

# NAS REDEAS DA GLÓRIA

*Esperança no hipismo brasileiro nestas Olimpíadas, Luiza Almeida divide as alegrias e agruras do esporte do coração* POR MARILIAKODIC

Foco e frieza estão entre as qualidades necessárias para ser bem-sucedido no hipismo, segundo Luiza



AOS 24 ANOS, LUIZA ALMEIDA já tem seu nome no livro dos records há oito: nos Jogos de Pequim (2008), foi a atleta mais jovem a disputar uma Olimpíada no hipismo. A bela, que carrega o título de Terceiro-Sargento da Cavalaria do Exército Brasileiro e detém uma medalha de bronze pelos Jogos Pan-Americanos do Rio (2007), é uma das esperanças do Brasil nos Jogos Olímpicos que acontecem neste mês. Da Alemanha, onde esteve treinando nos últimos meses, ela falou à L'Official Brasil sobre sua relação com o esporte, suas expectativas para a competição e sua relação com moda e beleza.

**Que características considera fundamentais para ter sucesso no hipismo?**

Todo atleta tem que ter dedicação, foco e persistência para alcançar os objetivos. No adestramento, você também tem que ser calmo, ter frieza e saber controlar seus sentimentos para não deixar o animal sentir nada negativo.

**Qual a importância da ligação afetiva com o cavalo no hipismo?** É muito importante! Quanto mais o cavaleiro conhece seu cavalo – as manias, os medos, onde ele se sente mais à vontade –, maior é a chance de sucesso, pois ele vai saber lidar com as possíveis circunstâncias adversas da competição. Quando você convive com o cavalo por prazer, não só para competir, você aprende muito pois é obrigado a ficar atento a todos os sinais que ele te passa. Acho que há uma troca de respeito mútua. Você precisa trabalhar para conquistar a confiança dele, tanto para tê-lo como parceiro de competição quanto amigo. E esse é um trabalho diário.

**Diferentemente do que acontece em outros esportes, você diria que o tempo melhora o empenho do cavaleiro?** Com certeza. O adestramento é diferente das outras modalidades. Com o tempo, você tem a chance de aprender novas técnicas, montar diferentes animais e ter menos chances de risco, solidificando as características para o sucesso. A idade não interfere





## “ALMEJO PASSAR PARA A SEMIFINAL. SERIA UMA GRANDE VITÓRIA PARA O BRASIL”

negativamente por ser uma modalidade extremamente técnica. Você não perde por não ter mais força, por estar mais velho. O atleta físico é o cavalo.

**Qual a sua expectativa para estes Jogos Olímpicos?** Estou com o [cavalo] Vendaval desde setembro, e isso é pouquíssimo tempo no adestramento. Mas foi o tempo que eu tive, e estamos treinando o máximo que podemos. Almejo passar para a semifinal, em que passam os 30 melhores cavaleiros que entram em pista. Esse realmente é um grande sonho, e seria uma grande vitória para o Brasil. Mas a gente sabe que é difícil.

**O hipismo, como o automobilismo, é um esporte caro e inacessível para a maioria. Há modos de reverter esse cenário no Brasil?** Com certeza não tem como negar que o hipismo é um esporte caro. Mas há modos para ele ficar mais acessível. A maioria das hípicas no Brasil

possui escolinhas de equitação em que as aulas são com cavalos da própria hípica. Para praticar por prazer, não há necessidade de ter o seu próprio cavalo, que é o que torna o esporte caro, então essas escolinhas são uma grande opção. Mas, para ficar realmente acessível, o hipismo precisa de mais visibilidade, apoio e patrocínio, para crescer e ganhar popularidade no Brasil.

### **Como é ser Terceiro-Sargento da Cavalaria do Exército Brasileiro?**

Eu entrei para o Exército em 2011, visando minha primeira competição como Terceiro-Sargento, que foi nos Jogos Mundiais Militares, em que o Rio de Janeiro foi cidade-sede. Foi uma grande honra. Tenho muito orgulho de fazer parte desta instituição. Participo

de treinamentos, vou a cerimônias e, é claro, represento o Exército em todas as competições de que participo, tanto no Brasil como fora. A farda

que uso na competição até me destaca entre os cavaleiros. Uso verde-oliva com bastante orgulho.

### **Pode nos contar sobre sua rotina e segredos de beleza?**

Não tenho nenhum segredo, sou bastante básica. Aliás, acho que preciso melhorar nessa área (risos). Mas o que faço é beber de 2 a 3 litros de água por dia, passar protetor com base de manhã, e malhar cinco vezes por semana.

**Qual a sua relação com a moda, e que marcas gosta de consumir?** Fico fascinada pela *fast-fashion* de hoje. Um dia a tendência está nos desfiles, no outro já está nas vitrines das lojas mais acessíveis. Qualquer marca que se encaixe nisso, eu adoro!