

Da Redação

O beach tennis, modalidade que vem ganhando espaço entre atletas e praticantes de diferentes idades, será apresentado sob uma nova perspectiva no Bio Beach Open. Com fomento da Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (FAPERJ), o evento pretende aproximar ciência, esporte de alto rendimento e inclusão social, mostrando como a prática esportiva pode contribuir tanto para a performance quanto para a qualidade de vida e a prevenção de doenças.

O Bio Beach Open acontece nos dias 22 e 23 de agosto, sábado e domingo, na Praia do Flamengo, no Rio de Janeiro, reunindo pessoas de diferentes faixas etárias e níveis de experiência, de crianças a idosos, em torno do beach tennis. A proposta é ampliar o acesso à modalidade e, ao mesmo tempo, criar oportunidades para a produção de conhecimento científico. A iniciativa é promovida pelo Instituto Ingrid Tarditi de Saúde Integrativa, instituto de pesquisa que atua nas áreas de nutrição, educação física e medicina, com foco em prevenção e longevidade com função.

“O principal objetivo é mostrar para a sociedade que é possível unir mundos que muitas vezes parecem separados: a comunidade, a ciência e o esporte de alto rendimento. O beach tennis é uma modalidade que ainda possui pouca produção científica no mundo, e queremos justamente abrir novos caminhos de pesquisa, ao mesmo tempo em que mostramos que o esporte pode transformar a vida de uma criança, melhorar a qualidade de vida de um adulto e contribuir para um envelhecimento mais saudável”, afirma Ingrid Tarditi, CEO do Bio Beach Open.

CRIANÇAS DA MARÉ TERÃO EXPERIÊNCIA

Entre as ações sociais do evento está a participação de 32 crianças da Maré, que já frequentam atividades esportivas na Vila Olímpica da região, incluindo o beach tennis. Elas terão acesso a uma experiência no ambiente da competição e participarão de atividades em uma quadra anexa.

A programação também contará com uma ação do Conselho Regional de Nutrição, que promoverá uma experiência sensorial para as crianças, aproximando temas relacionados à alimentação, esporte e saúde.

A proposta é mostrar aos participantes mais jovens que o esporte pode representar



Participantes selecionados poderão dar continuidade às avaliações e pesquisas

Bio Beach Open

CIÊNCIA, ESPORTE E INCLUSÃO NA PRAIA DO FLAMENGO

não apenas uma atividade física, mas também uma possibilidade de desenvolvimento, socialização e descoberta de novos caminhos.

COMPETIÇÃO OFICIAL

Um dos destaques da programação será a competição de beach tennis, que deverá reunir cerca de 200 atletas, entre praticantes amadores e atletas de alto rendimento. A disputa terá chancela da Federação Carioca de Beach Tennis e da Confederação Brasileira de Beach Tennis.

Os atletas interessados em competir poderão se inscrever mediante o pagamento de uma taxa de R\$ 50. Os resultados obtidos na competição poderão gerar pontuação para os rankings estadual e brasileiro, de acordo com as regras das respectivas entidades esportivas.

A competição será destinada a atletas a partir de 12 anos, incluindo categorias para participantes com 65 anos ou mais.

BEACH TENNIS PARA INICIANTES

O Bio Beach Open também terá uma programação gratuita voltada ao público que ainda não pratica a modalidade. Das 8h às 18h, professores estarão em quadras destinadas à iniciação esportiva, oferecendo aulas para quem quiser conhecer o beach tennis.

A proposta é ensinar fundamentos, técnicas e a dinâmica do jogo, permitindo que pessoas que nunca tiveram contato com uma raquete possam experimentar o esporte. Quem se interessar em continuar poderá

Com fomento da FAPERJ, evento reúne competição, atividades gratuitas, ações com crianças da Maré e pesquisa científica

buscar encaminhamento para o Projeto Mais Esporte e Saúde, que oferece a possibilidade de continuidade gratuita da prática esportiva.

A iniciativa contempla pessoas de 6 a 65 anos ou mais, com o objetivo de mostrar que o esporte pode ter impactos diferentes ao longo da vida: para crianças e adolescentes, pode ampliar perspectivas e oportunidades; para adultos e idosos, pode contribuir para qualidade de vida, manutenção da funcionalidade e prevenção de doenças.

CIÊNCIA APLICADA AO ESPORTE

A pesquisa é outro eixo central do Bio Beach Open. A partir do evento, alguns praticantes de beach tennis serão selecionados para participar de avaliações e de um trabalho científico desen-

volvido pelo Instituto Ingrid Tarditi de Saúde Integrativa.

Entre as avaliações previstas estão testes de força e potência, análises bioquímicas e avaliação de painel nutrigenético com mais de 300 marcadores. A iniciativa pretende gerar informações que possam contribuir para o avanço da produção científica relacionada ao beach tennis, modalidade que ainda conta com uma quantidade limitada de publicações científicas.

O instituto também utiliza avaliações bioquímicas realizadas a partir de uma pequena amostra de sangue, com análise de mais de 30 marcadores e resultado em aproximadamente 15 minutos. Os participantes selecionados poderão ainda ter acompanhamento periódico, conforme o protocolo do projeto, com orientações individualizadas e, quando necessário, encaminhamento para profissionais das áreas de nutrição, medicina do esporte, educação física e fisioterapia.

“O nosso objetivo é utilizar as ferramentas mais modernas de avaliação para entender melhor cada indivíduo e trabalhar com prevenção, performance e qualidade de vida. A ideia é que a pessoa não apenas viva mais, mas tenha uma longevidade com função, mantendo suas capacidades e sua autonomia”, explica Ingrid Tarditi.

FORMAÇÃO PARA PROFISSIONAIS

O evento também terá um workshop gratuito para cerca de 100 nutricionistas e profissionais de educação física. A programação contará com palestras de especialistas sobre temas relacionados ao esporte, com foco no beach tennis, incluindo nutrição, suplementação e alimentação para modalidades esportivas praticadas ao ar livre.

Com isso, o Bio Beach Open amplia sua atuação para além da competição, criando um espaço de atualização profissional e troca de conhecimento entre diferentes áreas.

WORKSHOP NUTRICIONAL

Neste fim de semana, a Refix estreia no circuito oficial de Beach Tennis promovendo a palestra “O Futuro da Hidratação: A Inovação dos Eletrólitos”, no domingo, às 9h. Realizado pelas pesquisadoras Dra. Nanda Costa (UFRJ) em parceria com a nutricionista Dra. Ingrid Tarditi, o workshop reúne atletas e especialistas para discutir a ciência da reposição mineral celular no esporte. A participação da marca inclui ainda a ativação e abastecimento exclusivo da Área VIP/Backstage, além da entrega de 168 kits de produtos aos medalhistas no pódio de todas as categorias.

Recém-chegada ao Brasil com a proposta de “A Nova Hidratação”, a Refix traz ao mercado uma alternativa orgânica e eficiente aos repositores convencionais. Formulada a partir de água do mar purificada e minerais oceânicos de alta biodisponibilidade, a bebida oferece reposição eletrolítica rápida para combater a fadiga, o desgaste sob o sol e as câibras nos jogos de areia, consolidando-se tanto como aliada da alta performance esportiva quanto do bem-estar na rotina diária.