



**06/2020**

## **"Todos estão se reinventando", diz o ginasta Francisco Barretto**

*Longe dos locais de treino tradicionais devido à pandemia, o ginasta do Time Ajinomoto fala sobre a nova rotina dos atletas e o privilégio de estar com a família*

**São Paulo, junho de 2020** – Se existe uma coisa que faz parte da vida de atleta é a rotina. Independentemente da modalidade, das categorias de base até o alto nível, os dias são marcados por infinitas repetições nos treinos. A única diferença é o nível de exigência dos exercícios executados. A quarentena decretada devido à pandemia do novo coronavírus no mundo colocou esse dia a dia em xeque, e os esportistas tiveram de se adaptar a uma realidade diferente, mas tão desafiadora como sempre.

Longe dos ginásios, pistas, piscinas e outros locais tradicionais de treino, é em casa, ao lado da família, que os atletas tentam permanecer em alto nível. “Todos estão se reinventando com as condições que têm”, resume o ginasta Francisco Barretto, vencedor do Panam Sports Awards como melhor atleta dos Jogos de Lima, em 2019.

Atleta do Time Ajinomoto, o integrante da seleção brasileira segue os treinos elaborados pela comissão técnica. “Há dois meses estamos treinando online. Não está sendo fácil. Não temos as mesmas condições que teríamos no ginásio. Então, buscamos trabalhar cada vez mais, às vezes aumentando a carga do treino ou o número de repetições, para melhorar as condições físicas, mas é muito melhor do que ficar parado”.

Apesar dos desafios técnicos, Chico valoriza a proximidade da família que a situação lhe proporciona. Ele, sua esposa e Francisquinho, o filho de três anos do casal, estão na casa dos pais dele, em Ribeirão Preto, no interior de São Paulo, desde o início da quarentena. “Há mais de 15 anos não ficava tanto tempo na casa dos meus pais. É bem legal, parece que ainda sou criança por voltar para a casa dos meus pais e viver esse lado”, explica o atleta de 30 anos que aos 13 anos se mudou para São Caetano do Sul, no Grande ABC, para treinar.

Em sua conta no Instagram, o ginasta faz postagens dos exercícios e, de vez em quando, para alegria dos fãs, Francisquinho faz uma participação especial em alguns vídeos. “Às vezes, ele entra e fala oi para o pessoal ou pula em cima de mim quando estou em pranchinha. No começo, era mais complicado, porque ele achava que eu estava brincando, agora ele está entendendo que é um horário sério de treino do papai. Mas é legal ele ver de perto, todos os dias, o que eu realmente faço, como funciona minha carreira”, diz Chico bem-humorado.

O ginasta não se arrisca a dizer se essa proximidade com os treinos fez o interesse do filho pela ginástica aumentar. “Trabalho muito a parte física, de força, ele gosta mais de pular, das acrobacias e em casa fica difícil fazer essas acrobacias. O Francisquinho ainda é muito novinho, gosta de tudo, mas é legal ele assistir, quem sabe tem interesse no futuro”.

No último dia 11, outros fãs de ginástica tiveram o mesmo privilégio do garoto e puderam acompanhar um treinã online aberto com Chico e vários atletas da seleção organizado pela Confederação Brasileira de Ginástica (CBG). “Fizemos a parte física e de prevenção. As pessoas conseguiram assistir e vivenciar um pouco o que a gente faz no ginásio, lógico, com algumas adaptações. É interessante saber que o pessoal está nos assistindo nessa quarentena”, explica Chico.

Antes da quarentena, porém, o judô, praticado uma vez por semana na escola, fazia mais parte da rotina de Francisquinho do que a ginástica. “Ele já entende um pouquinho e gosta para caramba”, garante Chico. Arrumando gavetas velhas na casa da mãe, Chico encontrou quimonos de quando os irmãos eram criança e foi a vez de o pai aderir ao esporte do filho. “As mangas ficaram nos meus cotovelos! Mas aproveitei para colocar e brincar um pouco com ele, que gostou pra caramba. Foi bem legal”, brinca o ginasta.

## **Time Ajinomoto**

O Time Ajinomoto faz parte do Projeto Vitória, iniciativa criada pela empresa em 2003, no Japão, e que chegou no ano passado ao Brasil com o objetivo de contribuir para o fortalecimento do esporte nacional. Por meio dele, os mais de 20 atletas e paratletas que compõem o grupo recebem suporte relativo à nutrição e aos benefícios da ingestão de aminoácidos por esportistas de alto rendimento.

## **Sobre a Ajinomoto do Brasil**

Presente no Brasil desde 1956, a Ajinomoto do Brasil se empenha em oferecer 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®, RECEITA DE CASA™, HONDASHI® e SABOR AMI®, além das sopas individuais VONO® e da linha de sopas cremosas e claras VONO® Chef. Também se destacam os refrescos em pó MID® e FIT Zero Açúcar, o azeite de oliva extra virgem TERRANO™ e o azeite de oliva tipo único TERRANO™, os produtos da marca Satis!®, que incluem molho shoyu e as linhas Tempera e Empana, Tempera e Dá Molho e Tempera e Dá Liga, além de aminoVITAL® GOLD, produto composto 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. A Ajinomoto, multinacional japonesa com sede em Tóquio, é

Líder mundial em aminoácidos. O Grupo Ajinomoto obteve um faturamento global de US\$ 10,1 bilhões e nacional de R\$ 2,4 bilhões no ano fiscal de 2019. Atualmente, está presente em 35 países, possui 121 fábricas e cerca de 34 mil funcionários em todo o mundo. Para saber mais, acesse [www.ajinomoto.com.br](http://www.ajinomoto.com.br).

## **INFORMAÇÕES PARA IMPRENSA | AJINOMOTO DO BRASIL**

Race Comunicação

Marta Teixeira – Cel.: (11) 99677-4546 – [martateixeira@agenciarace.com.br](mailto:martateixeira@agenciarace.com.br)

Wilson Barros – Cel.: (11) 99607-1746 – [wilsonbarros@agenciarace.com.br](mailto:wilsonbarros@agenciarace.com.br)