

Olimpiadas 2020

Atletas Brasileira nas olimpiadas

As olimpiadas de Toquio teve teve um adiantamento de 1 por causa da pandemia que alestrou o mundo inteiro, prejudicando assim alguns atletas de treinarem. Com centros de treinamentos fechados por meses, alguns atletas tiveram que usar a imaginação e fazer o seu próprio centro de treinamento, como o atleta **Darlan Romani** que treinava em um terreno baldio para não fizar sem se exercitar durante a pandemia.

Na 12º colocação no quadro de medalhas o Brasil somou 21 medalhas sendo sete ouros, seis pratas e oito bronzes. O país foi de campeões que vendiam balas no farol a ouros que

valem R\$160.000,00.



Rayssa Leal a fadinha dos brasileiros

Rayssa Leal chamou a atenção do mundo ao ganhar a medalha de prata na competição do **skate street feminino** em **Tóquio 2020**.

A brasileira foi derrotada na disputa pelo ouro por outra jovem de 13 anos, **NISHIYA Momiji** do Japão, que marcou 15.26 pontos contra 14.64 de Rayssa.

As adolescentes conquistaram o mundo com seus estilos inovadores e execuções impressionantes no skate.

Mas não foi a primeira vez dela como figura pública.

Um breve vídeo da skatista executando perfeitamente um *heelflip* descendo um lance de escadas vestida em um tutu azul brilhante como parte de uma fantasia de fada se tornou viral nas redes sociais. O vídeo de Rayssa rapidamente acumulou milhões de visualizações.

Uma das pessoas que assistiram ao vídeo e ficou extremamente impressionado com a habilidade e o talento da jovem foi ninguém menos que o pioneiro do skate **Tony Hawk**, que posteriormente compartilhou o vídeo em suas próprias redes sociais.

Ele ainda não sabia, mas Hawk havia descoberto uma das atletas mais brilhantes e promissoras de seu esporte.

Avançando rapidamente para Tóquio 2020, essa mesma sensação da internet é agora a mais jovem medalhista Olímpica do Brasil.

E ninguém ficou mais eufórica do que a própria Rayssa:

“Eu me sinto muito feliz. Fiz história aos 13 anos. Espero poder estar em muitos Jogos Olímpicos”.

“Eu apenas fiz tudo o que pude. Estou muito emocionada, muito impactada. É um sonho meu estar aqui e ter uma medalha no pescoço, para deixar o Brasil orgulhoso, e isso é muito gratificante para mim.”

A jovem estrela do skate também aproveitou para agradecer seus pais, a quem atribuiu o fato de ter chegado até o Japão. Rayssa compartilhou:

“Todo o esforço que minha mãe e meu pai fizeram para me até trazer aqui, e agora eu estou aqui e posso dizer a eles que tudo deu certo e que eu estou simplesmente super feliz”.

[Rayssa Leal: Sua história e sua estrada nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020 \(olympics.com\)](https://olympics.com/pt-br/news/story/olympics/2020/08/20/rayssa-leal-sua-historia-e-sua-estrada-nos-jogos-olimpicos-de-toquio-2020)



Pressão psicológica: “Eu tenho que focar na minha saúde mental”

A ginasta [Simone Biles](#), dos Estados Unidos, surpreendeu o mundo ao abandonar a final por equipes da **ginástica artística** — e [depois a final individual geral](#) — nas [Olimpíadas de 2020](#). Aos 24 anos e um dos maiores nomes do esporte, Biles carregava as expectativas de todas as audiências do planeta em seus ombros. “Eu apenas não queria continuar”, disse a atleta, que deixou a disputa após um desempenho abaixo do esperado na prova do salto.

A decisão da ginasta em Tóquio traz à tona a discussão acerca dos impactos da pressão psicológica para a [saúde mental](#) dos esportistas e profissionais de altíssima performance. “Eu tenho que focar na minha saúde mental”, disse Biles em entrevista coletiva. “Temos que proteger nossas mentes e corpos, e não apenas ir lá [competir] e fazer o que o mundo quer que façamos”.

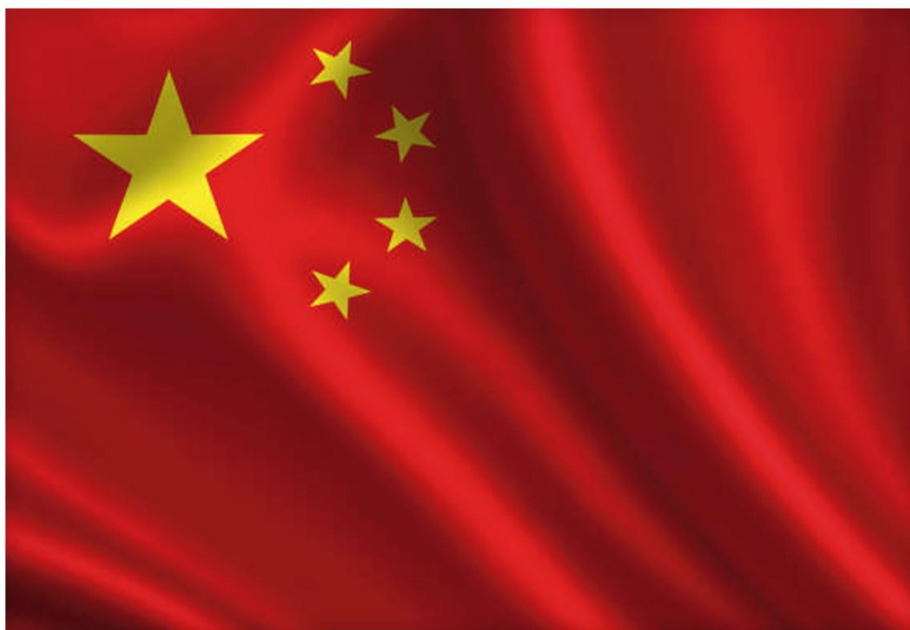
Segundo especialistas consultados pela **CNN**, a pressão sofrida por atletas de ponta pode levar a quadros de **ansiedade** e depressão. Para a psicóloga Marilene Kehdi, especialista em atendimento clínico, o treinamento dos atletas deve priorizar aspectos voltados para o cuidado com a saúde mental.

“A ansiedade acompanha o atleta a vida toda. São entradas e saídas constantes de competições, além de uma vida com restrições e cobranças internas e externas. Um bom desempenho numa competição depende de um atleta que esteja bem técnica e emocionalmente, com a saúde mental bem preservada”, diz a especialista.

[Saúde mental: como a pressão psicológica pode prejudicar o desempenho de atletas | CNN Brasil](#)

Os 3 países que se destacaram nessas olimpíadas

1º - China - 23 - 14 - 13 – 50



CHINA

2º - Estados Unidos - 20 - 21 - 14 – 55



ESTADOS UNIDOS DA AMÉRICA

3º - Japão - 17 - 5 - 8 – 30



JAPÃO

