

TRANSCRIÇÃO - Papo em Pauta

Ep. 1 | Temp. 2.

“Esporte Paralímpico no Brasil” (Izabela Campos)

VINHETA - PAPO EM PAUTA

(0:08) Maria Eduarda Abreu (narração complementar): Você está ouvindo o projeto [Papo em Pauta](#), ciclo de conversas sobre cultura, cidadania e bem-estar. Uma parceria entre o Espaço do Conhecimento UFMG, o Instituto Unimed-BH e a Cemig.

(0:20) Maria Eduarda Abreu (narração complementar): No episódio de hoje: Esporte Paralímpico no Brasil.

(0:24) Ana Gonçalves (apresentadora): Olá! Estamos de volta! Eu sou a Ana Gonçalves, relações-públicas e assistente de comunicação do Espaço do Conhecimento UFMG. Você está ouvindo a segunda temporada do projeto Papo em Pauta.

(0:36) Fernando Silva (apresentador): Oi! Eu sou o Fernando Silva, relações-públicas e assessor de comunicação do Espaço do Conhecimento. Nesta temporada, apresentaremos quatro novos episódios liberados mensalmente, com quatro incríveis convidadas. Pegue o seu café, o seu lanche e se prepare, pois a conversa vai ser muito boa!

(0:54) Fernando Silva (apresentador): Em 2024, dois importantes eventos mundiais do esporte acontecem na capital da França, transformando Paris na cidade-sede dos Jogos Olímpicos, que acontecerão entre 26 de julho e 11 de agosto, e dos Jogos Paralímpicos, que serão iniciados em 28 de agosto e encerrados em 08 de setembro.

(1:11) Ana Gonçalves (apresentadora): Para contar sobre a rotina, os desafios e as motivações de sua carreira no esporte, o Papo em Pauta dá as boas vindas à Izabela Campos: atleta paralímpica no Centro de Treinamento Esportivo da UFMG.

(1:23) Izabela Campos (convidada): Meu nome é Izabela Campos. Sou negra, tenho o cabelo cacheado na altura do pescoço e, no momento, estou vestida com a roupa do treino, que é da seleção *[brasileira]*. Eu sou atleta paralímpica, treino de segunda a sexta, no período da manhã, das 7h30 às 12h. Sou formada em Serviço Social, na Estácio, com uma bolsa que ganhei através do esporte. Têm dois anos que eu me formei e agora estou querendo me especializar em Serviço Social dentro do esporte, especificamente na área da base dos clubes.

(2:13) Izabela Campos (convidada): No momento, eu só estou fazendo muita leitura, em relação à essa especialização, porque esse ano a Paralimpíada está aí, né? Então, não tenho tempo de me dedicar um pouco mais, mas ano que vem pretendo. Para me divertir, eu gosto de passear, estar em contato com a natureza, fazer trilha, pedalar e correr. Quando eu não estou treinando, sempre no final de semana e nas horas de folga, eu estou fazendo alguma aventura. Também gosto de shopping, de ler e de estar muito com a família. E ouvir uma boa música na noite de final de semana, em BH *[Belo Horizonte]*.

(3:09) Fernando Silva (apresentador): A jornada de Izabela no esporte começa com a educação. Nossa convidada perdeu a visão na infância, devido ao sarampo, e aos 17 anos conheceu

o Instituto São Rafael - referência no atendimento a pessoas com deficiência visual em Minas Gerais. Segundo ela, o aprendizado a que teve acesso foi um divisor de águas em diversas áreas de sua vida e se tornou o ponto de partida para a jornada no esporte.

(3:30) Izabela Campos (convidada): Eu sou a terceira de sete filhos. Meu pai era jardineiro e minha mãe era cozinheira. Com seis anos, eu tive sarampo e, por consequência, veio a deficiência visual. Fiquei em tratamento desde os seis até os 15 anos, mas chegou um tempo da minha vida em que eu não quis mais que tocassem no meus olhos, não queria mais passar por cirurgia. Meio que me revoltei, fiz muita pirraça para não ir e eles não me obrigaram mais. Então, dos 15 aos 17 anos, eu fiquei em casa, com a família mesmo, aprendendo algumas coisas de casa, sabe? E sempre que acontecia alguma coisa, por exemplo, se eu quebrava um copo ou alguma coisa assim por não ver, eu escutava a minha mãe falando que não tinha problema porque eu era “especial”. Ela xingava todo mundo, mas eu não.

(4:29) Izabela Campos (convidada): Com o passar do tempo, frequentando uma igreja, eu conheci uma moça que tinha um filho que era uma pessoa com deficiência — só que ele era intelectual — e eu sempre ouvia ela falar “ah, eu vou buscar o meu filho na escola”. Aí eu falei com ela que eu queria muito estudar e perguntei se teria como eu estudar na escola do filho dela porque, nesse período todo, eu fiquei em casa sem estudar e com 17 anos eu não sabia ler nem escrever. Aí ela falou comigo: “na escola do meu filho, eu nunca vi uma pessoa com deficiência visual, mas acho que deve ter uma escola que é especializada em pessoas com deficiência”. Ela pesquisou do jeitinho dela lá. Na época, eu acho que não tinha como pesquisar da forma que é possível hoje — que você pega o telefone, pesquisa e acha tudo, né? Então, uns 20 anos atrás, não tinha isso.

(5:39) Izabela Campos (convidada): Aí ela me deu o número do Instituto São Rafael, eu liguei e marquei uma entrevista lá com a assistente social. Eu até conto para ela hoje em dia, quando eu vou lá no Instituto São Rafael — porque ela ainda trabalha lá — e eu sempre falo com ela: “eu cursei Serviço Social porque eu me inspirei em você”. Sempre falo com ela porque pra mim foi um divisor de águas, né? Conhecer os meus direitos, tudo que eu tenho acesso e não conhecia... Então tudo isso eu descobri lá. Na época, eu liguei, agendei e minha amiga me levou [*no Instituto*] e aí eu falo que foi minha mudança. Conheci o Instituto São Rafael e lá eu aprendi tudo, tanto a ler e escrever, quanto o Braile. Lá eu fiz o EJA [*Educação de Jovens e Adultos*] e fui indo, sabe? O primeiro ano do ensino médio, o segundo e o terceiro, eu fiz fora, mas tudo com uma base boa que eu tive dentro do Instituto São Rafael.

(6:46) Izabela Campos (convidada): Nessa época, eu pesava uns 110, 120kg. Estava muito acima do peso, né? E a professora de educação física me incentivou a procurar uma associação que era voltada ao esporte para deficiente visual. Aí ela me passou o número e eu procurei saber dessa associação. E quando eu cheguei nessa associação, tinha um leque de modalidades: goalball, natação, judô, futebol e atletismo. Aí eu associei o atletismo à caminhada, pensei que seria mais fácil perder peso e comecei a caminhar. Depois passei para uma caminhada que a gente chama de trote e depois para uns tiros mais longos. E o professor sempre me perguntava: “você não quer competir, não?”. E eu sempre via as pessoas viajando para competição regional ou nacional. Tinha outros dentro da equipe que já competiam a nível internacional.

(7:58) Izabela Campos (convidada): Então, todos tinham um objetivo de chegar na seleção e chegar ao ponto mais alto que um atleta pode chegar, que é uma Olimpíada ou, para nós, uma Paralimpíada. E eu sempre falei com ele que não, que não me interessava, que o meu objetivo ali eu já tinha atingido — porque passar de 120kg para 60kg para mim foi uma maravilha. Aí eu comecei a namorar um rapaz e o objetivo dele lá dentro da associação já era outro. O objetivo dele era passar

pelo regional, nacional, e chegar até as competições a nível internacional, né? E eu sempre dei muita força para ele, mas sempre tive no meu coração que aquilo não era pra mim. E eu nem me permiti sonhar. Naquela época, se alguém falasse que a Izabela iria participar de uma Paralimpíada, todo mundo ia rir. Então, eu mesma nunca me permiti ter esse sonho. Até que um dia esse professor, o técnico, falou: "vai ter o regional e o seu namorado vai, você vai deixar ele sozinho? Você não sabe o que acontece nessas competições". Mas isso foi uma jogada dele, que hoje em dia ele até me conta. E quando ele falou isso, eu respondi: "ok, pode fazer a minha inscrição". Aí ele fez a minha inscrição e eu fui para correr as provas de pista, que são de meio fundo, dentro da pista de atletismo, dos 800 aos 5.000 [metros].

(9:43) Izabela Campos (convidada): Eu cheguei lá, corri os 800 [metros] e ganhei, mas fui desclassificada por um erro do guia. Aí depois fui para os 1.500 [metros] e ganhei. Fui para os 5.000 [metros] e ganhei. Então, eu peguei amor por aquilo. É muito bom aquela torcida, aquele pessoal gritando e você conseguindo vencer o cansaço, aquela ansiedade, aquele medinho, aquele frio na barriga que dá na prova, que é viciante, né? E me viciou. Daí em diante, eu não parei de estar dentro do esporte. Fui de campeonato a campeonato, sempre ganhando provas no meio fundo, mas a nível nacional.

(10:32) Izabela Campos (convidada): E eu sempre fui de estatura muito pesada, então o professor me mostrou as provas de campo, que são o arremesso de peso, o lançamento de disco e o lançamento de dardo. E de cara, eu já me apaixonei por arremesso de peso. E foi o arremesso de peso que abriu as portas pra mim nas competições a nível internacional. E aí, eu fui só subindo cada degrau, sabe? Foi assim que eu entrei dentro do cenário a nível mundial.

(11:05) Ana Gonçalves (apresentadora): Em maio de 2024, Izabela conquistou a medalha de bronze no Mundial de Atletismo Paralímpico, realizado na cidade de Kobe, no Japão. Ao compartilhar a experiência no evento, nossa convidada considera que existem três pilares para um bom atleta: o físico, a técnica e o psicológico. E ainda completa que, sem o cuidado com esses pilares, um profissional do esporte pode perder para si mesmo.

(11:28) Izabela Campos (convidada): Esse já é o meu quarto mundial, né? E o frio na barriga sempre existe. Eu tenho uma psicóloga que é voltada para o esporte e a gente fala só dos medos e das ansiedades que cada atleta tem. E isso ajuda um pouquinho porque eu costumo falar com a minha treinadora que existem três pilares para um bom atleta: o físico, a técnica e a cabeça. Se esses três não estiverem legais, a gente perde para a gente mesmo, sabe?

(12:06) Izabela Campos (convidada): O Mundial que teve agora no Japão, deu um gostinho do primeiro. Mesmo estando junto com as adversárias, quando você tem consciência que elas são mulheres, que treinaram mais, ou o mesmo tanto que você, ou menos, mas estão ali todas no mesmo patamar, é muito bom.

(12:41) Ana Gonçalves (apresentadora): Devido à pandemia de covid-19, as Paralimpíadas do Japão foram realizadas em 2021, ocasionando um ciclo reduzido de três anos até os Jogos Paralímpicos de 2024. Relembrando esse período, Izabela conta sobre a preparação para o grande evento esportivo em Paris. Segundo ela, a rotina de treinos é árdua e, muitas vezes, envolve abrir mão de momentos de lazer. No entanto, ao finalizar uma competição ou segurar uma medalha, seu pensamento é sempre o mesmo: "eu voltaria e faria tudo de novo".

(13:13) Izabela Campos (convidada): Geralmente, o ciclo paralímpico é de quatro em quatro anos e esse foi um pouco reduzido, mas mesmo na pandemia, a gente foi adaptando os treinos

quando não deu para sair e fizemos treinos dentro de casa. Quando foi possível sair, graças a Deus, Deus colocou no nosso caminho pessoas que tinham academias para abrir só para a gente, sabe? Então, mesmo com isso tudo a gente não deixou de treinar. É um treino muito árduo e complicado, mas é gostoso. E, dentro desse meio tempo, temos as competições. Pelas competições você consegue perceber o nível em que está para chegar na Paralimpíada. Então, esse mundial *[Kobe 2024]* foi um bom teste pra gente ver que estamos em um caminho legal e que, com o trabalho que fazemos, estão vindo frutos. Graças a Deus, conseguimos fazer um índice muito bom. A gente ficou a 20 centímetros do recorde mundial. Então, estamos em um caminho bem bacana para atingir o nosso objetivo, que é chegar bem nas Paralimpíadas e conseguir a tão sonhada medalha pela qual trabalhamos esse tempo todo.

(14:41) Izabela Campos (convidada): Durante esse período, a gente deixa de fazer muita coisa, né? Às vezes tem um casamento, ou tem uma festa de 15 anos de alguém da família e a gente abre mão dessas coisas. Só que lá no fim, a gente vê como foi gratificante abrir mão disso, sabe? Quando você coloca a medalha no peito e segura ela, você pensa assim: "Deus, eu voltaria e faria tudo de novo!", de tão satisfatório que é.

(15:14) Fernando Silva (apresentador): Enquanto reflete sobre sua carreira, Izabela avalia quais foram os momentos mais especiais e quais são os seus planos e objetivos no esporte paralímpico e além dele. Ao ouvir a história de nossa convidada, compreendemos melhor o quanto o esporte pode se tornar um caminho possível de realizações pessoais e profissionais.

(15:31) Izabela Campos (convidada): Pra mim, o esporte é transformador e eu até fico emocionada em falar sobre isso. Graças ao esporte, eu tenho uma estabilidade financeira legal. Graças ao esporte, eu tenho a minha casa própria. Graças ao esporte, eu conheci diversos países, diversas culturas e viajo o Brasil todo. Uma menina que nunca imaginou sair de BH... Durante três ou quatro vezes por mês, a gente está viajando para competir: São Paulo, Rio *[de Janeiro]*, Fortaleza... Pra mim é maravilhoso ter essa oportunidade de conhecer outras culturas tanto a nível nacional como internacional. Eu nunca imaginei ir ao Japão. E já fui duas vezes, então, é incrível. Já conheci duas cidades no Japão! Então, é incrível o que o esporte pode proporcionar pra gente.

(16:46) Izabela Campos (convidada): Eu falo que existem três competições que foram inesquecíveis pra mim. Teve a primeira vez em que eu ganhei uma medalha a nível internacional, que foi na cidade de Lyon, na França, em 2013. Quando eu peguei aquela medalha, eu pensei: "nossa, não precisa me convocar mais, essa medalha aqui já me realizou!", porque eu achei que não ia ser convocada mais. Também teve a primeira vez em que eu ouvi o Hino Nacional e ganhei uma medalha de ouro. Foi no Canadá, na cidade de Toronto, em 2015, quando eu ganhei a medalha de ouro no lançamento de disco. E eu sempre falei com meus treinadores que o meu sonho era ouvir o Hino Nacional no ponto mais alto do pódio.

(17:41) Izabela Campos (convidada): E a terceira, que é a mais inesquecível pra mim, foi em 2016, quando eu participei da Paralimpíada Rio 2016. Foi dentro do estádio que minha mãe, meu treinador, meus irmãos e meus sobrinhos estavam. E gente que eu nem conheço estava gritando: "Iza, Iza, Izabela, Izabela". Então, eu fiquei encantada em vivenciar isso e ainda sair com a minha primeira medalha paralímpica. Vocês sabem que a Paralimpíada e a Olimpíada é o ponto mais alto que um atleta sonha. Todo atleta, seja ele do futebol, do atletismo, da natação... todo atleta sonha em ter uma medalha olímpica ou paralímpica, né? Então, eu tenho a minha e ela é de bronze. A gente compete pelo mundo todo a nível internacional, mas a gente nunca tinha tido tanta torcida ali e pra mim foi maravilhoso e grandioso essa Paralimpíada de 2016 no Rio.

(19:00) TRILHA SONORA (INSTRUMENTAL)

(19:06) Izabela Campos (convidada): O meu sonho agora é ter uma medalha de ouro em uma Paralimpíada. Esse é um sonho muito grande que eu tenho. E a nível pessoal é me especializar no esporte e fazer alguma formação que me leve para uma transição de carreira mesmo. E quando eu me aposentar, eu quero atuar no esporte, mas de outra forma, dentro da minha formação e levando essa transformação que o esporte fez na minha vida para outras pessoas também. E sempre mostrar que é possível, quando a pessoa se dedica e tem objetivos.

(19:57) Ana Gonçalves (apresentadora): Para finalizar esse papo que uniu esporte, sonhos e conquistas, nossa convidada deixa uma mensagem para os ouvintes e reforça a importância da atividade física em nossas vidas.

(20:08) Izabela Campos (convidada): Primeiramente, eu quero agradecer por esse convite e por estar aqui participando, contando um pouquinho da minha história. E é sempre prazeroso poder falar. Eu vou ficar muito feliz se esse bate-papo, essa conversa, puder encontrar quem precise ouvir essa história. Eu acho que a gente não pode desistir e, apesar de tudo que tem na vida da gente, não podemos parar de sonhar, de querer e de acreditar na gente mesmo, né?

(20:47) Izabela Campos (convidada): O conselho que eu dou para todo mundo aí: vamos fazer uma atividade física, seja a pessoa paralímpica, ou olímpica. É bom demais fazer uma atividade física, sabe? Às vezes, as pessoas realmente não querem ter isso como um esporte ou como um esporte de alto rendimento, mas que tenha isso como uma qualidade de vida. Eu acho que a gente não nasceu pra ficar parado. A gente tem que estar em constante movimento, até mesmo pra fazer bem pro corpo, pra alma e pro espírito. Então, seja em qualquer modalidade, sempre é bom ter uma forma de colocar um pouco de energia pra fora. É o conselho que eu dou para todos: vamos lá se movimentar e viver a vida. Deixar as coisas ruins para trás um pouquinho e curtir as coisas boas que a vida tem para nos oferecer.

(21:56) Maria Eduarda Abreu (narração complementar): Estabelecidos pela Organização das Nações Unidas, os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, ODS, visam um compromisso social, natural e econômico com o futuro na Agenda 2030. O episódio de hoje, ao debater o esporte paralímpico no Brasil, visa se alinhar ao ODS 10, Redução de Desigualdades, e à meta 10.2, que visa empoderar e promover a inclusão social, econômica e política de todos.

(22:23) Fernando Silva (apresentador): Esse foi mais um Papo em Pauta, programa mensal veiculado no feed do Pílulas do Conhecimento. Avalie o perfil do programa e acompanhe o Espaço em todas as redes sociais ([@espacoufmq](https://www.instagram.com/espacoufmq)).

(22:33) Ana Gonçalves (apresentadora): Este episódio foi escrito e apresentado por Ana Carolyn Gonçalves e Fernando Silva. Os trabalhos de áudio foram feitos por Sarah Lima e Fernando Silva. Vinheta: Gabriel Barcelos. Narrações complementares: Maria Eduarda Abreu.