

Maitê Bueno

Profissional bem sucedida na área do ensino adotou a musculação para melhorar sua estética e saúde e acabou se tornando uma competidora vitoriosa

Maitê Bueno - 25 anos - nasceu na cidade de Ribeirão Preto, interior de São Paulo. Lá viveu até o final de 2009 com sua família: pai, mãe, um irmão e uma irmã e a Bá (pessoa que trabalha em sua casa e que ela vê como uma segunda mãe). Desde os 3 anos de idade adotou o balé clássico e o jazz como atividades físicas. Levou a dança com determinação até se formar, aos 19 anos e então resolveu dar um tempo, já que a prioridade seria o vestibular. Nessa época ela nem imaginava que um dia seria atleta de outro esporte: o fisiculturismo.

Maitê acredita que as leitoras desta matéria possam se identificar com ela, no sentido de se sentirem igualmente capazes de atingir seus objetivos.



Foto: Hemerson Céllic

Ficou sem praticar atividade física por três meses, depois de longos 16 anos de dança, assim, logo sentiu necessidade de buscar uma alternativa que lhe permitisse “movimentar-se” juntamente com os estudos. Escolheu a academia, lugar em que já havia praticado treinos leves para ajudar o preparo na dança. Dessa vez o foco era outro: definição e ganho de massa muscular. Nessa época pesava cerca de 50 kg para uma altura de 1.68cm. No início teve resistência, pois os novos treinos eram muito diferentes do que havia feito em toda a vida, mas persistiu. Os resultados foram rápidos: “... me pesei quando comecei a malhar, estava com 50kg, e como nem ligava para a balança, fui me pesar depois de três meses; levei um susto, estava com 58 kg!”, conta Maitê. Apesar do susto ela conta que recebia muitos elogios pelo seu esforço e rápido desenvolvimento, o que a estimulava. Com um ano de treino já chegava aos 60kg.

Concomitante aos treinos ela ingressou na Universidade de São Paulo (USP - campus Ribeirão Preto), onde cursou a graduação de Pedagogia. Durante quatro anos (2006 a 2009) ela estudou, trabalhou como pesquisadora e treinava com fins estéticos e para sua saúde.

SÃO PAULO

Logo que se formou, passou em um concurso público na cidade de São Paulo e em outra graduação na Universidade de São Paulo (USP campus São Paulo), Filosofia – atualmente cursa o 3º semestre. Mesmo com emprego estabelecido em Ribeirão Preto, resolveu mudar-se de vez para a capital, seu sonho desde muito nova. “Sempre viajava para São Paulo para visitar a família, é um lugar encantador que sempre me cativou. Não para, é igual a mim”, conta ela.

A primeira coisa que fez não foi achar um lugar para morar, mas sim pesquisar academias que pudesse dar continuidade ao seu trabalho. A atleta da categoria Figure e sua grande amiga Vanessa Coelho lhe indicou duas academias: First e Gaviões, academias que ela adotou para seus treinos – treinou na First e atualmente treina na Gaviões, academia que está apoiando a atleta.

Muito reservada, quando chegou em São Paulo sentiu dificuldades em se relacionar com as pessoas e estranhou muito a nova cidade. Foi na academia First Personal Studio, sua primeira academia na cidade grande, que ficava a uma quadra de sua nova casa, o lugar onde começou a encontrar mais conforto. Recorda Maitê: “Não conhecia nada daquele ambiente, mas os novos amigos, a acolhida, o prazer

de lá estar fizeram com que logo eu me adaptasse. Até a dieta! Antes comia feito uma louca!". Conciliando trabalho, estudo, treinos, tudo que ouvia a toda hora era uma só frase: "Você tem que competir!". Ouviu essa frase de uma pessoa em especial: seu noivo e técnico Roberto Bueno. Começaram a treinar juntos logo que chegou a São Paulo, depois veio a amizade, o namoro e a decisão de viverem juntos, desde outubro de 2010.

A COMPETIÇÃO

Depois de oito meses pensando, resolveu começar a se preparar para o esporte a que todos tanto a incentivavam. A modalidade do fisiculturismo a que Maitê mais se adaptou e a qual escolheu foi o Toned já que o fisiculturismo feminino hoje abre um leque de mais de seis versões, para todos os gostos e físicos.

Vinda de família de classe média alta, morando em um bairro nobre, conciliando diversas atividades numa correria sem fim, abraçou com toda sua disposição o esporte e sua categoria Toned. Em novembro do ano passado, Fernando Marques e Andrea Carvalho, juntamente com seu noivo e técnico Roberto Bueno praticamente a levaram para a primeira competição, apesar de "certa resistência", em seus termos. "Não sabia se era aquilo o que eu queria para mim" ressalta Maitê. O grande atleta Paulo Lima e outros também ajudaram na dieta e nos treinos. Paralelamente, trabalhava como pesquisadora na USP e na mesma época do seu primeiro campeonato estava para entregar um relatório de pesquisa no qual estava trabalhando há dois anos. Rindo, recorda: "Foi uma loucura! o campeonato caía num domingo, eu tinha duas reuniões em Ribeirão Preto: uma no sábado e uma na segunda! Viajei de domingo de madrugada. Cheguei sem dormir em São Paulo, só para competir. E ganhei o campeonato Copa Biodelta (FEPAM/NABBA) em novembro de 2010. Foi uma emoção incrível! Em seguida já estava no ônibus de volta a Ribeirão, cansada, porém feliz da vida!".

Venceu seu segundo campeonato, 15 dias depois, a Copa Sul-Sudeste, no Paraná, e se enfronhou ainda mais nos conhecimentos e leituras do que estava agora assumindo. Neste ano, venceu o Campeonato Estreantes da NABBA, e um mês depois levou o Paulistão da mesma entidade! "Nunca me senti tão feliz e determinada. É um sonho, nem sei como consegui tanto em tão pouco tempo!". Agora seu foco é o campeonato Brasileiro, e claro, o sonho de todo atleta de qualquer esporte, o Mundial.

Apesar de uma vida corrida, nunca para de estudar, se aprimorar, desempenhar-se profissionalmente, tanto que mesmo com duas graduações, também começou o Mestrado na PUC/SP (1º semestre). Confessa que o fisiculturismo ainda não é sua atividade principal. Não vive dele, mas de suas outras prioridades: estudo e emprego. Mas tampouco consegue viver sem ele: "Tenho vontade de treinar e me sinto mal se não o faço! O clima da preparação, do palco, a emoção de poder subir num pódio, tudo isso me faz bem! atrai-me, me seduz!" - diz Maitê.



VALE A PENA?

A pergunta que mais lhe fazem, e repetidamente, é: "Vale a pena?" Ao que responde enfaticamente: "A gente não ganha nada em dinheiro. Pelo contrário, só gasta... mas é uma realização! Em minha opinião, todo mundo deve procurar complementar sua vida, sua profissão, seja ela qual for, com a prática de um esporte. Não necessariamente o fisiculturismo, mas um esporte com o qual se identifique." Maitê trabalha das 9 às 19 horas, estuda até as 23 horas de 2ª a 5ª feira e depois vai treinar com seu noivo, madrugada a dentro. Exceto às 6ªs feiras em que os horários não são tão apertados. Em casa, ainda tem que preparar sua comida, as famosas marmitas de atleta e dar conta dos afazeres domésticos.

Maitê acredita que as leitoras desta matéria possam se identificar com ela, no sentido de se sentirem igualmente capazes de atingir seus objetivos. "Tudo dá! É só querer! No fisiculturismo, infelizmente, ainda existe muito preconceito principalmente em certas garotas: "Elas dizem: 'nossa! não quero ficar com os braços iguais aos da 'fulana', que coisa horrível' - as pessoas olham para os atletas de culturismo a partir de seus pontos de vista e não como resultado de um esforço e dedicação, como um preparo profissional, como um esporte." Atualmente, não há desculpa para não querer fazer fisiculturismo já que hoje há várias ramificações da prática, como, por exemplo, a Toned da Nabba e a Miss Biquíni da IFBB. E quem não gosta de um corpo sarado? Físico bonito traz bem estar, disposição, estética, saúde, o prazer de estar bem!

A FAMÍLIA

Até sua família espelhou-se em sua mudança, para melhor: o pai, médico – administra dois hospitais - pesava 100kg e apesar de trabalhar das 6 da manhã às 20 horas, conseguiu mudar a alimentação e arrumar um tempo para fazer exercícios aeróbios de duas a três vezes por semana: atualmente ele está com 79kg. Maitê reafirma: "Quando se entra num ritmo melhor de vida não se sai mais! E a gente ainda acaba influenciando os outros, o que é muito bom! Me sinto orgulhosa disso!"

Contato com maite: robertobueno130@hotmail.com