

Quando uma terapia vira sonho olímpico

Ligação aos cavalos começou pela paralisia cerebral. Da experiência ao 5.º lugar em Pequim foram oito anos. Luta por lugar em Londres

PEP
PEDRO FIGUEIREDO

SORRISO quase infinito o de Sara Duarte. Falar de cavalos é quase falar de toda a sua vida, já que por iniciativa da mãe, em 1999, foi experimentar a equitação como possível terapia e oito anos depois arrancava um 5.º lugar nos Jogos Paralímpicos de Pequim, na categoria de paradesage.

«Foi inesquecível porque sinceramente nunca acreditei que pudesse ir tão longe. É um desafio enorme pois temos de ter cuidado a todos os pormenores», conta Sara Duarte, de cujo talento Maria de Lurdes, directora do Centro Equestre João Cardiga, nunca duvidou: «Ela não acreditava, mas nós sabíamos que ela podia ir longe. Sofremos muito aqui, até porque durante a votação dos juizes a Sara esteve muito tempo em 1.º lugar.»

No entanto a melhor classificação de sempre para Portugal na equitação numa competição paralímpica foi apenas um começo, garante Maria de Lurdes. Com um Mundial este ano, no Kentucky (EUA), no qual o resultado influenciara o ranking que define as presenças para Londres-2012, Sara Duarte não poderá faltar, faça-se os esforços que se fizerem.

«Ainda nos faltam 8250 euros para poder levar a Sara aos Estados Unidos mas ela vai. Tenho a certeza de que de 5 a 10 de Outubro a Sara vai lá estar e vai ganhar!»

O entusiasmo de Maria de Lurdes é contagiante e Sara desfaz-se em sorrisos com a crença da sua amiga, mais do que directora.



O Centro tem estábulos para albergar os 70 animais utilizados nas diferentes terapias

«Já é um passo acreditar. Tenho que me bater com o meu grande rival [n.d.r.: o britânico Lee Pearson, actual campeão da Europa, do Mundo e Paralímpico], mas no final tudo é possível», explica Sara, com Maria de Lurdes a acrescentar: «Já lhe disse que a Lee é um humano como ela. Tem dias maus como toda a gente, basta acreditar.»

Apuramento de Sara para Londres-2012 vai depender do Mundial no Kentucky, em Outubro deste ano, para o qual faltam 8250 euros

Kentucky tem Londres-2012 como meta, mas Sara Duarte já não sabe se chegará ao Rio de Janeiro-2016. É que nos seus planos está um... bebé!

«Por mim já tinha tido um. Sei que um dia terei de continuar a trabalhar ligada aos cavalos, até porque a minha área assim o permite. Sou um bocadinho teimosa e quando estou em baixo só preciso de alguma coisa que me volte a ligar à terra porque sei que consigo contornar as dificuldades».

Sara frequenta o mestrado de ciências farmacêuticas, na Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa, e muitas vezes não consegue conciliar o curso com a vida de alta competição: «umas vezes ficam umas coisas para atrás, outras vezes outras, mas a ligação aos cavalos é permanente!»

A oferta do cavalo dos sonhos

Sara Duarte sempre teve o sonho de ter um cavalo só seu. De tal forma que a escolheu dum curso superior para futura carreira profissional — engenharia farmacêutica — foi feita tendo em conta a possível elevada remuneração, que mais depressa a faria concretizar o seu sonho. São chegado mesmo a fazer as contas para saber quando o poderia adquirir. Mas em 2003 tudo foi precipitado. Chamada ao programa de Inovação, na SIC Mulher, na companhia de Maria de Lurdes, Sara falou do desejo de ter um cavalo, apelo que foi ouvido nos Açores por Artur Machado, que deu um fútzaner austriaco de três anos e ainda pagou o seu transporte para o continente, baptizado de Neopoltano Morella. «Foi um sonho realizado antes do tempo. Era muito novinho e só queria brincar. Toureava-me e tudo, vinha direito a mim, era tão maluco como eu», revela Sara, que, apesar de ter adorado o presente, admitiu não ter sido amor à primeira vista. Hoje não pode viver sem o seu Neopoltano, que só de manutenção anual custa à escola cerca de sete mil euros.



Sara Duarte e o cavalo 'Neopoltano', um 'fútzaner' austriaco com o q

MECENAS PARA COBERTURA

A Escola Equestre João Cardiga tem um terceiro picadeiro, onde geralmente a equipa de 'horseball' do Sporting costuma treinar, que por ser de ar livre está nas condições que se vêem na imagem. A ideia era construir uma cobertura para a área, cujo orçamento ronda os 80 mil euros. A direcção não quer dinheiro. Aceita mecenas que forneçam os materiais, tal como a Alekta, a Rocca, a Cni e a Dyrup fizeram para melhorar as condições dos outros dois picadeiros. Com um terceiro disponível, a direcção convida aceitar as mesmas solicitações para sessões terapêuticas.



foi 5.º em Pequim-2008

ALVARO RODRIGUES/AF



Voluntários especiais

O Centro Equestre João Cardiga conta com uma equipa de voluntários composta não só por técnicos especializados, Luis Matias, de 21 anos, sendo interno do Colégio Quinta Essência, está há um ano a trabalhar num contexto de inserção no trabalho. «Limpo boxes, trato dos animais, mas o que gosto mais de fazer é apurar os cavalos», diz.

Aplicação do conhecimento

Outra das voluntárias é Vanessa Morinho, também de 21 anos, licenciada em habilitação psicómotora pela Universidade do Minho e a frequentar um mestrado em educação especial e intervenção precoce, o que lhe permite aplicar os conhecimentos académicos nas questões práticas com que se vai deparando no dia-a-dia no Centro. «Uma coisa é estudar a teoria, outra é ver como se passa na prática. Por exemplo, no trabalho com crianças autistas, a reacção ao toque é essencial. Com um cavalo como terapia, esse objetivo é alcançado de forma muito mais rápida», explica. Vanessa sente-se realizada com o seu trabalho e sabe que é precisamente isso que quer fazer para o resto da sua vida, de preferência no Centro J. Cardiga.

A alegria com que Sara Duarte fala da sua vida no hipismo paralímpico é contagiante

ALVARO RODRIGUES/AF



Hipismo de ganhos incalculáveis

«Antiga quinta agrícola é local de verdadeiros milagres»

No alto da estrada da serra em Leceia, com o vale da Fábrica da Pólvora de um lado e o vasto concelho de Oeiras até ao mar do outro, fica o Centro Equestre João Cardiga. Uma antiga quinta agrícola dos pais de João Cardiga que ele e a mulher, Maria de Lurdes, a alma do Centro, transformaram num local onde se conseguem milagres quase

todos os dias. «Em 1993 decidimos transformar este espaço e tivemos logo um pedido do Centro de Deficientes de Mira-Sintra para os alunos terem contacto com os animais. A experiência correu tão bem, encheu-nos de tal forma a alma que decidimos continuar. O João Cardiga foi à Suécia fazer uns cursos e hoje já temos uma equipa multidisciplinar de profissionais da fisioterapia, técnicos de reabilitação psicómotora, psicólogos, enfermeiros e monitores credenciados de equi-

tados terapêuticos», explica Maria de Lurdes.

Um caminho seguido que deu os seus frutos mais meditados com os bons resultados de Sara Duarte na alta competição. Hoje são mais de 200 alunos, uma boa parte deles com frequência gratuita, com problemas desde a paralisia cerebral ao autismo, passando por síndrome de Rett, distrofias musculares, invulsões, dos mais variados níveis e mesmo profundos e cujos resultados fazem até esquecer as dificuldades que sentem em arranjar os patrocínios necessários aos projectos que vão levando a cabo.

«Fazemos tudo sozinhos, não temos apoios de ninguém. Vamos conseguindo, com o entusiasmo de alguns pais, a ajuda de algumas empresas que vão dando materiais para fazermos as obras que precisamos», acrescenta a mentora do «Desafio a Cavalos!», pensado para a evolução de doentes com patologias do foro mental, salvaguardadas pela contra-indicação médica. O exemplo de Sara Duarte, sem dúvida uma bandeira do Centro Equestre João Cardiga, faz todos os alunos acreditar muito para além da simples vantagem terapêutica que é trabalhar com cavalos.



Equipa multidisciplinar supervisa equitação terapêutica com objetivos cognitivos

«Fico boquiaberto no treino»

«João Pedro Cardiga é o treinador de Sara Duarte e da equipa de 'horseball' do Sporting CP»

Tem menos dois anos que Sara Duarte, mas tem sido o seu treinador desde que assegurou a evolução de Neopoltano para a categoria de competição necessária, ou seja, o paradesage. «Consegue deixar-me boquiaberto no treino. É claro que queremos atingir a perfeição e a mim, como treinador, compete-me fazê-la concentrar-se ape-

nas na técnica e tática e no cavalo. Sei que represento Portugal de uma a mais nervosa e tenho que a abstrair disso.»

A frequentar o curso de Gestão de Desporto da FMH e ISEG, João Pedro tem uma paixão que o faz vibrar e até perder horas de sono: o horseball. A sua equipa, do centro, mas que em 2005 ficou com o nome do Sporting Clube de Portugal, já foi vice-campeã europeia, em 2007, em Estocolmo, e até tem escalões de formação (sub-16).



João Pedro Cardiga, treinador da Sara