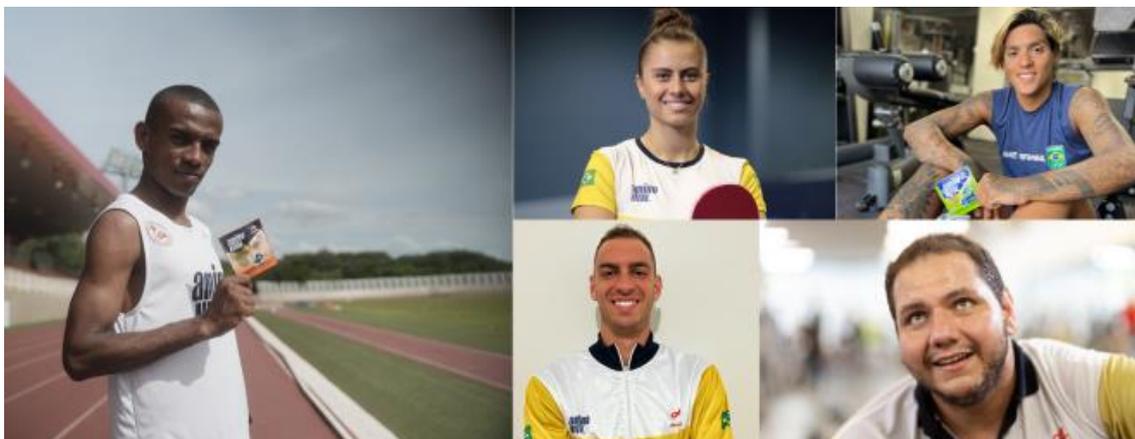


50 dias para Paris 2024: atletas do Time Ajinomoto falam sobre expectativas e como controlar a ansiedade para as competições

Ana Marcela Cunha, Daniel do Nascimento, Rafael Silva, Fernando Scheffer e Bruna Takahashi revelam como está sendo a reta final para as Olimpíadas



São Paulo, junho de 2024 – O relógio está andando cada vez mais rápido. Nesta quinta-feira (6), faltarão somente 50 dias para a abertura dos Jogos Paris 2024, o maior evento multiesportivo do planeta. O clima de ansiedade já toma conta dos atletas que irão participar dos Jogos da XXXIII Olimpíada da era moderna, entre eles os integrantes do **Time Ajinomoto**, que estarão em busca de resultados históricos para o esporte olímpico brasileiro nas pistas, tatames, piscinas e ginásios.

“Bate uma ansiedade porque é um evento hiper diferenciado. Todo atleta sonha em participar de uma Olimpíada, é o objetivo da carreira. Esta será minha quarta participação e a experiência acaba ajudando a dar uma certa tranquilidade e focar muito na preparação”, afirma **Rafael Silva**, o Baby, dono de duas medalhas de bronze no **judô**, em Londres 2012 e Rio 2016.

“A ansiedade está muito alta. Tenho treinado muito e focado na alimentação para chegar em Paris na minha melhor forma. Estarão na linha de largada os maiores maratonistas da história e será uma prova extremamente difícil, principalmente por conta da altimetria e das temperaturas elevadas”, revela **Daniel do Nascimento**, atual recordista sul-americano da **maratona** (2h04min51s) e o atleta não africano mais rápido do mundo nesta prova.

“É uma ansiedade diferente do que tive para os Jogos de Tóquio. Agora chego em outra situação, um pouco mais experiente e já sabendo como será o clima de competição que irei encontrar em Paris”, diz **Fernando Scheffer**, da **natação**, que levou o bronze nos 200 m livre nas Olimpíadas realizadas em 2021, no Japão.

Atual campeã olímpica dos 10 km de **águas abertas**, **Ana Marcela Cunha** tira um pouco do peso psicológico desta reta final. “Estou bem tranquila e deixando o friozinho na

barriga para o dia da prova, em 8 de agosto”, assegura a nadadora. Será a quarta participação de Ana Marcela em jogos olímpicos, depois de competir em Pequim 2008, Rio 2016 e Tóquio 2020.

Bruna Takahashi, melhor atleta do Brasil no **tênis de mesa** feminino, acredita que chegará em Paris pronta para fazer uma campanha inesquecível. “Estou muito animada, porque sei que melhorei o meu nível técnico neste ciclo olímpico”, admite a integrante do Time Ajinomoto, que neste ano vem se mantendo no top-20 do ranking mundial da ITTF (Federação Interacional de Tênis de Mesa).

Treinos e competições antes de Paris

Nestes 50 dias que restam antes da abertura dos Jogos de Paris, os atletas estão seguindo diferentes estratégias na preparação. “No momento, estou num período de ganho de força e depois a gente entra em potência e resistência de força. Mais para o final, eu diminuo o tempo de treino, mas a intensidade é muito alta, tudo para conseguir ter uma super compensação já pensando no dia 2 de agosto, data da minha primeira luta”, explica Rafael Silva.

“As competições acabaram. Agora sigo treinando, acompanhada pela minha equipe multidisciplinar, e já tenho programado um treinamento em altitude antes de chegar a Paris”, afirma Ana Marcela Cunha. Da mesma forma, Daniel do Nascimento está concentrado apenas na reta final da preparação. “Minha carga de treino só é reduzida 20 dias antes da prova, ou seja, 20 de julho. Até lá, meus volumes de treino só têm subido. Não farei nenhuma competição até os Jogos, e o foco é total na parte técnica e na parte psicológica”, destaca.

Alguns, contudo, seguirão alternando treinos e competições. “Minha programação seguirá basicamente a mesma, equilibrando a parte física, mental e nutricional. A diferença é que ficarei mais tempo competindo e treinando no exterior”, explica Fernando Scheffer, que terá uma competição na Itália (Troféu Sette Colli) e treinamentos em Portugal e Espanha. “Esta fase final é muito corrida. Ainda tenho alguns torneios, pois preciso buscar um lugar entre as 16 melhores do mundo, que irá me ajudar a obter uma posição melhor na chave individual das Olimpíadas”, diz Bruna Takahashi.

Parceria permanente

Na preparação para os Jogos Paris-2024, os atletas do **Time Ajinomoto** contam com o suporte nutricional e acesso ao programa de educação nutricional “**Alimentação para Vencer - Kachimeshi®**”, que incentiva uma alimentação equilibrada e saborosa, adequada às necessidades específicas de cada atleta. Parte desse suporte nutricional é representada pelos produtos **aminoVITAL® GOLD**, suplementos alimentares compostos por nove aminoácidos essenciais que agem rapidamente na recuperação muscular, fundamental para atletas de alto rendimento.

“Pensando no conceito do Kachimeshi®, em se alimentar com o intuito de vencer, é algo que sigo todos os dias. Fazer boas refeições, com boas combinações de alimentos, sem

deixar o sabor de lado, com certeza contribui na melhora do seu treinamento e desempenho. Já o aminoVITAL® GOLD eu utilizo diariamente, principalmente após os treinos, ajudando na minha recuperação muscular para o dia seguinte”, diz Rafael Silva.

“Tanto o programa quanto os aminoácidos estão sendo fundamentais, me dando energia para cumprir minha agenda de treinos, que chegam a quase 220 km por semana. É preciso dar muita atenção nesta parte de alimentação e suplementação para o corpo responder e evoluir”, explica Daniel do Nascimento.

“Em todo este período em que estou treinando na Itália, o aminoVITAL® GOLD vem sendo fundamental no meu programa de suplementação alimentar”, afirma Ana Marcela Cunha. Assim como ela, Fernando Scheffer aponta que a recuperação física tem uma atenção especial. “O programa é extremamente importante na minha preparação, me ajudando a manter a dieta equilibrada e ajudando em treinos e competições”, destaca o atleta.

Já Bruna Takahashi reforça que o desgaste que o atleta sofre em uma competição como os Jogos Olímpicos exige um cuidado redobrado. “Nesta reta final, é mais importante do que nunca focar na alimentação. Seguir o programa Kachimeshi® e a utilização da suplementação será importante para que eu possa chegar bem nas Olimpíadas”, finaliza a mesa-tenista.

Sobre o Projeto Vitória

O Time Ajinomoto faz parte do Projeto Vitória, iniciativa criada pela empresa em 2003, no Japão, e que chegou ao Brasil em 2019 com o objetivo de contribuir para o fortalecimento do esporte nacional. Atletas olímpicos e paralímpicos compõem o grupo e recebem suporte nutricional por meio do programa de educação nutricional “Alimentação para Vencer - Kachimeshi®” e dos suplementos alimentares aminoVITAL®.

Sobre a Ajinomoto do Brasil

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto é uma multinacional japonesa e referência mundial em aminoácidos. A empresa oferece produtos de qualidade tanto para o consumidor como insumos para as indústrias alimentícia, cosmética, esportiva, farmacêutica, de nutrição animal e agronegócios. Atualmente, a unidade brasileira é a terceira mais importante do Grupo Ajinomoto fora do Japão, atrás apenas da Tailândia e dos Estados Unidos. A linha de produtos da empresa voltada ao consumidor é composta pelo tempero umami AJI-NO-MOTO®, AJI-SAL®, Tempero SAZÓN®, Caldo SAZÓN®, SAZÓN® Tempera & Prepara, HONDASHI®, SABOR A MI® e SABOR A MI® Receita de Casa, além das sopas individuais VONO®, VONO® Proteína e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e MID ZERO™, o azeite de oliva extra virgem TERRANO®, o azeite de oliva tipo único TERRANO® e a linha TERRANO® Veggie Burger, o SATIS!® Molho Shoyu, além de aminoVITAL® GOLD e aminoVITAL® GOLD DRINK MIX, produtos compostos por nove aminoácidos essenciais para a recuperação de atletas e entusiastas do esporte. No Brasil, a companhia também atua no segmento de food service (alimentação fora do lar). Com quatro unidades fabris,

localizadas no estado de São Paulo, nas cidades de Limeira, Laranjal Paulista, Valparaíso e Pederneiras, e sede administrativa na capital, emprega cerca de 3 mil funcionários e atende tanto ao mercado interno como ao externo. O Grupo Ajinomoto obteve faturamento global de US\$ 10 bilhões e nacional de R\$ 3,4 bilhões no ano fiscal de 2022. Atualmente, está presente em 36 países, possui 117 fábricas e cerca de 34 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse www.ajinomoto.com.br.

INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL

Race Comunicação

Tel.: (11) 2894-5607/2548-0720

Marcelo Laguna – Cel.: (11) 99184-7864

Jones Araújo – Cel.: (71) 9347-1217

Maira Manesco – Cel.: (11) 97266-9832

assessoria.projetovitoria@agenciarace.com.br