em 1896, em Atenas, com os primeiros Jogos Olímpicos da Era Moderna, à época,

essa expressão foi usada para associar o ideal olímpico aos valores da honra, honestidade, lealdade e respeito entre os atletas e por si próprio. Uma ideia derivada do conceito de “cavalheirismo” adaptado aos esportes.

Esta meta só será alcançada caso ocorra um alinhamento de procedimentos dos gestores desportivos, juntamente com os seus atletas, no sentido de uma conscientização convergente ao interesse do desporto, o “FAIR PLAY”.

**ANABOLIZANTES – A DECISÃO É APENAS SUA! NÃO DEIXE OS PRÊMIOS, O DINHEIRO, A MEDALHA, OU FAMA CAUSAR DANO A SUA IMAGEM OU A SUA SAUDE, DIGA NÃO AO DOPING.**

## REFERÊNCIAS

**Doping no Esporte: os "Limites" do Corpo.** Toxicologia Analítica. Curso de Farmácia. Universidade Federal de São João d’El Rei. Disponível em: <<http://toxicologiaufsj.blogspot.com.br/2011/09/v-behaviorurldefaultvml-o.html>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

DOWNEY , Gabriela; CARVALHO, Silvia. **Doping e consequências.** In: CLÍNICA ESPORTIVA. Disponível em: <<http://clinicaesportivajaneteneves.blogspot.be/2013/08/doping-e-consequencias.html#/2013/08/doping-e-consequencias.html>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

LOGO da campanha Diga não ao **doping**. Altura: xxxx pixels. Largura: xxxx pixels. Disponível em: <<http://www.diganaoadopng.com.br/>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

SANTIAGO, Renato. Doping x Atleta. In: **HORA DO TREINO.** Ben Johnson. Disponível em: <<https://horadotreino.com.br/doping-x-atleta/>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

**INTERNATIONAL MILITARY SPORTS COUNCIL.** Disponível em: <[www.milспорт.one](http://www.milспорт.one)>. Acesso em: 19 abr. 2018.

KLEIN, Marco Aurelio. A luta pela Erradicação da Dopagem no Esporte Brasileiro. In: **AUTORIDADE BRASILEIRA DE CONTROLE DOPAGEM (ABCD).** Disponível em: <<http://www.abcd.gov.br/noticias-lista/393-106>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

PEREIRA, Lucina; BEITO, Sofia. **A dopagem e os riscos de vida e/ou saúde.** Disponível em: <<https://pt.slideshare.net/Luci93/doping-10530289>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DO EXERCÍCIO E DO ESPORTE. **Doping x Uso terapêutico.** Disponível em: <<http://medicinadoesporte.org.br/o-doping-e-a-autorizacao-de-uso-terapeutico/>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

SOUZA, Bruna Santos de. Vocês conhecem o perigo do **doping**? In: **DOIS MINUTOS,** 2013. Disponível em: <<https://handebolminuto.wordpress.com/2013/02/24/voces-conhecem-o-perigo-do-doping/>>. Acesso em: 19 abr. 2018.

WORLD ANTIDOPING AGENCY (WADA). Disponível em: <<https://www.wada-ama.org/>>. Acesso em: 19 abr. 2018.



Capitão de Fragata (FN)  
Alessandro Carlos da Silva  
Gonçalves

Superintendente de Educação  
Física do CEFAN.

# Treinamento Físico Militar Integrado: o treinamento funcional na Marinha do Brasil

Dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) 2015, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), indicam que o percentual de brasileiros que pratica algum tipo de esporte ou atividade física regularmente não chega a 40 % da população. O que é preocupante, pois a prática de atividade física pode prevenir o surgimento precoce e atuar no tratamento de diversas doenças metabólicas e interferir positivamente na capacidade funcional de adultos e idosos. Os mecanismos que ligam a atividade física à prevenção e ao tratamento de doenças e à incapacidade funcional envolvem, principalmente, a redução da adiposidade corporal, a queda da pressão arterial, a melhora do perfil lipídico e da sensibilidade à insulina, o aumento do gasto energético, da massa e da força muscular, da capacidade cardiorrespiratória, da flexibilidade e do equilíbrio.

Os hábitos cotidianos aliados aos diversos avanços tecnológicos não só contribuíram para o aumento do sedentarismo, como

também para a “robotização” do movimento. Até mesmo os indivíduos fisicamente ativos podem apresentar incapacidade funcional derivada da imobilidade ou mau uso das articulações e músculos do corpo.

Tendo como pilares atividades que incluem puxar, empurrar, correr e saltar, o Treinamento Funcional (TF) resgata um corpo que necessita transpor barreiras para sobreviver em ambientes desafiadores, como acontecia com nossos ancestrais. O ser humano precisa estar preparado para transpor um obstáculo, mudar a direção da corrida, suportar o peso do próprio corpo em diversas situações, sem se lesionar. Essas atividades simples ocorrem a todo tempo nas nossas tarefas diárias e laborais. Todavia, quando o corpo não está preparado, até atividades simples podem ser lesivas.

O TF propõe o resgate da função de cada articulação, com exercícios de mobilidade e estabilidade articular, trabalhando o corpo sempre de maneira global, não segmentada. Além disso, ele recupera o equilíbrio entre



os grupamentos musculares com exercícios integrados, multiplanares, multidirecionais e rotacionais que estimulam a força funcional e resistência muscular localizada. Há também a melhora da agilidade, com exercícios de aceleração e desaceleração do movimento com mudança de direção objetivando o desenvolvimento da coordenação intra e intermuscular; do equilíbrio; da flexibilidade; do condicionamento cardiorrespiratório e das habilidades gerais.

A base deste tipo de treinamento está no movimento e na melhoria dos aspectos neurológicos que afetam a capacidade funcional, com a prescrição de exercícios que desafiam os diversos componentes do sistema nervoso, e por isso, estimulam sua adaptação e melhora. Seu principal foco é resgatar os padrões motores que são perdidos ao longo do tempo. Como resultado temos a melhoria de qualidades físicas que tornam eficiente o movimento do corpo tanto em atividades do dia a dia, quanto laborais e esportivas.

Desta forma, o TF auxilia a preparação física do ser humano em geral, tanto atletas na performance em esportes, ou mesmo crianças no desenvolvimento motor, quanto o idoso no resgate da independência em atividades da vida diária. Além disso, o TF também tem sido utilizado no âmbito militar, tanto no Brasil quanto no exterior.

Neste contexto, esta forma de treinamento tem se mostrado uma excelente ferramenta, visto que são utilizados exercícios que podem ser adaptados a qualquer meio, mesmo a espaços extremamente restritos, como navios e submarinos. Além disso, ele pode ser executado com materiais simples ou adaptados da própria Organização Militar (OM), o que facilita a adesão ao Treinamento Físico Militar (TFM). Inclusive, nos primeiros quatro meses de atividade, é possível ter ganhos satisfatórios no condicionamento físico sem utilizar qualquer material, apenas utilizando o peso corporal.



Figura 1: Condução de TF na Comissão Haiti XXI do NDCC Almirante Sabóia.

Assim, o TF tem se mostrado aplicável a qualquer situação ou OM em que os militares se encontrem. Aplicado aos militares da Marinha do Brasil (MB) recebeu a nomenclatura de Treinamento Funcional Militar Integrado (TFMI).

As atividades físicas que geralmente são praticadas no TFM na MB são atividades aeróbias como a Natação e a Corrida, além do Treinamento de Força. O TFM nos dias atuais visa apenas ao aprimoramento nos índices do Teste de Avaliação Física (TAF), e não da capacidade física funcional geral do militar.

Sendo assim, o TFMI tem muito a contribuir para a preparação física dos militares na MB.

## PROA-TFM

O Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) desenvolveu o Programa de Orientação e Apoio ao TFM, denominado PROA-TFM, com o objetivo de aprimorar o condicionamento físico dos militares da MB, visando principalmente dois fatores: a qualidade de vida no trabalho e a condição básica de saúde. O programa é responsável não só por conduzir a prática do TFM, inserindo a prática do TF na MB, mas também por conscientizar os militares sobre a importância de uma vida fisicamente ativa, de uma forma geral. Além disso, o PROA-TFM tem como uma de suas funções formar



**Figura 2:** Condução do TF na gravação do programa “Hoje é dia de Marinha” da Rede Globo no Batalhão Paissandu (2016).



fiscais de padrão de movimento para difusão do TFMI em toda MB. Por meio dessas três linhas de ação, o programa tem alcançado bons resultados desde 2014.

Para cumprir seu objetivo, o programa oferece sete produtos que podem ser solicitados por qualquer OM da MB. Essas ações serão detalhadas abaixo.

## Clínica de TFMI

Com duração de três dias no CEFAN, esta clínica tem como propósito levar ao conhecimento dos militares da MB as novas atividades físicas que estão sendo padronizadas por este centro, com base no

treinamento funcional, usando o próprio peso corporal, material de bordo e acessórios específicos, permitindo também a estes militares atuarem como *fiscais de padrão* de movimento, auxiliando o militar técnico em educação física de bordo na condução destas atividades coletivas. Esta clínica, cuja execução é divulgada previamente em BONO, é dirigida a militares de qualquer especialidade que apresentem uma condição física apurada, que lhes permitam servir de exemplo na execução de exercícios, e não apenas para militares técnicos em educação física, com curso expedito de TFM ou graduados em Educação Física e Desportos (EDF).



Figura 3: Aula prática na VI Clínica de TFMI (2016).





**Figura 4:** Palestra conduzida pelo CMG (RM1-FN) Miranda para os Oficiais em curso no Centro de Adestramento Almirante Marques de Leão (CAAML) em 2015.

## Palestra qualidade de vida e saúde no TFM

Esta palestra tem como propósito motivar a prática do TFM, com foco na busca da saúde e qualidade de vida, como motivo de alerta, e salientar outros fatores motivacionais à prática do TFM, mostrando que até mesmo nas OM em que não há tempo e espaço para sua prática, o militar pode atingir bons resultados. Adicionalmente, ela visa levar ao conhecimento do Comando da OM o entendimento dos objetivos do CEFAN em relação ao TFM.

## Palestra sobre os benefícios do TF

Esta palestra apresenta a sistematização, metodologia e benefícios do TF aplicável às OM da MB, como forma de se atingir o

condicionamento físico ideal para a atividade militar, tanto operativa quanto administrativa, e, também, visando à prevenção de lesões.

## Assessoria na aquisição de material para o TF

Esta assessoria visa a montagem de um estúdio de TF com baixo investimento e/ou material disponível nas OM, de acordo com a oferta de espaço e recursos da mesma.

## Condução e assessoramento de atividades físicas nas OM

Esta medida visa a monitorar e assessorar os militares que estão planejando e conduzindo o TFM nas OM, para que haja a padronização das atividades desenvolvidas,



de forma que a difusão do TF na MB aconteça com qualidade e eficiência.

## PROA-TFM nos Distritos Navais (apoio às OM fora de sede)

Esta atividade corresponde a movimentação de uma equipe do CEFAN, para fora do estado do Rio de Janeiro, com o propósito de prestar assessoria nas sedes dos Distritos Navais, com a execução das seguintes atividades: Clínica de Treinamento Funcional Integrado (TFMI), Palestras e Assessoria na Aquisição de Acessórios Específicos para TF, bem como o uso de materiais da própria OM. De acordo com o tempo disponível, outras atividades também poderão ser desenvolvidas.

## Impacto atual do PROA-TFM

Nos dias de hoje, a prática regular de exercício físico tem se mostrado essencial para o bom desempenho das atividades diárias e laborais. O grande número de indivíduos sedentários tem favorecido o aumento do aparecimento de doenças crônicas e problemas osteomioarticulares, que além de prejudicar a atividade laboral, aumentam os custos de saúde e o índice de ausência no trabalho.

No âmbito da MB isto se torna essencial, já que na maioria das vezes o tempo de expediente, atrelado à vida corrida no pós-trabalho, faz com que militares tendam a eliminar o tempo dedicado ao exercício físico. Por meio das aulas de treinamento



Figura 5: Aula de TF para a tripulação do Navio Veleiro Cisne Branco (2017).



funcional ministradas nas diferentes OM, podemos mostrar uma nova forma de treino, independente do espaço disponível e demanda de tempo.

Ademais, tais adestramentos contribuem para a criação de novos difusores da atividade física, tornando o alcance do PROA-TFM muito maior. Desde sua criação em 2014, o Programa já alcançou 152 OM de todo o Brasil, tanto diretamente quanto indiretamente, por meio de militares que se deslocaram para o CEFAN a fim de participarem das diversas Clínicas de Treinamento ministradas pela equipe. **A tabela abaixo resume as ações do programa em 2017.**

**Tabela 1: Ações do PROA-TFM em 2017**

ATIVIDADE	QUANTIDADE	N.º DE MILITARES IMPACTADOS
Palestra “Qualidade de Vida e Saúde no TFM”	12	2.756
Palestra “Benefícios do Treinamento Funcional”	5	395
Clínica de TFMI	4	260
Clínica de Arranco e Arremesso	1	45
Clínica de Treinamento Suspenso	1	49
Clínica de Kettlebell	2	65
Aula de Treinamento Funcional	12	5.552
Assessoria para Treinamento Funcional	4	-

Fonte: INFORMAR



**Figura 6: Gravação dos vídeos que estão disponibilizados no site do CEFAN**

Com a finalidade de complementar as ações do programa, motivar e viabilizar o TF para qualquer militar, foram gravados vinte e um vídeos com propostas de treinos curtos e independentes, que serão disponibilizados na página virtual do CEFAN, favorecendo a sua prática, independentemente do local onde este se encontra, seja em OM de Terra, navios de diferentes classes ou submarinos. Nesse sentido, o programa aumentará significativamente o seu alcance, principalmente nas OM fora de sede.

Diante de tudo isso, a projeção para os próximos anos é de que o TF possa ser parte do TFM em toda MB, como meio para manter a saúde e a qualidade de vida dos militares não só no ambiente de trabalho, como também no convívio familiar. Considerando que saúde vai além da ausência de afecções e enfermidades, significando um estado de completo bem-estar físico, mental e social, como alerta a Organização Mundial da Saúde (OMS).



Capitão de Mar e Guerra  
(RM1-FN) José Firmeza  
Simões dos Reis

Vice-Presidente da  
Comissão de Desportos da  
Marinha

# O Programa Forças no Esporte a parceria Marinha-FIRJAN/SESI: presente, passado e futuro



Figura 1: Alunos do PROFESP

## Introdução

O Programa Segundo Tempo foi criado com a finalidade de propiciar a inclusão social por meio do esporte. A parceria entre os Ministérios da Defesa, do Esporte e do Desenvolvimento Social proporcionou a possibilidade de crianças

e adolescentes em situação de vulnerabilidade social terem a oportunidade de realizar atividades desportivas, sociais e culturais no contraturno escolar, de onde tem origem o seu nome. O requisito para participar do programa é estar matriculado em alguma escola pública, seja municipal, estadual ou federal.





Sendo idealizado para atender a crianças e a adolescentes dos seis aos dezessete anos, o Programa Forças no Esporte – PROFESP é a vertente do Programa Segundo Tempo, realizada em organizações militares das três Forças Armadas. Teve sua origem em 2003, iniciando as atividades em algumas unidades da Federação. O PROFESP CEFAN teve seu início também em 2003 com um núcleo de 100 crianças e adolescentes de dez a dezessete anos sendo atendidos. É relevante registrar que desde seu início no CEFAN, além das parcerias já mencionadas, foi estabelecida uma parceria com a Arquidiocese do Rio de Janeiro, por meio da Pastoral do Menor. Essa parceria se mostrou de fundamental importância no desenvolvimento das atividades no CEFAN na medida em que, por meio das chamadas agentes comunitárias, é feita a seleção das crianças e adolescentes que farão parte do PROFESP CEFAN. Essas agentes são senhoras, moradoras das comunidades atendidas, pré-selecionadas pela Pastoral do Menor e com acesso às crianças e adolescentes, às diretoras das escolas das comunidades, e conhecimento das condições familiares das crianças, enfim, possuem todas as informações necessárias para indicar os novos candidatos ao PROFESP CEFAN.



**Figura 2 a 6 : Alunos do PROFESP**

Nesse contexto, verifica-se que o PROFESP é um programa social, voltado para a inserção por meio do esporte, sendo, portanto, uma excepcional ferramenta na formação do caráter de crianças e adolescentes que vivem em situação de vulnerabilidade.



## O PROFESP no CEFAN nos dias de hoje

Atualmente o PROFESP CEFAN atende a cerca de 405 crianças e adolescentes sendo, aproximadamente um terço de meninas e dois terços de meninos. As comunidades atendidas pelo PROFESP CEFAN são: Amorim, Vila do João, Cidade Alta, Maré, Cordovil, Marcílio Dias, Quitungo, Acari, Cordovil e Penha. A rotina adotada contempla metade do efetivo em cada turno, às segundas, quartas e sextas-feiras. As crianças que têm atividades na parte da manhã chegam ao CEFAN por volta de sete horas, sendo concentradas e conduzidas para o refeitório por militares designados para tal. Tomam o café da manhã e, depois, são distribuídas para as diversas atividades encerrando sua participação diária com o almoço no mesmo refeitório da tripulação do CEFAN. Aqueles que realizam as atividades na parte da tarde, chegam por volta de doze horas, sendo imediatamente conduzidos ao

refeitório, onde almoçam, partindo em seguida para as atividades programadas.

As atividades rotineiras estão relacionadas à prática de esportes. Tendo em vista as peculiaridades inerentes ao CEFAN, por ser uma Organização Militar voltada para a educação física, há uma gama razoável de possibilidades de iniciação e prática desportivas.

A sistemática utilizada contempla um período de adaptação de seis meses para os novos alunos, em que são enfatizadas atividades em grupo e com o foco principal no desenvolvimento da disciplina, valores e princípios fundamentais do ser humano. A ordem unida tem se mostrado uma ótima ferramenta para o desenvolvimento da disciplina. Os “comandantes” são revezados, fazendo com que cada criança e adolescente sintam a dificuldade de conduzir um grupo em uma atividade coordenada. Desse modo, se colocando no lugar do outro, literalmente, consegue-se um desenvolvimento de espírito de equipe muito bom. Nesse período também são realizadas diversas atividades desportivas.

Figura 7: Alunos do PROFESP



Após os seis meses iniciais de adaptação, passa-se a fazer um rodízio das crianças e adolescentes em diversas modalidades. Tal rodízio, para ser implementado, precisou da dedicação voluntária de alguns educadores físicos (oficiais e praças), lotados no CEFAN e a participação de algumas instituições extra-MB. Dentre essas instituições destacam-se a Guarda Municipal (iniciação desportiva de jiu-jitsu), Federação de Caratê do Rio de Janeiro (iniciação desportiva e treinamento de caratê) e a ONG Guanabara Rugby que faz a iniciação esportiva de *rugby*. Além dessas modalidades há também a parceria com o Clube de Regatas Flamengo no que tange à iniciação e ao treinamento de remo olímpico na qual doze alunos do PROFESP se deslocam para a Lagoa Rodrigo de Freitas para treinarem três vezes por semana. As demais modalidades em que há o rodízio são: natação, levantamento de peso olímpico, judô, taekwondo, lutas associadas, boxe, atletismo, orientação e esgrima,

esta realizada na sala D'Armas Almirante Bierrembach, inaugurada no início de 2017.

Além das atividades desportivas e ordem unida, os alunos do PROFESP também têm a oportunidade de fazerem aulas de reforço escolar, iniciação à informática além de participarem de todas as cerimônias militares ocorridas no CEFAN.

Atividades externas enriquecem culturalmente os alunos. Passeios e visitas a museus são algumas das atividades desenvolvidas. Durante os Jogos Olímpicos Rio 2016, grupos de alunos do PROFESP CEFAN tiveram a oportunidade de assistir diversas competições e jogos.

É relevante mencionar que em 2018 teve início um ciclo de curtas palestras explorando todas as virtudes da rosa das virtudes do EMA 137 – Doutrina de Liderança da MB. A intenção desse ciclo de palestras é contribuir cada vez mais com a formação do caráter desses pequenos brasileiros que virão a ser os transformadores de nosso País.

**Figura 8** : Alunos do PROFESP





## O PROFESP no CEFAN a partir da parceria MARINHA-FIRJAN/SESI

Após uma visita ao CEFAN de membros da diretoria da Federação das Indústrias do Rio de Janeiro (FIRJAN), ocorrida em janeiro de 2017, e a realização de algumas reuniões no CEFAN e na FIRJAN, foi estabelecida uma parceria entre a MB, por meio do CEFAN, e a FIRJAN/SESI-RJ.

Esta parceria contempla diversas atividades a serem conduzidas em proveito dos alunos do PROFESP CEFAN. Tais atividades já fazem parte do portfólio da FIRJAN/SESI-RJ no que diz respeito a ações sociais. Serão realizadas apresentações teatrais com temas atuais e que, sendo bem trabalhados, contribuem com a formação do caráter desses adolescentes e crianças. Temas como: planejamento familiar, alcoolismo, gravidez precoce, drogas, discriminação e outros serão abordados com todas as crianças e adolescentes do PROFESP CEFAN.

Nesse sentido, a mencionada contribuição na formação do caráter dessas crianças e adolescentes está sendo feita em melhores condições na medida em que questões



Figuras 9 e 10 : Alunos do PROFESP

centrais do dia a dia desses alunos são abordadas nas apresentações teatrais da FIRJAN/SESI-RJ, levando-os a refletir sobre elas, e dando a eles a possibilidade de optarem por comportamentos que os façam buscar a felicidade em melhores condições.

Ainda na vertente social, além das peças teatrais temáticas haverá também uma oficina de culinária para as crianças e seus responsáveis com a finalidade de melhor aproveitamento dos alimentos bem como orientar as famílias em termos nutricionais.



A parceria contempla também o apoio para jovens que possuem potencial para serem atletas de alto rendimento nas modalidades de boxe, atletismo e levantamento de peso olímpico prioritariamente. A esses jovens atletas é oferecida a oportunidade de treinar em instalações de alto nível, e com alguns dos melhores treinadores do País, nas modalidades mencionadas, além de alimentação balanceada.

## O futuro do PROFESP no CEFAN

Se há a possibilidade de se fazer algo mais por essas crianças e adolescentes que fazem parte do PROFESP CEFAN, seria a de possibilitar que eles cumprissem o turno escolar também nas instalações do CEFAN.

A ideia é criar uma escola a ser instalada dentro da área física do CEFAN, de modo

que sejam atendidas crianças e adolescentes das comunidades carentes do entorno do CEFAN, bem como de outras regiões, desde que atendam a critérios específicos de seleção.

A “Escola Integral Marinha do Brasil” abrangerá alunos do ensino fundamental, do 5.º ao 9.º ano e do 1.º ao 3.º do Ensino Médio.

Os alunos terão atividades nos dois turnos, manhã e tarde, sendo, um dos períodos, alocado para o cumprimento de carga horária acadêmica e o outro para o plano de atividades extracurriculares, em que serão realizadas atividades esportivas, socioculturais, cívicas e de reforço escolar. Visando a atender à maior quantidade possível de crianças e adolescentes, enquanto metade do efetivo estiver no cumprimento de atividades acadêmicas a outra metade estará realizando práticas desportivas diversas e as demais atividades programadas.

Figura 11: Alunos do PROFESP.





**Figura 12:** Sr. Domício Proença Filho – Presidente da ABL.

Com a programação em tempo integral haverá a previsão de realização das refeições em refeitório específico da Escola Integrada Marinha do Brasil: desjejum, almoço e lanche da tarde.

A Escola Integrada Marinha do Brasil será concebida a partir da parceria já existente entre os Ministérios da Defesa, Esporte, Desenvolvimento Social e a Arquidiocese do Rio de Janeiro que já contribuem para o PROFESP em suas respectivas áreas de atuação. Em complemento a essa parceria será necessária a parceria com o Ministério da Educação que, por meio das Secretarias de Educação Municipal e Estadual terão as suas atribuições relacionadas ao cumprimento da parte acadêmica.

## Conclusão

A criação do PROFESP em 2003, por meio da parceria entre os Ministérios da Defesa, do Esporte e do Desenvolvimento

Social, e a sua manutenção ao longo dos anos associada às oportunidades de melhorias identificadas e implementadas têm sido um diferencial na formação do caráter de mais de mil crianças e adolescentes que já passaram pelo PROFESP CEFAN. Dentro desse contexto, a nova parceria com a FIRJAN-SESI veio a contribuir ainda mais na formação dessas crianças e adolescentes. As peças teatrais temáticas, abordando questões centrais do cotidiano desses pequenos brasileiros que vivem em situação de vulnerabilidade social trarão enorme benefício na formação de seu caráter. O próximo passo será a criação da Escola Integrada Marinha do Brasil dentro da área física do CEFAN. Com mais essa oportunidade de melhoria sendo contemplada, as crianças e adolescentes cumprirão as atividades no CEFAN em horário integral desenvolvendo atividades acadêmicas, desportivas, socio-culturais, e outras que contribuirão ainda mais na formação de melhores cidadãos.



Capitão de Mar e Guerra (RM1-FN)  
José Roberto Tinoco do Nascimento

Assessoria Especial para Obras de  
Modernização da Escola Naval

# O conceito de sustentabilidade presente na modernização e na construção de instalações do CEFAN

## Introdução

Desde a sua criação em outubro de 1973, o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) não experimentava um rol de transformações na sua infraestrutura, com tamanha amplitude, como o observado nos últimos dez anos. Na esteira do sucesso dos Jogos Pan-Americanos de 2007, a cidade do Rio de Janeiro foi



escolhida, em maio de 2007, como sede dos 5º Jogos Mundiais Militares (5º JMM), pelo Conselho Internacional de Desporto Militar (CISM). A partir de 2008, em conjunto com a passagem da subordinação do CEFAN para o Comando Geral do Corpo de Fuzileiros Navais (ComGerCFN), um substancial aporte de recursos, tanto de pessoal quanto financeiro, foi sendo gradativamente repassado ao CEFAN com o intuito de preparar a instituição para o cumprimento dessa tarefa grandiosa. Posteriormente, em 2012, o CEFAN foi escolhido pelo Comitê Organizador dos Jogos Rio 2016 como uma das Áreas de Treinamento para as Equipes Olímpicas, particularmente para as modalidades esportivas de futebol, voleibol, polo aquático e saltos ornamentais, o que reativou o fluxo de recursos.

Recentemente, em novembro de 2017, o CEFAN recebeu a certificação WTS-55, pela aplicação de conceitos de tecnologia sustentável nos projetos e na execução das obras do ginásio de levantamento de pesos, denominado Centro Nacional de Levantamento de Pesos, bem como nas obras da Área de Treinamento para Equipes de Futebol, que incluiu a reforma de dois campos de futebol e a construção de um prédio de apoio.

O presente artigo trata dos principais aspectos da tecnologia sustentável presentes nas obras de construção e reforma das instalações do CEFAN, que conduziram à outorga para a Marinha do Brasil do título de primeira Instituição Pública brasileira a receber a certificação WTS 55, da “Whole Transdisciplinary Sustainability”, instituição multinacional voltada ao estudo e divulgação dos conceitos do desenvolvimento sustentável.



## Conceito de sustentabilidade

Afinal, o que é a sustentabilidade e, por extensão, o desenvolvimento sustentável? Proveniente do latim *sustentare*, a palavra em português significa, simplesmente, sustentar, defender, apoiar, conservar ou cuidar. Este termo foi apresentado na Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente, em 1972, onde, pela primeira vez, discutiu-se o impacto das atividades humanas sobre o meio ambiente. Uma das definições correntes e de fácil entendimento define o desenvolvimento sustentável como aquele “que satisfaz as necessidades presentes, sem comprometer a capacidade das gerações futuras de suprir as suas próprias necessidades”.<sup>1</sup>

Na realidade, a prática da sustentabilidade se traduz, em curto, médio e longo prazos, em uma economia de recursos, tanto naturais quanto financeiros. O impacto imediato causado pela queda no consumo de energias não renováveis, como o petróleo e o carvão, se verifica na preservação das florestas e na redução de substâncias poluentes no ar, provocando melhorias substanciais nas condições de habitabilidade do planeta e reduzindo o temível “efeito estufa” que tanto ameaça a existência da vida humana.

No âmbito das construções sustentáveis, a arquitetura e a engenharia se conglomera

<sup>1</sup> Relatório Brundtland – documento elaborado pela então Primeira-Ministra da Noruega, Harlem Brundtland, em 1987, que aprofundou propostas mundiais na área ambiental.

no intuito de resolver estas questões fundamentais de consumo de água e energia, idealizando projetos que visem o reaproveitamento das águas pluviais e de águas residuárias (de esgoto), a transformação da energia solar em energia térmica e em energia elétrica (energia fotovoltaica), além de procurar minimizar os impactos causados pelo uso das energias não renováveis.

## Construções sustentáveis no CEFAN

Passaremos, então, a descrever os principais projetos existentes no CEFAN que receberam a distinção da “Whole Transdisciplinary Sustainability” com a certificação WTS 55, destinada a premiar as construções sustentáveis:

## Área de Treinamento das Equipes de Futebol

Inaugurada no dia 15 de julho de 2016, a Área de Treinamento das Equipes de Futebol conta com dois campos de futebol e um prédio de apoio com cerca de 750,0 m<sup>2</sup>, que em nada guarda semelhança com as instalações que lhe deram origem. Além da construção de várias dependências para os atletas, os campos de futebol receberam diversos sistemas que melhoraram as capacidades até então existentes.

Para um melhor aproveitamento das águas de irrigação e das águas pluviais, foram instalados, no subsolo da área gramada, um sistema de drenagem do tipo espinha de peixe, utilizando tubulações perfuradas *Kanaflex*. Este sistema permite a coleta de parte das águas de irrigação, assim como parte das águas pluviais não absorvidas pelo solo ou

# PASSE O BASTÃO

Na hora de gerenciar projetos, sua organização precisa de um parceiro ágil, experiente, confiável e focado em resultados, como você.

A Empresa Gerencial de Projetos Navais - EMGEPRON possui todas as qualificações necessárias para atuar com eficiência em gerência de projetos de construção e reparos navais, sistemas, munição naval e de artilharia, estudos do mar e apoio logístico para a Marinha do Brasil, Exército, Força Aérea, órgãos da administração pública e empresas privadas.

**Passa o bastão pra gente! Chegaremos juntos!**



que não evaporaram, e o seu direcionamento para duas cisternas de 70 m<sup>3</sup> cada uma. Com este sistema, considerando-se somente as águas provenientes do processo de irrigação, estima-se a recuperação de até trinta por cento do volume de água irrigado.

Acompanhando o viés da sustentabilidade, na cobertura do prédio foram instalados cento e vinte e oito módulos de células fotovoltaicas que produzem até 32 kWp (quilowatt-pico) de energia suficiente para, inicialmente, atender à demanda de iluminação do prédio. O sistema *on grid* (conectado à rede) permite que todo o excedente de energia gerado pela micro usina seja reaproveitado pelos demais setores do CEFAN, deixando-se de consumir a energia da concessionária. Estima-se que a produção anual de energia gerada neste sistema fotovoltaico será de, aproximadamente, 48,0 MWh (megawatt-hora), o que corresponde a cerca dez por cento do consumo médio mensal de energia elétrica no CEFAN.

O prédio também conta com um sistema para o aquecimento de água com quarenta placas solares, instalado sobre a laje, para possibilitar o uso da água aquecida pelos raios solares nos vestiários. Uma rede de gás natural que alimenta dois termotanques de 4,0 m<sup>3</sup>, cada um, complementa o sistema principal.

## Centro Nacional de Levantamento de Pesos

O ginásio que abriga o Centro Nacional de Levantamento de Pesos foi inaugurado no dia 25 de novembro de 2016, sendo reconhecida como a primeira instalação esportiva dessa modalidade existente no Brasil e a mais moderna do gênero na América Latina.

Ressalta-se que o levantamento de pesos havia sido implantado no CEFAN em 2009, em condições bastante desfavoráveis, em um setor reservado do ginásio poliesportivo. Desde então, com o incentivo das parcerias formadas, inclusive da iniciativa privada, o levantamento de pesos foi ganhando projeção. Seus atletas obtiveram bastante reconhecimento, fruto de sua dedicação incontestável, alcançando expressivos resultados a nível internacional. Esse sucesso motivou a construção de um ginásio próprio, no rastro do legado olímpico.

O projeto do prédio seguiu o mesmo partido arquitetônico dos Centros Integrados de Esporte (CIE), empreendimentos planejados pelo Ministério do Esporte e espalhados pelo país, financiados pelo Governo Federal. Com cerca de 1.100,0 m<sup>2</sup> de área, o ginásio foi estruturado em perfis metálicos tipo “I” (Aço ASTM – A572), encimado por uma cobertura de telhas térmicas metálicas, isoladas com poliuretano, do tipo sanduíche, que reduzem a transmissão de calor para o interior da construção. O Lanternim<sup>2</sup> recebeu telhas translúcidas de policarbonato, para permitir melhor aproveitamento da luz natural.

Os mesmos princípios de sustentabilidade presentes no projeto da Área de Treinamento das Equipes de Futebol também nortearam a construção do Centro Nacional de Levantamento de Peso. Neste ginásio foram instalados sistemas de microgeração de energia, de aquecimento de água por placas solares e de reaproveitamento de águas pluviais, além do emprego de lâmpadas do tipo LED (*Light Emitting Diode*) para a iluminação dos ambientes internos e externos.

<sup>2</sup> Lanternim – peça arquitetônica, existente no topo dos edifícios, que propicia a iluminação e a ventilação sob o telhado, muito utilizado em galpões.



O sistema de energia fotovoltaica foi projetado para produzir 16 kWp, por meio de sessenta e quatro placas de silício de 250 W de potência, cada uma, comandadas por dois inversores, de 8,0 kW de potência, e conectados à rede de baixa tensão (*on grid*). Este conjunto de equipamentos possui a capacidade de gerar cerca de vinte e dois por cento da demanda energética do prédio, excetuando-se aquela necessária para os equipamentos de ar condicionado. Todo o excesso de energia gerado e não utilizado no prédio é imediatamente realocado para os demais setores do CEFAN, no interior da subestação de energia.

O aquecimento da água nos chuveiros dos vestiários é proveniente das trocas térmicas que ocorrem em vinte placas solares e dois reservatórios térmicos de mil litros (1.000 l), cada um, que, em dias de insolação favorável, mantém a temperatura da água em 30 °C. Este sistema é complementado por um sistema de aquecimento a gás natural, em dias de baixa ou nenhuma insolação.

Para o reaproveitamento de águas pluviais, uma cisterna de quinze 15,0 m<sup>3</sup> armazena a água coletada pelas calhas e tubos de descida do telhado, para ser utilizada como águas servidas nas bacias sanitárias dos vestiários, rega dos jardins e na lavagem de material.

No sistema de iluminação da quadra central do ginásio empregam-se quarenta e duas lâmpadas do tipo LED de 80 W, em substituição às lâmpadas de vapor metálico de 400 W, comumente utilizadas para iluminação de quadras em edificações esportivas. Isto garante uma redução de cerca de sessenta e cinco por cento com o gasto de energia, para o mesmo nível de luminância requerido.

## Conclusão

O CEFAN tem sido considerado, por diversas entidades ligadas ao esporte, como um centro de excelência em várias modalidades esportivas. Esta percepção é calcada, em grande parte, nos brilhantes resultados obtidos pela Marinha do Brasil nos últimos anos, em competições nacionais e internacionais, e são o resultado direto do trabalho profícuo de seus profissionais envolvidos, atletas e comissões técnicas.

Parte deste reconhecimento deve também ser atribuída ao padrão construtivo e ao desempenho das suas instalações, resultado dos pesados investimentos que foram aplicados, nos últimos anos, na modernização do CEFAN. Cerca de vinte e cinco por cento de área construída foi acrescida à sua planta original, no período considerado, cujos prédios e instalações apresentam excelente desempenho, proporcionando os requisitos de segurança, habitabilidade e sustentabilidade aos diversos usuários, militares, atletas, veteranos e alunos do PROFESP (Programa Força no Esporte) que lá convivem harmonicamente.

Aliada à alta capacidade técnica e ao trabalho obstinado da sua tripulação, as construções sustentáveis existentes certamente darão a sua parcela de contribuição para que o CEFAN transcenda o honroso título de “A Casa do Esporte na Marinha” e alcance o patamar de um Centro de Treinamento esportivo de referências nacional e mundial.

Por fim, em cada militar ou servidor do CEFAN se percebe um indisfarçável sentimento de orgulho, pois eles sabem que fazem parte de uma OM onde se usufrui o melhor do presente sem descuidar-se do futuro das gerações vindouras, ou seja, se pratica a sustentabilidade na sua mais pura essência.



## ILUMINAÇÃO DE LED

O LED é a sigla para Light Emitting Diode, que consiste em uma tecnologia de condução de luz, a partir de energia elétrica.

Economia:	Investimento:	Eficiência:	Durabilidade:	Sustentabilidade:
Proporciona até 80% de economia de energia em comparação com as iluminações tradicionais.	Retorno de investimento assegurado. Maior eficiência na relação custo-benefício.	Apresenta maior eficiência que as lâmpadas incandescentes, fluorescentes e halógenas.	A vida útil do LED é superior a 50.000 horas.	O LED não possui em sua composição metais pesados como chumbo e mercúrio, além de gastar menos energia elétrica.

### Diagrama

**Painel de LED – Total 40w**  
Proporciona até 80% de economia, com melhor eficiência energética.

**Lâmpada – Total 80w**  
Mais consumo, menor eficiência, menor durabilidade.

### Sistema CEFAN

O LED pode chegar a mais de 50.000 horas de vida útil, enquanto que a luminária fluorescente tubular tem uma vida útil de 15.000 horas.

Em função de sua longa vida útil, a manutenção do LED é bem inferior a convencional, representando menores custos operacionais.

O LED é ecologicamente correto, não utiliza metais pesados como mercúrio ou qualquer outro elemento que cause dano ao Meio Ambiente.

O LED não emite radiação infravermelha, fazendo com que o feixe luminoso seja frio.

www.enteuxes.com.br

## AQUECIMENTO SOLAR DE ÁGUA

Captação da radiação solar através de coletores onde a água é aquecida e armazenada em reservatórios térmicos para o consumo.

Economia:	Investimento:	Valorização:	Durabilidade:	Impacto no Meio Ambiente:
Redução de 30% na conta de energia elétrica.	Retorno de investimento assegurado conforme o uso.	Valoriza o empreendimento com o viés de sustentabilidade e eficiência energética.	Vida útil superior a 30 anos com baixa manutenção.	Reduz o uso de energias de fontes não renováveis.

### Diagrama

**SISTEMA DE AQUECIMENTO SOLAR DE ÁGUA:**  
 - 40 placas coletoras com produção média de energia em torno de 168 Kcal/mês.  
 - 02 reservatórios térmicos de 4 mil litros.  
 - 08 aquecedores a gás como backup do sistema solar.  
 - 24 chuveiros e 2 torneiras sendo utilizados no sistema.  
 - Sistema com recirculação de água, com menor custo operacional.

### Sistema CEFAN

www.enteuxes.com.br

Figura 1: Painel explicativo sobre o emprego de lâmpadas LED no Prédio de Apoio aos Campos de Futebol

Figura 3: Painel explicativo sobre o sistema de aquecimento solar de água, localizado no Prédio de Apoio aos Campos de Futebol

## REUSO DA ÁGUA DE IRRIGAÇÃO

A água utilizada na irrigação é recaptada via sistema de drenagem e armazenada em cisterna para reutilização na própria irrigação dos campos de futebol.

30% da água de irrigação é reaproveitada	Baixo investimento na instalação do sistema e simples manutenção	O sistema também reaproveita parte da água da chuva possibilitando maior economia na conta de água	Não dispêndio de água potável e redução de uso da água fornecida pela concessionária
--	--	--	--

**SISTEMA DE REUSO DE ÁGUA:**  
 - SISTEMA DRENAGEM  
 - CISTERNA DE REUSO DE ÁGUA  
 - REUSO  
 - CONCESSIONÁRIA

### Sistema CEFAN | Campo de Futebol

Potência instalada: 32 Kwip  
 4 Inversores de 8kwip e 128 módulos  
 Expectativa de geração de energia: 47,95 MWh/ano  
 A energia gerada é capaz de suprir a demanda de 20 residências de médio porte.

www.enteuxes.com.br

Figura 2: Painel explicativo sobre o reuso da água de irrigação dos Campos de Futebol

## ENERGIA SOLAR FOTOVOLTAICA

As placas fotovoltaicas absorvem os raios solares e os convertem em energia elétrica na forma de corrente contínua e através de um Inversor, transforma em corrente alternada, injetando essa energia na rede elétrica da concessionária.

A economia gerada é imediata e se mantém ao longo de toda a vida útil do sistema	O sistema fotovoltaico tem uma instalação fácil, rápida e segura	Valoriza o empreendimento com o viés de eficiência energética, sustentabilidade e redução na conta de energia elétrica	Possibilita a utilização de créditos excedentes de energia elétrica em outras propriedades sob a mesma área de concessão	O sistema tem vida útil de 30 anos. Manutenção simples e de baixo custo
--	--	--	--	---

### Diagrama

**SISTEMA FOTOVOLTAICO:**  
 - Placa Solar  
 - Inversor  
 - CEFAN

### Sistema CEFAN | Campo de Futebol

Potência instalada: 32 Kwip  
 4 Inversores de 8kwip e 128 módulos  
 Expectativa de geração de energia: 47,95 MWh/ano  
 A energia gerada é capaz de suprir a demanda de 20 residências de médio porte.

www.enteuxes.com.br

Figura 4: Painel explicativo sobre a geração de energia fotovoltaica localizado no Prédio de Apoio aos Campos de Futebol

Capitão de Mar e Guerra (RM1-T) Luiz  
Carlos Pinheiro Serrano

Assessor de Marketing e Relações  
Institucionais do CEFAN

# A importância da Assessoria de Marketing e Relações Institucionais do CEFAN

Figura 1: Deputado Ezequiel.



Construído na década de setenta do século passado, o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), com o passar dos anos sofreu diversas alterações estruturais até chegar aos moldes atuais, como setor integrante do Comando-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais.

Em decorrência dessas alterações estruturais, no ano de 2016, visando a constante busca pela excelência de suas atividades, o CEFAN decidiu somar à sua já existente Assessoria de Relações Institucionais, a pasta de Marketing, resultando assim no novo setor conhecido pela nomenclatura de Assessoria de Marketing e Relações Institucionais, para que, com a demanda cada vez mais crescente de solicitações de parcerias e realizações de eventos desportivos em suas dependências, fosse possibilitado o estreitamento das relações com as instituições públicas e privadas interessadas, resultando em um canal de comunicação com qualidade e capacitação técnica.

Dessa forma, a nova Assessoria ficou responsável pela coordenação na busca de convênios e patrocínios; participação no desenvolvimento de Projetos de cunho esportivo e/ou social e na intermediação da concessão do uso das instalações do CEFAN para empresas públicas e privadas, comitês desportivos nacionais e internacionais, federações, clubes e instituições de ensino.

Com base nesse cenário, alinhado com o conceito atual de marketing e relações institucionais, foi iniciada uma nova administração das supramencionadas atividades, que resultaram em diversas ações ligadas ao desporto, ao longo de dois anos, aproximadamente.

Em seu primeiro ano de funcionamento, a Assessoria de Marketing e Relações



Figura 2: Deputado Ezequiel cumprimenta aluna do CEFAN.



Figura 3: Sr. Mizael Conrado – Pres. do Comitê Paralímpico Brasileiro.



Figura 4: Sr. Leandro Cruz – Sec. Nacional do Esporte, Educação, Lazer e Inclusão Social do Minist. do Esporte.



Figura 5: Senador Romário.



Institucionais teve uma agenda bastante intensa na coordenação da realização de treinamento de Equipes Olímpicas e Paralímpicas de vários países no CEFAN, visando à aclimação para os Jogos Rio 2016.

No ano seguinte, com o intuito de promover o Programa Olímpico da Marinha (PROLIM), por intermédio do CEFAN, foram realizadas tratativas de parcerias com empresas públicas e privadas, confederações e instituições de ensino, além do apoio de parlamentares. Podemos destacar neste período as visitas da Subsecretária de Esportes e Lazer do Município do Rio de Janeiro, Sra. Patrícia Amorim, dos Senadores Romário e Vanessa Grazziotin, do Deputado Federal Ezequiel Teixeira, do Secretário Nacional de Esporte, Educação, Lazer e Inclusão Social do Ministério do Esporte, Sr. Leandro Cruz Fróes da Silva, do Secretário Nacional de Alto Rendimento do Ministério do Esporte,

Sr. Rogério Sampaio, e do Presidente do Comitê Paralímpico Brasileiro, Sr. Mizael Conrado.

Todos ficaram impressionados com o trabalho desenvolvido, principalmente o Programa Forças no Esporte (PROFESP), e deixaram as instalações do CEFAN com impressão positiva e a certeza da vontade em auxiliar no que fosse necessário. Por consequência, o Senador Romário e o Deputado Federal Ezequiel Teixeira apresentaram, respectivamente, as Propostas de Emenda Parlamentar n.º 37990010 e n.º 30980012 para recuperação do Rancho do CEFAN e apoio ao PROFESP. E, assim sendo, durante a Reunião do Almirantado, realizada na Escola Naval, em 21/12/2017, o CEFAN foi premiado por ter obtido, entre todas as OM da Marinha do Brasil, a terceira posição com relação a quantidade de emendas parlamentares contempladas em 2017.

**Figura 6:** Senador Romário.



Outros pontos importantes que não podemos deixar de destacar foram as parcerias com FIRJAN e o Comitê Paralímpico Brasileiro para assuntos diversos envolvendo o CEFAN, que proporcionaram grande melhoria das atividades desenvolvidas.

Ressalte-se ainda a apresentação por intermédio da Lei de Incentivo ao Esporte (Lei n.º 11.438/2006), que permite que empresas ou pessoas físicas invistam parte do que pagariam de Imposto de Renda em projetos esportivos aprovados pelo Ministério do Esporte, dos Projetos de Levantamento de Peso Olímpico (SLIE 1713492-70) e de Boxe (SLIE 1713496-01), ambos para detecção de novos talentos e treinamento de atletas de alto rendimento no CEFAN, projetos estes que tiveram a participação da Assessoria de Marketing e Relações Institucionais em sua elaboração.

Além disso, o destaque e a contribuição que o CEFAN vem promovendo no desporto nacional não passaram despercebidos aos olhos da Sociedade Amigos da Marinha (SOAMAR), que na pessoa do seu Presidente, Dr. José Antonio de Souza Batista, também visitou as instalações do CEFAN, no mês de setembro de 2017, e colocou-se à disposição para intermediar a captação de empresas que possam emitir carta de intenção de patrocínio, que poderão ser apresentadas ao Ministério do Esporte em atendimento aos projetos já encaminhados, ou até mesmo empresas que estejam interessadas em ingressar como patrocinadoras destes.

Por fim, em 27 de novembro de 2017 o CEFAN tornou-se a primeira Instituição Pública do país a receber a Certificação WTS-55 de tecnologias sustentáveis, que faz parte da *Whole-Transdisciplinary Sustainability* – WTS-100. O certificado de sustentabilidade



**Figura 7:** Certificação WTS-55 de Tecnologias Sustentáveis.

foi concedido devido às recentes reformas nos campos de futebol e à construção do Centro Nacional de Levantamento de Pesos, que utilizaram em suas instalações os Sistemas Fotovoltaicos, de reutilização da água e lâmpadas de LED. A certificação tem como principal objetivo dar visibilidade às ações sustentáveis e não possui contrapartida financeira, apenas educacional.

Todas as ações anteriormente elencadas tiveram participação efetiva da Assessoria de Marketing e Relações Institucionais, no tocante ao desencadeamento e acompanhamento das tratativas para um desfecho positivo. Tais ações vêm possibilitando a manutenção e ampliação das atividades deste centro, e têm sido alternativas importantes para contornar as limitações financeiras advindas do atual cenário nacional.

Foi assim que o trabalho da equipe do setor, no pouco tempo de existência, conseguiu levantar a bandeira do CEFAN no cenário desportivo e esperamos que nos próximos anos possa proporcionar ainda mais frutos e conquistas.

**O DESPORTO MILITAR E CIVIL E A SOCIEDADE BRASILEIRA COM CERTEZA AGRADECEM!**



Capitão de Fragata (Md) Daniela  
Alcântara dos Santos

Chefe do Departamento de  
Saúde do CEFAN

# O atendimento de fisioterapia para os atletas e para a Família Naval

O Serviço de Reabilitação Físico-Funcional do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN) conta com uma infraestrutura de aproximadamente 520 m<sup>2</sup>, sendo um dos mais modernos centros de reabilitação do Brasil e possui como grande característica a atuação transdisciplinar.

Composto  
por

profissionais das áreas de fisioterapia, medicina, nutrição, odontologia, psicologia do esporte e ainda com um importante laboratório de ciências do exercício (LABOCE), o Serviço de Reabilitação possui os recursos mais modernos para a prevenção e reabilitação tanto para atletas quanto para a Família Naval. Toda essa infraestrutura potencializada por investimento constante em capacitação profissional e diversas experiências acumuladas durante seus oito anos de existência fez com que a fisioterapia do CEFAN pudesse oferecer um suporte de excelência para os atletas, militares da ativa, inativos e dependentes da Família Naval.

Muito embora o Serviço de Fisioterapia tenha sido

**Figura 1:** Serviço de Reabilitação Físico-Funcional.





**Figuras 2 e 3:** Serviço de Reabilitação Físico-Funcional.

originalmente criado para dar suporte aos atletas do PROLIM, rapidamente, o Comando da Marinha enxergou no CEFAN a possibilidade de incluir na sua diretriz de atendimento também o suporte à Família Naval. Todo o investimento estrutural, logístico e de pessoal pode ser empregado aos pacientes, ampliando a assistência de fisioterapia para toda a Marinha.

O Serviço de Reabilitação Físico-Funcional do CEFAN, conta atualmente, com especialistas nas mais diversas áreas do saber da fisioterapia, profissionais que atuam nas áreas da Traumatologia, Fisioterapia Desportiva, Neurofuncional, Pilates, RPG, Osteopatia, Fisioterapia Uroginecológica e Hidroterapia. Este corpo Técnico foi integrado desde 2010 por profissionais altamente qualificados em suas áreas, através de processos seletivos ao longo dos anos, graças a editais específicos, como por exemplo o relacionado a fisioterapia esportiva. A competência destes profissionais, a dedicação dos mesmos e o compromisso em realizar

uma fisioterapia baseada em evidência científica, acompanhada da experiência clínica, tornaram este centro uma referência em Reabilitação na Marinha do Brasil, fazendo deste serviço, um Centro de Especialidades, capaz de dar assistência a pacientes com os mais altos graus de complexidade.

Aberto desde de 2012 ao atendimento de militares da ativa, da reserva e à Família Naval, o serviço de reabilitação físico-funcional do CEFAN recebe pacientes oriundos das mais diversas unidades de saúde da Marinha. Realiza mais de vinte mil atendimentos anuais e diversos procedimentos fisioterápicos, além das atividades laborais destinadas aos militares do CEFAN, que através de palestras e orientações nas estações de trabalho, visam minimizar as sobrecargas e desconfortos músculo-esqueléticas.

O paciente que ingresse nesse centro, após encaminhamento médico específico, passa por uma avaliação cinemático-funcional onde será observado sua incapacidade física,



suas limitações funcionais e desta forma, encaminhado a uma das especialidades da fisioterapia. Esse terá seu programa de reabilitação traçado por um profissional especialista da área, realizará em média vinte atendimentos fisioterapêuticos, tendo como objetivo a alta fisioterápica. Quando essa não é possível, o paciente é encaminhado a uma reavaliação médica ou a um grupo destinado a atividades orientadas, especializado em hidroterapia ou atividades funcionais para complementação da sua reabilitação.

Além do atendimento à Família Naval, destaca-se ainda o trabalho da fisioterapia esportiva por meio do suporte prestado aos atletas de alto rendimento, que integram a Comissão Desportiva da Marinha, e aos atletas dos programas de incentivo ao esporte, Forças no Esporte e Programa Marinha Firjan. Cada equipe, entre as mais diversas modalidades, conta com apoio de um oficial fisioterapeuta, responsável pela

manutenção da integridade física do atleta — por meio de programas de prevenção, condutas de reabilitação — em caso de lesão, ou até mesmo no desenvolvimento de métodos que possam auxiliar na melhora do rendimento esportivo da equipe. Este trabalho só é possível graças a uma interação entre os profissionais que compõem a comissão técnica da modalidade, sendo de vital importância para a manutenção e para o aumento da capacidade física dos atletas.

Todo esse protocolo desenvolvido pela Fisioterapia do CEFAN não se restringe ao prédio do Serviço de Reabilitação Físico-Funcional. Os atendimentos são realizados

**Figuras 4 e 5:** Instalações do Serviço de Reabilitação Físico-Funcional.



também junto às equipes esportivas, seja acompanhando-as em competições nacionais e internacionais, ou ainda no próprio local de treinamento, o que permite melhor percepção da necessidade dos atletas durante suas demandas de treinamento e competição.

Ademais, cabe ressaltar os diversos apoios realizados em Organizações Militares da Marinha, e apoios a manobras, como as realizadas em Formosa, no Espírito Santo. Eventos esportivos como a Ultramaratona 24H do CFN fazem parte da rotina do setor de reabilitação físico-funcional. A logística para apoio a este evento, conta a participação de dezenas

de acadêmicos em fisioterapia, que passam por um processo de aprendizagem e orientação para proporcionar aos participantes a melhor condição física durante a prova.

É desta forma que a equipe de saúde e fisioterapia do Serviço de Reabilitação Físico Funcional do CEFAN se apresenta, com muita competência e dedicação, aos seus pacientes e atletas. Com certeza, a Saúde Naval, encontra, no CEFAN, um suporte de excelência para a Fisioterapia.

### **ADSUMUS!!!**

**Figura 6:** Mundial de Volei de Praia 2017.



Claudemir do Nascimento Santos

Professor de Educação Física  
e Mestre em Ciências da  
Reabilitação

Presidente da Associação  
Vencedores Adaptados (AVA)

# Apoio do CEFAN à Associação Vencedores Adaptados

O artigo que hora se apresenta traz em seu cerne o objetivo de levar aos caríssimos leitores, algo além da preciosa informação acadêmica e científica. Desejo-lhes fornecer fatos que os levarão a uma reflexão.

Para tanto, se faz necessário lembrar de duas palavras muito utilizadas nos últimos anos, em razão, principalmente, dos megaeventos realizados no Brasil e na cidade do Rio de Janeiro.



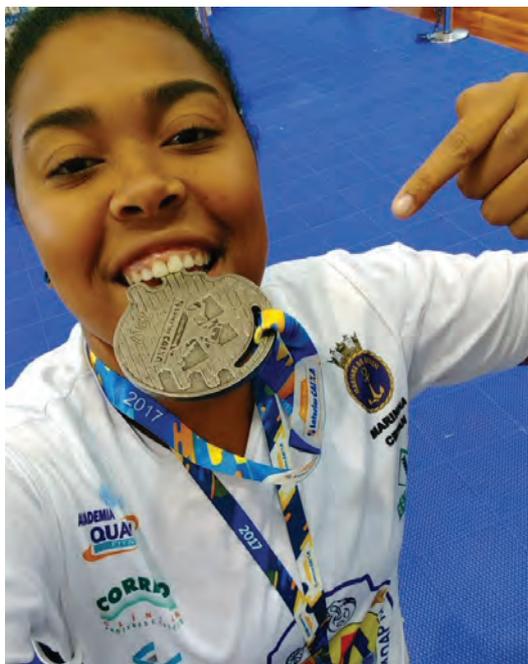
São elas: legado e gestão, palavras que, respectivamente, estão intimamente relacionadas e que o fracasso de uma, colocará em risco o êxito da outra ou vice-versa.

Nesta edição, também será possível verificar que excelentes resultados podem ser extraídos, quando se existe de fato, qualidade nestas mesmas palavras.

Em meados de março de 2014, foi iniciado de maneira voluntária, um trabalho de reabilitação biopsicossocial, tendo como público alvo, pessoas com diferentes tipos de deficiências, nas instalações do Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN).

A Associação Vencedores Adaptados (AVA), é uma instituição regularmente constituída, sem fins lucrativos, sem cunho político-partidário ou religioso, que se destina ao apoio e desenvolvimento de pessoas com deficiências nos aspectos desportivos, culturais e sociais.

O trabalho foi se desenvolvendo de maneira gradual e progressiva. No início, houve certa curiosidade da tropa, sendo o projeto naturalmente acolhido, pelo exemplo de superação, demonstrado diariamente pelos



Figuras 1, 2 e 3: Atletas Paralímpicos.

para-atletas, algo muito similar ao espírito e à tenacidade do combatente fuzileiro naval, nunca nos faltando uma continência, uma palavra de incentivo, e o respeito recíproco.

A proposta foi muito bem aceita e até incentivada pelo então Comandante do CEFAN na época, o excelentíssimo senhor Contra-Almirante (FN ) Carlos Chagas, que sob o seu olhar atento, pôde constatar ao longo do tempo, a conduta exemplar dos integrantes AVA, similar aos pilares de disciplina e hierarquia próprios da vida na caserna, não sendo computada até a presente data, nenhuma intercorrência negativa.

Os resultados não tardaram a aparecer e no ano seguinte os atletas Daniel Lima Santos e Matheus Ribeiro de Souza, foram medalhistas de prata e bronze, respectivamente, no Circuito Regional Paralímpico em 2015.

No mesmo ano, também, conquistamos medalhas nas Paralimpíadas Escolares, maior evento do mundo para jovens com deficiência em idade escolar. Foram três medalhas com os atletas Márcio Lucas Paulino da Paz (ouro no arremesso do peso e prata no lançamento do dardo) e o Matheus Ribeiro de Souza (bronze nos 100 metros rasos).



O projeto desenvolvido nas dependências do CEFAN, vai além de proporcionar melhorias nos indicadores de saúde e na performance atlética destes indivíduos. O impacto chega ao âmago destas pessoas, com a elevação da autoestima, autoconfiança, ativez e amor próprio.

Cientes de que muitos se encontram em situação de vulnerabilidade social, preconizamos nossas ações em um ambiente de acolhimento e desenvolvimento biopsicossocial, de modo a transformar a história do trauma em reabilitação, ressocialização e motivação competitiva.

Aqueles integrantes com mobilidade reduzida, encontram maior motivação para saírem de suas casas, oriundos dos mais diversos bairros da cidade, e até mesmo de outros municípios, enfrentando as barreiras arquitetônicas e as deficiências do transporte público, com o objetivo de participarem do projeto.

Graças ao espaço posto à disposição e das instalações do CEFAN, são oferecidas, gratuitamente, cinco atividades paralímpicas: natação, atletismo, halterofilismo, voleibol sentado, bocha adaptada, e uma atividade extraordinária, o xadrez desportivo, que visa a estimular a cognição e o raciocínio lógico, além do estímulo e o incentivo à leitura.

Os integrantes recebem atendimento especializado em condicionamento físico e reabilitação com os profissionais da AVA, de segunda a sexta feira, das 07:30 h às 10:00 h e das 15:00 h às 17:00 h, com o objetivo de promover a inclusão no contra turno escolar.

O projeto não tem a pretensão de substituir os serviços oferecidos pelos centros de atendimento às pessoas com deficiência, mas sim de suplementar este atendimento, ocupando as lacunas existentes para atender melhor a carência desta população.



Figuras 4 e 5: Atletas Paralímpicos.

É possível melhorar a qualidade de vida de indivíduos amputados (WUKICH et al., 2017). Para tanto, utilizamos como ferramentas os benefícios do esporte e da atividade física regularmente orientada e atenta as especificidades destes indivíduos.

O programa se inicia por um rigoroso processo de admissão, em que é montado sob





Figuras 6 e 7: Atletas Paralímpicos.

um prontuário de atendimento individualizado (PAI), constituído de documentos pessoais e médicos, fichas elaboradas pela AVA, laudos com a Classificação Internacional de Doenças (CID-10) o que permite uma boa triagem e encaminhamento as atividades.

Todo o processo se constitui por meio de um dedicado trabalho de gestão, sendo

mantido financeiramente por doações, parcerias e serviços oferecidos por voluntários profissionais, que se solidarizam com este projeto humanitário de apoio e reintegração social do deficiente através do esporte.

É importante lembrar que o esporte paralímpico, que hoje é uma realidade, se desenvolveu em um modelo baseado nas práticas de reabilitação e de lazer (BAILEY, 2008).

Segundo Bailey (2008), a prática de atividade física com fins competitivos, por pessoas com lesões a nível medular ou similares, funcionava como um elemento motivador para que estes indivíduos buscassem sua integração com o ambiente não hospitalar.

Acredito, portanto, que o esporte é por sua natureza um grande instrumento de reabilitação, ressocialização e civismo.

Destaco também a inestimável e histórica contribuição de uma figura que mais tarde seria conhecido como o “pai do esporte paralímpico”, um indivíduo da área de saúde, mais precisamente um médico neurocirurgião, Ludwig Guttman.

Natural da Alemanha, Guttman foi se estabelecer na Inglaterra, por perseguição aos judeus, em razão da Segunda Guerra (MELLO & WINCKLER, 2012 p. 3).

Iniciou seus estudos sobre o sistema nervoso periférico em Oxford e no ano de 1944, utilizou o esporte no processo de reabilitação de seus pacientes ex-combatentes, em uma Unidade para Lesões Medulares, na cidade de Stoke Mandeville, em Aylesbury (MELLO & WINCKLER, 3op. cit.).

Toda esta reflexão acerca dos aspectos históricos, práticos e da metodologia com que o projeto AVA para pessoas com deficiência se desenvolve, vem destacar a



importância e a relevância do apoio que o CEFAN oferece a AVA e a Família Naval.

A iniciativa e a implementação destas atividades, vem se destacando a cada ano, os resultados dos atletas já ultrapassaram as fronteiras do estado e do Brasil, pois os atletas paralímpicos que treinam no CEFAN já conquistaram dezenas de medalhas a nível regional e nacional, tendo inclusive conquistado uma medalha internacional.

As boas notícias não param por aí. No ano de 2016 a Rede Globo de Televisão realizou uma novela abordando o tema e utilizou nossos atletas e as instalações do CEFAN. Após a trama, tive a honra de ter minha carreira e meu trabalho reconhecido, em homenagem no programa Caldeirão do Huck, da mesma emissora.

O Comando do CEFAN, de maneira atenta e competente soube utilizar com qualidade os equipamentos esportivos, recebidos como legado dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos do Rio 2016, prova disso é a detecção e formação de atletas, entre os exemplos destaco a modalidade

Para-Halterofilismo que foi possível após a construção do Ginásio do Centro Nacional de Levantamento de Pesos.

Nossa atleta Tayana Medeiros, que utiliza o ginásio e os equipamentos do legado, foi campeã brasileira em 2017, bronze na Copa do mundo em Eger na Hungria em março, alcançou a oitava melhor marca do mundo no Campeonato mundial, disputado no início de dezembro 2017, no México, já estando convocada para a Copa do Mundo, em Dubai, nos Emirados Árabes Unidos, que será realizado em fevereiro de 2018, além de outros atletas com grandes resultados.

A parceria CEFAN/AVA, nos tem orgulhado e servido de exemplo e fonte de informações científicas em virtude do trabalho desenvolvido, inclusive sendo exemplo a ser seguido por outras instituições e forças militares, se alinhando à Portaria Normativa do Ministério da Defesa n.º 956/MD, de 23 de abril de 2015, que vislumbra a avaliação de um projeto-piloto para a valorização e integração social de militares deficientes físicos.

A excelência e o esmero do programa de

**Figura 8:** Visita do Pres. da República Michel Temer e Primeira Dama, do Gov. do RJ Pezão e do Min. do Esporte Leonardo Picciani com atletas paralímpicos.





esportes direcionado às pessoas com algum tipo de deficiência, tem sido orgulhosamente apresentado às autoridades e a representantes de diversas áreas, inclusive com a ilustre visita da Presidência da República.

A Marinha do Brasil, por meio do CEFAN, tem, historicamente, dado contribuições inestimáveis ao esporte nacional e ao meio científico e acadêmico do Brasil, sendo precursora de inúmeras iniciativas, sem jamais recuar diante dos desafios.

É por motivo de justiça, que louvo o Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes, na pessoa do Excelentíssimo Senhor Contra-Almirante (FN ) Pedro Luiz Gueiros Taulouis, pelo apoio destinado a AVA e a especial atenção e incentivo, da atual equipe de gestão desta Organização Militar.

O salutar apoio à AVA tem nos permitido



Figuras 9, 10 e 11: Atletas Paralímpicos.

atender a mais de cem pessoas, entre crianças, jovens e adultos, militares e civis, que estão ou que já passaram pela associação, sendo esta significativa contribuição do CEFAN muito elogiada pelo próprio presidente do Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), o senhor Mizael Conrado em visita as instalações, que inclusive

vislumbra a possibilidade de tornar o CEFAN um Centro de Treinamento Paralímpico.

Novos desafios surgem a cada ano, os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 se aproximam, mas estou convencido que mantendo a qualidade na gestão dos programas, estaremos bem preparados, pois acredito que o sucesso é o encontro da capacidade com a oportunidade.

## REFERÊNCIAS:

BAILEY, S. **Athlete First: a history of the paralympic movement.** London: Wiley and Sons, 2008.

MELLO, M. T., WINCKLER, C. **Esporte Paralímpico.** São Paulo: Atheneu, 2012.

WUKICH, D. K., AHN J., et al. **Improved Quality of Life After Transtibial Amputation in Patients With Diabetes-Related Foot Complications.** Int. J. Low Extremity Wounds, Jun. v. 16, n. 2, pp. 114-121, 2017. doi: 10.1177/1534734617704083. Epub 2017 Apr 21. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28682728>>. Acesso em: 24 dez. 2017.



