



«Estou melhor que nunca»

Enfermeira Inês Henriques homenageada pela Ordem de Curso foi concluído em 2012 e início da carreira está em suspenso Nos terceiros Jogos quer terminar 20 km marcha no 'top-10'

POR MIGUEL CANDEIAS

«O último dia em que cumpri o estágio e terminei a licenciatura em enfermagem foi muito importante. Foi como tivesse ganho uma competição. Na verdade, foi uma prova que durou... 10 anos. Não foi fácil. Foi um percurso duro, entre treinos e competições, em que era preciso rever muita matéria devido às paragens. Por isso, sinto-me orgulhosa ao reconhecerem o esforço por ter reconciliado as duas vidas», comentou Inês Henrique sobre a homenagem que ontem, em Lisboa, a Ordem dos Enfermeiros lhe fez por, no Rio-16, ir cumprir a terceira presença olímpica nos 20 km marcha.

O estágio foi concluído em 2012 e, ainda hoje, a atleta de Rio Maior não sabe se chegará a exercer a profissão pois o atletismo – a grande paixão –, tem sido mais forte. Porém, numa altura em que a carreira começa a chegar ao fim, a enfermagem continua a fazer parte dos planos. «Sempre foi uma ambição tirar o curso e após ser atleta quero ter uma profissão em que também desejo ser reconhecida pelo que faço. Tal como na vida de atleta, sei que a enfermagem não é fácil. Há momentos muito difíceis, por isso senti que era importante cá vir e ajudar a dar-lhe mais valor a nível nacional. Havia decidido que até 2016 não iria exercer. Agora... logo se vê», justifica Inês que já esteve em Atenas-04 (25.º) e Londres-12 (14.º). Em Pequim-08 ficou como suplente,



Marchadora de Rio Maior conta que a experiência lhe tem trazido resultados e tranquilidade

«Os terceiros Jogos trazem-me tranquilidade e muita experiência. Costumo dizer: 'Aos 36 anos bati o recorde pessoal três vezes. Quem diria!' Quando se pensa que o corpo já está

a descair sinto que estou a fazer os melhores tempos de sempre», começa por dizer sobre o que espera do Rio-16. «Não estou obcecada por medalhas, pois sei que não é fácil, o

«Após os Jogos quero ser mãe»

Inês, de 36 anos, não afasta a hipótese de tentar chegar a Tóquio-08, no entanto, cumpridos os Jogos do Rio-16, tem um sonho imediato a cumprir. «Para continuar a receber apoio para a preparação olímpica – para mim fundamental –, terei de terminar nas 18 primeiras. Sou de um clube pequeno, o Natação de Rio Maior, que neste momento não tem condições financeiras mas sou apoiada pela DESMOR, que gere o CAR de Rio Maior. Caso não mantenha esse apoio para a preparação olímpica, terei de me fazer à vida. Porém, após os Jogos o grande objetivo é ser mãe. Não posso deixar para mais tarde», revela. «Depois disso quero voltar à competição e ver como o corpo reage. Se não der mais não faz mal, já vivi muitos momentos e fui feliz como atleta. Mas penso que o corpo ainda irá responder. Por isso, após a maternidade, gostava de fazer outro ciclo olímpico. Mas não é uma obsessão», garante. «Se continuar a sentir prazer em treinar pretendo continuar. Caso contrário, sigo outro rumo.»

grande objetivo é ficar nas 10 primeiras. Ser finalista [8.º] era melhor mas, acabar no top 10 será fantástico. Quero fazer uma prova tranquila. Houve alturas em que exagerei inicialmente no ritmo e depois na parte final pagava por isso. Agora quero sentir-me bem até aos 12 km para controlar a técnica e respiração aspetos para os quais me tenho treinado psicologicamente», concluiu.

Chorar de alegria em Chihuahua

→ Finalizar o curso de enfermagem só comparável ao 3.º lugar na taça do mundo mexicana

«O dia em que terminei o estágio foi tão importante que chorei. Era uma realização pessoal pela qual lutava há muitos anos», começou por explicar Inês Henriques, comparando o momento com outro que viveu na marcha.

«Em 2010, competi na Taça do Mundo de Chihuahua, México, uma terra que me tem dado muitas alegrias. Nesse dia, ia em 4.º e já estava conformada. Mas, quando vi uma

russa quebrar disse: 'É hoje!'. E acabou por subir ao pódio. «Fartei-me de chorar de alegria. Para aí durante meia hora. Naquele dia sabia que era possível. Ainda por cima dou-me muito bem em altitude. Comparo-o com o dia em que terminei o curso. É quando conseguimos algo pelo qual lutámos durante muito tempo. De alguma forma, quis dá-lo aos meus pais, que eram pessoas humildes e conseguiram que eu e a minha irmã tirássemos um curso. Se bem que o meu pai brincasse comigo a dizer que só aos 40 anos é que iria terminar», concluiu.



Inês foi recebida na Ordem dos Enfermeiros pela direção liderada por Ana Rita Cavaco