

# SPORTO NOMICS

**AS VERDADEIRAS (E SURPREENDENTES)  
CIFRAS DO MUNDO DO ESPORTE**

**Gavin Newsham**

Tradução  
**Renato Marques de Oliveira**



© Gavin Newsham

Esta edição foi publicada com autorização da Carlton Books Limited.  
Todos os direitos reservados.

Diretor editorial <i>Marcelo Duarte</i>	Edição e produção editorial <i>Ab Aeterno</i>
Diretora comercial <i>Patty Pachas</i>	Diagramação <i>Rawiski Comunicação</i>
Diretora de projetos especiais <i>Tatiana Fulas</i>	Preparação <i>Camile Mendrot/ Ab Aeterno</i>
Coordenadora editorial <i>Vanessa Sayuri Sawada</i>	Revisão <i>Patricia Vilar/ Ab Aeterno</i> <i>Catia Pietro/ Ab Aeterno</i> <i>Helena Dias/ Ab Aeterno</i>
Assistentes editoriais <i>Juliana Silva</i> <i>Mayara dos Santos Freitas</i>	Impressão <i>Corprint</i>
Assistentes de arte <i>Carolina Ferreira</i> <i>Mario Kanegae</i>	

CIP – BRASIL. CATALOGAÇÃO NA FONTE  
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

Newsham, Gavin  
Sportonomics: As verdadeiras (e surpreendentes) estatísticas do mundo do esporte / Gavin Newsham; tradução Renato Marques de Oliveira. – 1. ed. – São Paulo: Panda Books, 2015. 232 pp.

Tradução de: *Sportonomics: The statistical truths behind world sport*

ISBN 978-85-7888-405-5

1. Esportes. 2. Lazer. 3. Exercícios físicos. 4. Saúde. I. Título.

14-18140

CDD: 796  
CDU: 796

2015

Todos os direitos reservados à Panda Books.

Um selo da Editora Original Ltda.

Rua Henrique Schaumann, 286, cj. 41

05413-010 – São Paulo – SP

Tel./Fax: (11) 3088-8444

edoriginal@pandabooks.com.br

www.pandabooks.com.br

twitter.com/pandabooks

Visite também nossa página no Facebook.

Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida por qualquer meio ou forma sem a prévia autorização da Editora Original Ltda. A violação dos direitos autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e punido pelo artigo 184 do Código Penal.

# SUMÁRIO

<b>Introdução .....</b>	<b>7</b>
<b>1. Como você pode se tornar jogador de uma seleção nacional de futebol .....</b>	<b>11</b>
Como sua nacionalidade pode aumentar as chances de você disputar uma partida contra Cristiano Ronaldo	
<b>2. Correria... ..</b>	<b>16</b>
E se você quisesse ser um corredor de maratonas como Haile Gebrselassie?	
<b>3. Mais forte, mais rápido, mais velho... ..</b>	<b>20</b>
Por que o caminho para o estrelato esportivo é traçado no dia em que nascemos	
<b>4. O jogo dos nomes .....</b>	<b>25</b>
O que há em um nome? Muita coisa, se quem está vendendo esse nome é o seu time...	
<b>5. Panela velha é que faz comida boa .....</b>	<b>31</b>
Ou por que realmente a vida esportiva não começa aos quarenta	
<b>6. Orgulho regional nos Jogos Olímpicos .....</b>	<b>38</b>
Quem foram as verdadeiras estrelas de Londres 2012?	
<b>7. Por que os jogadores cai-cai deixam os torcedores sem dinheiro .....</b>	<b>42</b>
O verdadeiro impacto das lesões e da simulação de faltas	
<b>8. Não largue o emprego .....</b>	<b>48</b>
Por que o sucesso olímpico nem sempre livra os atletas de ter um emprego normal das nove às seis	

- 9. Vermelho é a cor ..... 52**  
Será que usar uma cor específica pode aumentar as chances de sucesso nos esportes?
- 10. Pé na tábua ..... 59**  
Qual será o menor tempo possível para um ser humano correr os cem metros?
- 11. A vida é um saco (de tacos) ..... 67**  
Steve Williams é realmente o astro dos esportes mais bem pago da Nova Zelândia?
- 12. Incompetência esportiva dá dinheiro? ..... 71**  
Fracassos esportivos épicos convertidos em ganhos financeiros
- 13. Animais atletas ..... 77**  
O custo de manter um cão de corrida, um cavalo de corrida ou um pombo de corrida
- 14. E se a Fifa fosse um país? ..... 81**  
A entidade diretora do futebol mundial é uma organização enorme, mas e se a Fifa se tornasse um Estado independente?
- 15. E se o carro da sua família fosse um Fórmula 1?.... 90**  
Certamente, você chegaria rapidinho a qualquer lugar, mas arcaria com custos de manutenção astronômicos e teria pouco espaço para guardar as compras
- 16. A vida dos comentaristas é sombra e água fresca ..... 98**  
Por que Alan Hansen ganha mais que o presidente dos Estados Unidos

- 17. Bolas rápidas como raios ..... 106**  
Qual é a bola mais veloz de todos os esportes?
- 18. Beckonomia ..... 112**  
Será que esse jogador de futebol, uma máquina de marketing global, vale tanto dinheiro?
- 19. QI (quociente de inteligência) e CC (conta corrente) ..... 120**  
A inteligência vale alguma coisa no esporte?
- 20. Você é o que escreve no Twitter ..... 126**  
Os superastros do esporte realmente se importam com as outras pessoas?
- 21. A prática esportiva está condenada à morte? .. 132**  
Será que as futuras gerações vão preferir simplesmente assistir em vez de praticar esportes?
- 22. O peso da camisa ..... 138**  
Uma indústria multibilionária: por que a camisa de um time é uma coisa tão séria...
- 23. De insultos a lesões ..... 149**  
Quando o esporte dá o troco e acabamos no departamento médico
- 24. Desconstruindo os clichês do esporte ..... 155**  
As frases ditas e repetidas à exaustão por técnicos, jogadores e comentaristas. Será que há algum fundo de verdade nessas expressões?
- 25. O verdadeiro valor de um troféu ..... 161**  
Nada melhor que erguer o famoso troféu, mas nem tudo o que reluz é ouro

- 26. Música para os ouvidos dos atletas ..... 165**  
Por que a *playlist* de um atleta pode ser a diferença entre ganhar e perder
- 27. E se todos nós comêssemos feito lutadores de sumô? ..... 170**  
E o impacto que isso teria na sociedade e na economia global
- 28. Decisões, decisões... ..... 178**  
Quem quer ser juiz ou árbitro?
- 29. Lembranças de ouro ..... 184**  
Por que colecionar recordações esportivas rende uma grana preta
- 30. As maiores façanhas ..... 188**  
Assistimos a esportes para ver a história sendo feita, mas qual é a façanha esportiva mais rara de todos os tempos?
- 31. Questões de peso ..... 198**  
Por que há poucos jogadores de dardos que são magros?
- 32. Tão distante! ..... 202**  
As grandes e pequenas distâncias dos jogos fora de casa
- 33. Mostre-me o dinheiro! ..... 209**  
Os atuais jogadores profissionais de futebol realmente ganham tanto assim?
- 34. Comida para o esporte ..... 217**  
A ciência econômica por trás dos petiscos dos torcedores e da torta dos dias de jogo no Reino Unido
- 35. O esporte é estrela de cinema ..... 223**  
A sinuca será o “tema do futuro” dos filmes sobre esportes?

# Introdução

## “Estatísticas são como biquínis – mostram muita coisa, mas não tudo”

Lou Piniella, ex-jogador profissional  
e treinador de beisebol norte-americano

A ideia para este livro começou com um estranho pensamento que me ocorreu sobre o futebol internacional. Era novembro de 1993 e a seleção da Inglaterra, dirigida pelo técnico Graham Taylor, disputava uma partida contra San Marino (oficialmente a pior seleção de futebol do mundo), pela última rodada das eliminatórias para a Copa do Mundo de 1994. Depois de apenas 8,3 segundos de jogo, a seleção inglesa conseguiu a proeza de ficar atrás no placar (tomou o gol mais rápido de todos os tempos numa eliminatória de Copa do Mundo). Embora, no fim das contas, os ingleses tenham virado o jogo e saído de campo com uma goleada de 7 X 1, no dia seguinte, todos os jornais só falavam de duas coisas: do jogador samarinês que marcou o insólito gol, um jovem estudante de engenharia da computação e funcionário de uma loja de computadores chamado David Gualtieri; e de como foi possível que aquele arremedo mal-ajambrado de time – formado por bancários, encanadores e carteiros – humilhasse uma das mais tradicionais seleções de futebol do mundo.

Isso me fez parar para pensar. Gualtieri tinha 22 anos, mais ou menos a mesma idade que eu na época, mas com uma diferença: ele teve a sorte de nascer num país minúsculo, com uma população ainda menor e, o mais importante, com uma seleção nacional de futebol que necessitava desesperadamente de jogadores que soubessem pelo menos chutar uma bola. Isso significava, é claro, que as chances que Gualtieri tinha de deixar para trás seu emprego oficial, calçar um par de chuteiras e entrar em campo para jogar

contra alguns dos futebolistas mais famosos do mundo seriam sempre infinitamente maiores que as minhas. Não estou dizendo que eu era tão bom de bola a ponto de ser convocado para disputar uma Copa do Mundo – eu não era –, mas o fato é que, na Inglaterra, nem mesmo um jogador razoável da várzea, de um campeonato amador ou da terceira divisão profissional jamais teria a chance de constranger o goleiro David Seaman ou o zagueiro Stuart Pearce como Gualtieri fez. Talvez até se consagre numa pelada de domingo ou num amistoso do tipo “solteiros contra casados”, mas contra o English Team? Não, nunca.

Desse dia em diante, fiquei fascinado pelas intrigantes bizarrices estatísticas e coincidências do mundo esportivo, aqueles dados que fazem a gente aguçar os ouvidos e prestar atenção, recostar-se na cadeira e refletir. Você sabia, por exemplo, que tem mais chance de morrer num acidente de carro do que, numa partida de golfe, acertar um *hole-in-one* (aquela jogada em que o golfista acerta a bola no buraco com apenas uma tacada)? Ou que a chance de a Escócia ganhar a Copa do Mundo de Críquete de 2015 é a mesma que Bono – o vocalista do U2 – tem de se tornar o próximo papa?

Porém, as coisas vão além das meras probabilidades. Afinal, há importantes questões que devem se discutidas, questões que, teoricamente, podem ter algumas consequências catastróficas. Por exemplo, será que é possível um atleta dar 110% de si sem que isso resulte inevitavelmente em morte? Será que o condado de Yorkshire deve reivindicar independência do resto do Reino Unido? E será que ouvir David Bowie pode determinar a diferença entre ganhar e perder? Mais tarde, vamos falar de tudo isso, mas, por enquanto, é hora de tratar daquelas pérolas de informação que grudam na nossa cabeça feito uma canção do Justin Bieber (mas sem que a gente perca as estribeiras) e que, de fato, serviram como ponto de partida e inspiração para este livro. É a ideia de que é possível pegar um fato aparentemente inofensivo, simples e direto e cavar um pouco mais fundo a fim de ver de que maneira as coisas funcionam e no que isso resultaria caso esse modelo fosse aplicado a todos os esportes.

Sim, este é um livro que investiga coisas sérias e sinistras, engraçadas e esquisitas. É um livro que lança um olhar alternativo

sobre alguns eventos e que joga dúvidas sobre “fatos” esportivos aceitos sem muita discussão. Descaradamente, este livro foge dos padrões e é um pouco...

inusitado. Portanto, se algum dia você já pensou com seus botões como seria pilotar um carro de Fórmula 1 para levar a família a um passeio, ou se já quis saber o que aconteceria se todo mundo decidisse

adotar a dieta de um lutador de sumô (além das consequências óbvias), então, este é o livro certo para você. Agora, se nunca pensou em nada disso, sinto muito... Mas, tudo bem, mesmo assim continue comigo; você não vai se decepcionar.

E antes que você diga: sim, eu concordo, estou precisando sair mais de casa...

**É um livro que lança um olhar alternativo sobre alguns eventos e que joga dúvidas sobre “fatos” esportivos aceitos sem muita discussão.**

Panda Books

Panda Books

**NOTA DA EDIÇÃO BRASILEIRA:**

Os dados deste livro foram atualizados em novembro de 2014, no processo de edição da versão publicada no Brasil.

# 1. Como você pode se tornar jogador de uma seleção nacional de futebol

## Como sua nacionalidade pode aumentar as chances de você disputar uma partida contra Cristiano Ronaldo

Da Albânia ao Zimbábue, homens e meninos do mundo inteiro ainda alimentam o sonho de jogar na seleção de futebol de seu país. A maioria jamais terá condições de concretizar esse sonho, cruelmente destruído pela falta de talento ou de oportunidade. Existe, porém, outra maneira de ter sucesso e conquistar uma brecha nos gramados internacionais. É um caminho que não depende inteiramente da habilidade individual. É isso mesmo, basta você escolher o país certo pelo qual quer jogar (desde que as leis de naturalização permitam) e suas chances de vestir a camisa de uma seleção nacional de futebol aumentarão.

O problema tem dois aspectos. Em primeiro lugar, você precisa escolher uma nação com seleção filiada à Fifa e que dispute eliminatórias oficiais. Em segundo lugar, o país em questão precisa ter uma população bem pequena, para que, assim, você tenha chances reais de ser convocado para a seleção nacional: a ideia é que jogue num país em que haja pouca gente, e pouca gente praticando futebol; desse modo, você disputará uma vaga com um número reduzido de jogadores talentosos, o que, teoricamente, vai potencializar sua chance de se ver dividindo uma bola contra um Frank Lampard ou um Lionel Messi.

Das 209 nações que fazem parte do Ranking Mundial Fifa/Coca-Cola,<sup>1</sup> é a mais antiga república constitucional do mundo,

San Marino, que disputa com o Butão e as ilhas Turcas e Caicos o título de pior seleção de futebol do mundo.<sup>2</sup> Relativamente novatos em competições internacionais (disputaram a primeira partida em 1990), os samarineses venceram um único jogo em sua curta história nos gramados estrangeiros: um magro 1 X 0 contra o comparativamente “poderoso” Liechtenstein (cuja população, em abril de 2004, era de 36.010 habitantes).<sup>3</sup> Ora, se você jogar por San Marino, ninguém vai esperar de você um gol de placa ou um desempenho extraordinário em campo. Mas isso é uma coisa boa – especialmente se você tiver pouca intimidade com a bola e se estiver vivendo num dos países mais populosos do mundo.

Em 2011, havia apenas 31.817 pessoas vivendo nos nove castelli que formam a Sereníssima República de San Marino.<sup>4</sup> Destas, 15.343 eram homens,<sup>5</sup> com média de idade de 41,7 anos.<sup>6</sup> Partindo-

**Escolher a posição certa é fundamental para conseguir uma convocação, e é aí que estão as maiores oportunidades.**

se do pressuposto de que o grupo de homens entre 16 e 35 anos representa a faixa de idade ideal de potenciais atletas a serem levados em conta pela Federação de Futebol de San Marino na hora de selecionar seu esquadrão nacional, constatamos que 5.431 deles (35,4% da população masculina do país)

se encaixavam nesse grupo.<sup>7</sup> Comparemos os números com, por exemplo, a Inglaterra, onde você terá de competir contra quase 7 milhões de homens na mesma faixa etária,<sup>8</sup> e a conclusão é a de que as suas chances de disputar uma partida internacional já serão significativamente maiores, isso antes mesmo de descontarmos os que não têm interesse em futebol ou não dispõem de talento suficiente para jogar em nível digno de crédito. Porém, não é apenas uma questão de idade. Não, escolher a posição certa é fundamental para conseguir uma convocação, e é aí que estão as maiores oportunidades.

Embora não haja limite para o número de goleiros, geralmente o técnico da seleção nacional escolhe três guarda-metas, o que quer dizer que haverá sempre aproximadamente

627 goleiros das seleções nacionais envolvidos nos jogos de eliminatórias internacionais.<sup>9</sup> Dos 9 mil meninos que frequentaram as escolinhas de futebol e categorias de base dos times da Premier League e da Football League\* em 2010,<sup>10</sup> apenas 9%<sup>11</sup> tornaram-se jogadores profissionais; a maioria (78%)<sup>12</sup> não chegou lá. Além disso, em 2011, o Tottenham Hotspur fechou contrato com apenas dez garotos de suas 67 escolinhas de futebol,<sup>13</sup> selecionando jovens atletas em peneiras espalhadas por uma ampla área que se estende de Bedford e Buckinghamshire, inclui o norte e o sul de Londres, e vai até Essex. Em teoria, são dez jogadores escolhidos em meio a um grupo de mais de 6 milhões – que fique registrado: é a mesma probabilidade de alguém ser atropelado por um ônibus ao colocar os pés para fora de casa.<sup>14</sup> Fato crucial: desses dez, apenas um era goleiro.

**São dez jogadores escolhidos em meio a um grupo de mais de 6 milhões – que fique registrado: é a mesma probabilidade de alguém ser atropelado por um ônibus ao colocar os pés para fora de casa.**

Apliquemos esse modelo a San Marino: supondo que bons goleiros são uma tremenda raridade em qualquer país, dos 5.431 homens selecionáveis para vestir a camisa da seleção samarinesa, apenas 489 seriam suficientemente talentosos para ser levados em conta, e apenas 7,29% (ou um a cada 67) teriam um talento minimamente razoável para atuar debaixo das traves. Tendo em mente o número padrão de três goleiros que sempre são convocados para uma seleção, isso reduz ainda mais as probabilidades para um a cada 2,4. De fato, isso faz que a convocação seja quase inevitável.

Uma vez que o esquadrão de San Marino é escolhido a partir dos jogadores que disputam os dois grupos (Girone A e Girone B) do campeonato local – “é uma liga amadora com outro

---

\* A Premier League, liga com vinte clubes, é a principal competição futebolística da Inglaterra e equivale à divisão de elite do futebol inglês; a Football League vem abaixo e é dividida em três divisões de 24 clubes. (N.T.)

nome”<sup>15</sup> –, teoricamente apenas 41 goleiros (isto é, o número total de goleiros registrados na liga) competem pelas três vagas na seleção. Colocando esses números em perspectiva, isso significa que, em termos estatísticos, a sua chance de entrar em campo vestindo a gloriosa camisa de San Marino é a mesma que o golfista Phil Mickelson, três vezes vencedor do Masters de Augusta, repetir o feito no torneio em 2013 e vestir

**Talento à parte, o problema é como obter a cidadania em San Marino. [...] Você terá não apenas de renunciar a qualquer outra cidadania, mas também precisará residir na república por trinta anos ininterruptos.**

de novo o paletó verde do campeão, ou pouco menor que a do ciclista britânico sir Bradley Wiggins defender o título de campeão de Tour de France\*\* em 2013.<sup>16</sup>

Talento à parte, o problema é como obter a cidadania em San Marino. Se você é sortudo e nasceu lá ou se seus pais são

cidadãos samarineses, você vai direto à frente da fila, mas se, por acaso, for um estrangeiro interessado em se naturalizar, aí a coisa muda de figura e demora mais – o país tem leis muito rigorosas em relação à concessão de cidadania: você terá não apenas de renunciar a qualquer outra cidadania, mas também precisará residir na república por trinta anos ininterruptos. É óbvio que isso praticamente inviabiliza sua convocação para a seleção, mesmo que vá morar em San Marino aos 18 anos de idade. O segredo é jogar o jogo da paciência. Optando por se mudar de mala e cuia para San Marino aos 18 anos, você vai perder a chance de defender as cores do país num campo de futebol, mas dará aos seus filhos uma formidável oportunidade de disputar uma partida internacional de futebol pela seleção samarinesa, porque a cidadania obtida por naturalização pode ser passada para os filhos naturalizados residentes no país.<sup>17</sup>

---

\*\* Em tempo: o Masters de Augusta de 2013 foi vencido pelo australiano Adam Smith; o Tour de France 2013 foi vencido pelo britânico Chris Froome. (N.T.)

**NOTAS E FONTES:**

1. [www.fifa.com/fifa-world-ranking](http://www.fifa.com/fifa-world-ranking), janeiro de 2012.
2. San Marino é o mais antigo Estado soberano e república constitucional do mundo; a constituição do país, promulgada em 8 de outubro de 1600, é a mais antiga em vigor ([www.sanmarinonline.com](http://www.sanmarinonline.com)).
3. O gol foi marcado por Andy Selva, rapidamente alçado ao posto de herói nacional. Selva é o maior artilheiro da história da seleção samarinesa, com oito gols; o segundo maior goleador tem apenas dois tentos marcados.
4. *Democratic factbook*, banco de dados demográficos da Agência Central de Inteligência (CIA). Estados Unidos, 2011.
5. Ibid.
6. Ibid.
7. Ibid.
8. Serviço Nacional de Estatísticas do Reino Unido, [www.statistics.gov.uk](http://www.statistics.gov.uk).
9. O cálculo é o seguinte: as 209 nações afiliadas à Fifa vezes os três goleiros convocados por cada seleção.
10. [www.telegraph.co.uk/sport/football/4938593/Football-academies-kicking-and-screaming.html](http://www.telegraph.co.uk/sport/football/4938593/Football-academies-kicking-and-screaming.html).
11. Ibid.
12. Ibid.
13. Ibid.
14. *Relatório sobre acidentes de trânsito*, Departamento de Trânsito, Reino Unido, 2011.
15. Steven Archer, jogador inglês atuando pelo S. S. Murata no Girona A, 2010.
16. [www.paddypower.com](http://www.paddypower.com), dezembro de 2012.
17. Lei nº 114 de San Marino, de 30 de novembro de 2000, “Lei de cidadania” assinada pelos capitães-regentes Gian Franco Terenzi e Enzo Colombini, e também pela secretária das Relações Exteriores, Francesca Michelotti.

## 2. Correria...

### E se você quisesse ser um corredor de maratonas como Haile Gebrselassie?

Haile Gebrselassie nasceu para correr. Quando criança, na pequena Asella, cerca de 160 quilômetros ao sul da capital da Etiópia, Adis Abeba, ele costumava percorrer – descalço – os dez quilômetros entre sua casa e a escola todas as manhãs, refazendo o trajeto de volta toda tarde. Quando chegava a estação das chuvas, a água obstruía o atalho pelo leito do rio, e a jornada até a escola passava a ser de 12 quilômetros. Gebrselassie tinha apenas seis anos de idade.

Dois anos depois, Haile Gebrselassie venceu sua primeira corrida competitiva, e surgiu um novo astro do atletismo mundial. Mais tarde, aos 15 anos, foi a Adis Abeba participar de um encontro de atletismo com a intenção de disputar a prova dos 10 mil metros. Porém, para sua tristeza, a prova foi cancelada na última hora, e o único evento que lhe restava era a maratona. Sem se abalar, o jovem Gebrselassie ocupou seu lugar na pista e completou a prova – a primeira maratona de sua vida – em apenas 2h48min.

Três décadas mais tarde, o etíope quebrou o recorde mundial da maratona – percorreu os 42 quilômetros em 2h3min59s e tornou-se o primeiro homem a correr a prova abaixo de 2h4min. Gebrselassie firmou-se como um dos maiores – se não o maior – fundista de todos os tempos. Mas sugerir que o sucesso de Gebrselassie se deve apenas à genética ou à infância humilde e sofrida na zona rural da Etiópia é subestimar a amplitude de sua obstinada ética de trabalho. Afinal de contas, o regime de treinamento de Gebrselassie desafia a credulidade e, muitas vezes, a própria natureza. É de deixar qualquer atleta comum não apenas sem fôlego, mas também sem dinheiro.

Geralmente, maratonistas amadores e iniciantes são aconselhados a aumentar gradualmente a extensão de seus trajetos

de treino, acrescentando quilômetros a cada semana à medida que se aproxima a data de sua prova de estreia. Maratonistas novatos devem começar tendo em mente correr de oito a dez quilômetros, três ou quatro vezes por semana, e, depois disso, suar a camisa numa corrida mais longa nos finais de semana (até vinte quilômetros). Quanto mais próxima a data da maratona de estreia, maiores devem ser essas distâncias, porém a média total não deve ultrapassar os 64 quilômetros; assim, o maratonista iniciante conseguirá completar sua primeira prova.<sup>1</sup>

O sistema de treinamento de Gebrselassie é um pouco diferente. Ele acorda às seis da manhã e tem 13 sessões de treinamento por semana – duas de segunda a sábado, e apenas uma no domingo. Gebrselassie corre cerca de 32 quilômetros por dia – todo dia – numa velocidade de 3min45s por quilômetro, ritmo mais lento do que sua velocidade normal numa maratona competitiva, que é de pouco menos de três minutos por quilômetro.<sup>2</sup> Para o maratonista amador, isso significaria conduzir suas corridas de treino num ritmo

**Gebrselassie corre cerca de 32 quilômetros por dia – todo dia – numa velocidade de 3min45s por quilômetro.**

equivalente a 1,25 vez o tempo médio da Maratona de Londres (que é de quatro horas e vinte minutos),<sup>3</sup> percorrendo esses 32 quilômetros em cerca de quatro horas, todo o santo dia.

Se por um lado a exigência de tempo será brutal, por outro, a brincadeira também há de pesar no seu bolso porque a própria natureza do regime de treinamento restringirá sua capacidade de trabalhar e, portanto, de ganhar dinheiro. Gebrselassie, é claro, não precisa se preocupar com a questão financeira, pois cobra um cachê de até 250 mil libras (400 mil dólares) toda vez que decide fazer parte do pelotão de uma maratona.<sup>4</sup> Já o atleta amador não receberá coisa alguma para competir – somente o apoio da família, dos amigos e do público nas arquibancadas.

O fato de que Gebrselassie dispõe dos recursos necessários faz que seu regime de treinamento fique bem mais fácil. Ele pode passar uma boa parte do tempo treinando na altitude,

muitas vezes a 3 mil metros acima do nível do mar, num altiplano com vista para Adis Abeba. Uma vez que o ponto mais alto do Reino Unido é Ben Nevis, na Escócia (1.344 metros acima do nível do mar), o atleta amador britânico terá de arcar com os dispendiosos custos das viagens internacionais; isso se quiser repetir o mesmo desempenho do maratonista etíope.<sup>5</sup>

Ter patrocinadores generosos e com o bolso cheio também torna mais fácil a vida de Gebrselassie. Graças ao seu contrato com a fabricante de material esportivo Adidas, por exemplo, ele jamais precisa se preocupar em comprar roupas e pares de tênis – que, na maior parte dos casos, são projetados para atender às suas exigências específicas. Já o atleta amador terá de bancar o próprio equipamento, o que representa um gasto elevado – supondo, é claro, que você não tenha um contrato já encaminhado com um patrocinador. Especialistas em corridas recomendam que o atleta amador troque os pares de tênis a cada 644 quilômetros, o que significa que você terá de comprar um novo par a cada três semanas. Você também terá de substituir seus tênis de competição a cada duas maratonas – ou seja, 84 quilômetros –, como faz Gebrselassie. O modelo de tênis preferido do etíope é o adiZero Adios, o mesmo que ele usou na maratona de Berlim em 2008, quando bateu seu próprio recorde mundial baixando o tempo em assombrosos 27 segundos. Uma vez que um par de Adidas adiZero Adios é vendido por cerca de 85 libras (136 dólares),<sup>6</sup> você já pode ir economizando 1.500 libras (2.400 dólares) por ano para gastar só em novos tênis de corrida.

Gebrselassie tem 1,65 metro e pesa 56 quilos; seu índice de massa corporal (IMC) é de 20,47 quilos por metro quadrado; no limite do peso saudável. O IMC médio dos homens britânicos é de 26,6; e o das mulheres é de 26; o que significa que, provavelmente, você também terá de perder peso para alcançar o nível de IMC de Gebrselassie.<sup>7</sup> A boa notícia é que, correndo o mesmo número de quilômetros que Haile toda semana, inevitavelmente, você vai perder peso. A má notícia é que a dieta do etíope é tão limitada que talvez você comece a se perguntar se isso realmente vale a pena. O próprio Gebrselassie já admitiu que come apenas

porque precisa, e seu consumo diário de grãos, frutas, legumes, verduras e carnes magras visa manter seu corpo praticamente livre de gorduras, sempre no auge da forma. Nos dias de prova, ele come uma pequena porção de pão com geleia e chá, duas horas antes do início da corrida.<sup>8</sup> Como Gebrselassie, você vai precisar dos cuidados de um massagista ao final de cada rotina de treinamento.<sup>9</sup> No Reino Unido, o preço médio de uma sessão de uma hora de massagem é de 35 libras (56 dólares),<sup>10</sup> o que resulta num custo anual total de 12.740 libras (20.511 dólares).

E, aí, você estará pronto para ir para a cama... às 21:30 horas.

Panda Books

**NOTAS E FONTES:**

1. [www.runnersgoal.com](http://www.runnersgoal.com).
2. [www.runnersworld.com](http://www.runnersworld.com).
3. [www.virginlondonmarathon.com](http://www.virginlondonmarathon.com).
4. *The New York Times*, 7 de novembro de 2010.
5. *The Telegraph*, 17 de março de 2011.
6. [www.runnersworld.com](http://www.runnersworld.com).
7. *The Lancet*, 4 de fevereiro de 2011.
8. [www.therunnersguide.com](http://www.therunnersguide.com).
9. [news.bbc.co.uk/sportacademy](http://news.bbc.co.uk/sportacademy).
10. *The Sports Massage Association* ([www.thesma.org](http://www.thesma.org)).

### **3. Mais forte, mais rápido, mais velho...**

**Por que o caminho para o estrelato esportivo é traçado no dia em que nascemos**

Quanta diferença faz um único dia. Vinte e quatro horas que teoricamente podem turbinar as chances de seu filho se tornar um superastro dos esportes. Um único dia pode ser decisivo. É a diferença entre ser o mais alto, o mais desenvolvido fisicamente e o melhor da classe ou o mais baixinho e insignificante. É a diferença entre ser o primeiro nome da lista de jogadores titulares, ou o último a ser escolhido para o banco dos reservas. É o que os cientistas esportivos chamam de “efeito da idade relativa”,<sup>1</sup> e esse conceito pode realizar ou destruir os sonhos do seu filho. Bem, tudo é decidido por algo aparentemente inócuo: o início do ano letivo.

Na Inglaterra, essas 24 horas cruciais são a diferença entre nascer no dia 31 de agosto ou no dia seguinte, 1º de setembro – o ano letivo na Inglaterra começa no final de agosto/início de setembro e termina em junho/julho. Sim, quem nasce em 1º de setembro tem chances muito maiores de se tornar atleta profissional do que quem vem ao mundo em agosto, isso porque quem nasce em setembro é invariavelmente mais alto e mais forte que seus pares.

A disparidade pode ser significativa. Comparemos um menino nascido em 1º de setembro a um nascido em 31 de agosto. Os dois podem até estar na mesma classe na escola, mas há um ano inteiro de diferença em seu desenvolvimento físico e mental. Aos dez anos de idade, por exemplo, a diferença de altura entre eles pode ser de até trinta centímetros, ao passo que a variação de