

# Disputa com cidade do México

O Dia Mundial do Desafio conta com a participação de 1.502 municípios nas américas. Cada cidade compete contra uma outra que tenha população equivalente. A adversária de Santa Maria é Jacona Michoacán, no México. Ganha a competição aquela que conseguir fazer com que a maior percentagem da população se exerçite nas 24 horas do evento. Não existe premiação. "O prêmio é o título de ser a cidade mais saudável", explica Carlos Augusto Carvalho, coordenador de Esporte e Lazer do Sesc.

A expectativa dos organizadores do evento é que pelo menos 60% da população de 120 mil habitantes de Santa Maria malhassem 15 minutos até a meia-noite de ontem. O resultado da disputa só sairá hoje. Para alcançar a meta, valia tudo. Antes mesmo do começo do dia, 40 mil pessoas já tinham feito

MALHAÇÃO  
1.502  
MUNICÍPIOS  
das américas  
participaram ontem do  
Dia Mundial do Desafio

inscrição para se exercitar. Foram 240 atividades, além das promovidas pelo próprio Sesc, desenvolvidas numa grande arena montada ao lado da Administração Regional da cidade.

Tudo que provocasse aceleração dos batimentos cardíacos ou suor, durante 15 minutos, era contabilizado como atividade física. Desde caminhada, ping-pong, futebol totó, xadrez, cama

elástica, até alguns "esportes" mais inusitados, como pintura de meio fio, automassagem e plantil de hortaliças. Tudo era registrado com empolgação por fiscais. Os exercícios tomaram conta de toda a cidade. Além de supermercados, quadras postos de saúde, bibliotecas, restaurantes, lojas, quartéis e escolas se transformaram em grandes academias de ginástica.

No Centro de Ensino Infantil 210, a molecada e os pais suaram a camisa antes da aula começar. Mãe da pequena Julianne Cristina, 6 anos, a dona-de-casa Cristina Regina de Carvalho, 33, era das mais empolgadas. Há tempos não fazia um exercício físico. "Eu fazia caminhadas, mas desisti. Vou ver se volto agora". A filha, que anda de bicicleta, pula e corre, entrega as razões da aversão da mãe ao esporte. "Ela é muito preguiçosa."

PARA  
SABER MAIS

## Desafiando o sedentarismo

O Dia Mundial do Desafio surgiu na cidade de Saskatoon, no Canadá, em 1983. A idéia era fazer a pessoa se exercitar, mesmo que fosse por apenas 15 minutos. Os idealizadores acreditavam que, com isso, todos teriam uma melhor saúde, física e mental. O desafio se expandiu pelo mundo. E chegou ao Brasil em 1995, por iniciativa do Serviço Social do Comércio (Sesc) de São Paulo. A capital paulista detém o recorde mundial de participantes. Em 1996, 864 mil paulistanos malharam 15 minutos.