



Maria Carlos Marques, 41 anos, libero da equipa sénior do Sporting Clube de Portugal.

1. Sobre a longevidade e a época atual no Sporting:

- Aos 41 anos continuas a competir ao mais alto nível na Liga Solverde.pt, agora ao serviço de um candidato ao título como o Sporting CP. Qual é o segredo, físico e mental, para te manteres neste patamar de exigência, numa posição tão desgastante como a de libero?

“Antes de mais, confesso que é um desejo de pequenina. Parece que ganhei anos de vida quando a oportunidade surgiu e até parece mentira que aqui estou. Tenho uma carreira dual, porque continuo a lecionar no 1º Ciclo, numa escola pública. Segredos, não são precisos muitos, pois o amor ao que faço é tão grande que, na maioria das vezes, o faço com muita naturalidade. Há, sim, um esforço diferente. Trabalho das 9h às 15h30 na escola, o que me impede de treinar com o plantel de manhã. Isto implica que, antes ou depois do treino da tarde, tenha de fazer ginásio. Não faço o treino específico com bola de manhã, mas o Sporting tem sido muito compreensivo e o apoio do clube é excelente. Posso garantir que, fisicamente, não fico a dever nada às minhas colegas. Sinto-me bem e em boa forma. Mentalmente tenho alguns desafios, principalmente quando o dia na escola foi mais desgastante, mas nada que o treino com pessoas que gosto e a fazer o que gosto não resolva. A exigência técnica e tática, principalmente o processo mental de tomar decisões em frações de segundo, é um desafio que me dá um gozo tremendo. Já ganhei alguns títulos, por outros clubes que não têm condições comparáveis com as dos Sporting CP, por isso é óbvio que a exigência é maior. Mas isso é um privilégio! Vou usufruir ao máximo enquanto posso e enquanto me sentir capaz de jogar e contribuir a este nível.”

- Representar o Sporting CP traz uma pressão diferente em relação a outros clubes da tua carreira? Como tens gerido a expectativa de ganhar títulos nesta fase da tua carreira?

“Claro que sim! E ainda bem! É sinal de que estamos num clube que quer estar em todas as decisões. É uma motivação extra. Não há mentalidade de relaxe e as derrotas pesam muito. No ano passado ganhámos a Taça de Portugal. É inexplicável fazê-lo pelo clube do coração... E foi “apenas” uma Taça. O campeonato seria a cereja no topo do bolo. Já ganhei de tudo, mas aqui, no Sporting CP, seria especial.”

- Sentes que o teu papel no balneário do Sporting é tanto de jogadora como de mentora para as atletas mais novas? Como é a tua interação com as atletas que agora começam?

“Sou uma pessoa extremamente acessível, principalmente quando as atletas demonstram empenho e dedicação total. Ajudo no treino, dou dicas, preocupo-me com a parte mental delas, nomeadamente como ultrapassar a frustração com o erro. No entanto, tenho alguma dificuldade em lidar com atletas que não partilham o nível de compromisso exigido por uma equipa como a nossa, num clube como o Sporting. Lembro-me, quando era mais nova, de ficar radiante quando ia apanhar bolas nos jogos das equipas seniores ou, até, nos treinos. A mentalidade é um pouco diferente, atualmente. A exceção, agora, são as atletas que querem muito. Costumo educar pelo exemplo. Não dou nenhuma bola por perdida, cumpro com o plano de treino e sou disciplinada. Quando a “quarentona” treina assim, não há nenhuma miúda que se sinta à vontade para relaxar”.

2. Sobre a experiência como treinadora:

- Em 2022, disseste que assumir o comando técnico da equipa masculina do CD Póvoa foi mais por “sentido de missão” do que por ambição de carreira. Olhando para trás, que aprendeste sobre ti mesma ao liderar um balneário de homens na I Divisão?

“Agradeço e foi um privilégio ter tido essa experiência. Mas aprendi que continuo a não ambicionar liderar uma equipa feminina ou masculina sénior. Não que me sinta incompetente para tal, comparando com outros treinadores que conheço. Mas por que sinto que a exigência que isso tem e a pressão que isso implica não é para mim. Apesar disso, sinto que podia ser uma boa adjunta, principalmente no

desenvolvimento da parte técnica aliada à tática, ou seja, no planeamento de exercícios/treinos para melhorar as componentes específicas do plantel. Entre homens e mulheres, confesso que é mais fácil trabalhar com homens, mas mais desafiante treinar mulheres. E isso torna a escolha difícil.”

- Então, também referiste que quando entravas num pavilhão como treinadora, muitas pessoas se dirigiam ao teu adjunto (homem) assumindo que ele era o principal. Sentes que, desde 2022 até hoje, alguma coisa mudou na mentalidade do desporto em Portugal ou esses preconceitos continuam enraizados?

“Em relação a mim pode ter mudado, porque as pessoas já me reconhecem. Mas penso que se outra mulher estivesse nessa situação agora, continuávamos a ter esse problema. É mesmo um pré-conceito. Está enraizado, tanto no voleibol, como na sociedade no geral. Vemos em cargos políticos, nas chefias das empresas e, até, na desigualdade salarial. Às vezes imagino o cenário hipotético de me fazerem uma proposta para ser treinadora principal de uma equipa na 1ª divisão. Acham que a oferta ia ser a mesma que fariam se fosse homem? Não me parece. É algo que vai demorar muito a mudar. A solução ainda teremos de descobrir qual é.”

- Foste campeã nacional à frente duma equipa masculina na formação. Sentes que a tua competência técnica foi mais escrutinada por seres mulher, ou que “a equipa se uniu” e o género deixou de ser relevante após o primeiro impacto?

“Inicialmente sim, claro. Até porque, quando assumi a equipa, garanti que íamos lutar pelo título, algo que lhes parecia difícil. Mas acho que essa desconfiança se esfumou rapidamente com a minha postura assertiva e demonstração de competência. Quando perceberam que estavam a aprender alguma coisa e a jogar melhor, tudo se tornou mais fácil. Foi um grupo trabalhador e que teve mérito em tudo que alcançou.”

3. Futuro e liderança no feminino:

- Disseste já que “o meu lugar é na escola, a ensinar”, referindo que o alto nível exige treinadores a 100%. Estando agora no Sporting CP, num contexto altamente profissional, o “bichinho” do alto rendimento voltou a surgir, ou manténs a ideia de que o teu futuro não passa pelo banco do treinador?

“Surgiu, claro. Mas, lá está, não conseguirei largar a escola. É algo que me realiza, principalmente no mundo atual, onde o pensamento crítico está posto à prova. O meu “sentido de missão” é traço de personalidade. Na escola pública é vital. Quero formar boas pessoas, que saibam distinguir o que está certo do que está errado. E isso, claro, pode ser feito em contexto de treino também, educando atletas honestos e trabalhadores, exigentes e boas pessoas. Isso não passa por ser principal de uma equipa sénior, que não ambiciono, mas por todos os outros cargos ligados ao treino, até como adjunta. Gostava de contribuir aí e, se possível e orgulhosamente, no Sporting CP.”

- O voleibol é uma modalidade com muitas praticantes femininas, mas poucas treinadoras de elite. Na tua opinião, o que falta para que os clubes apostem “na competência e não no género”? Faltam oportunidades ou faltam condições de estabilidade para as mulheres aceitarem esses cargos?

“Como disse anteriormente, está enraizado de tal forma que, por vezes, são as mulheres que evitam dar o passo em frente e assumir que querem ocupar essa posição. Vou ser um pouco polémica: nós, mulheres, temos uma humildade, uma exigência e uma noção do espaço que ocupamos, diferente dos homens. Perdoem-me a arrogância da minha próxima afirmação, mas eu, por exemplo, tenho consciência que sou melhor treinadora do que alguns treinadores das primeiras divisões (masculina e feminina). No entanto, do meu ponto de vista, acho que não tenho competência para fazer o trabalho que uma primeira divisão exige. Tenho perfeita noção do que teria que estudar, viajar para conhecer

outras realidades, dedicar-me a 100%. Isto, na minha perspetiva, é a diferença entre uma mulher e um homem (alguns não, claro): sei que sou competente, mas não o suficiente para exercer um cargo com tamanha exigência. Os homens atiram-se de cabeça, são mais ambiciosos e querem chegar o mais longe e o mais rápido possível, nem sequer põem em causa as suas capacidades para determinados cargos.

Outros fatores, parece-me, contribuem para a falta de paridade nas equipas técnicas. Um deles é o facto de as direções de clubes serem, maioritariamente (se não na totalidade), constituídas por homens. Mesmo aí as mulheres podiam ser mais presentes, até porque a sua atenção ao pormenor e sensibilidade para algumas matérias de gestão, seriam um excelente contributo.”

- Que legado esperas deixar na Liga Solverde.pt quando decidires terminar a tua carreira como jogadora?

“Gostava de ser lembrada como alguém que contribuiu para o desenvolvimento da modalidade, para o bom ambiente que se vive, entre colegas de equipa, adversários, treinadores e adeptos. Mesmo como capitã, acho que dei um bom exemplo e contribuí para esse ambiente saudável. Sei que fiz parte da história de alguns clubes, principalmente daqueles onde conquistamos títulos. Mas quero deixar a ideia de que, à parte dos títulos, o importante é jogar com gosto, disciplina e empenho. Penso que foi muito por isso, e também pelas características que tem, como jogadas mais longas, habilidade e sustentação, que o voleibol feminino começou a encher cada vez mais os pavilhões e a ter mais visibilidade nas televisões e meios de comunicação. Tento ser uma atleta exemplar em tudo, dentro e fora de campo, à imagem daquilo que me caracteriza como cidadã e, neste momento, como atleta do Sporting CP. É isso que espero deixar. “