

# personagem

APÓS VER A MÃE CURADA DE UM CÂNCER, ULTRAMARATONISTA  
INTEGRA ESPORTE COM DOAÇÕES PARA O INCAVOLUNTÁRIO

## Solidariedade a passos largos

O carioca Márcio Villar, 48 anos, coleciona desafios que para muitos podem parecer além da condição física de um ser humano. Conhecido por dobrar – e, às vezes, triplicar – corridas que ultrapassam os 200 quilômetros de distância, o atleta já completou provas como a Jungle Marathon, realizada nas adversas condições da Floresta Amazônica, quando correu nada menos que 509 quilômetros, suportando temperaturas com sensação de quase 50 graus e umidade de 100%.

A sua especialidade são as ultramaratonas (corridas com mais de 42.195 metros, distância oficial da maratona). Ele já corre há 13 anos e nesse tempo enfrentou picada de cobra, fugiu de onça, quase congelou os ossos e cansou de ver a morte rondando seus passos. “O que falam de mim? Ah, me chamam de maluco (risos). Até minha mãe me chamava de maluco, mas é uma loucura boa”, diverte-se.



# Alguns números de Márcio Villar

Corrida entre Rio de Janeiro e Paraty (RJ)  
**2012**

Corrida entre Rio de Janeiro e Búzios (RJ)  
**2009**

13 horas de corrida na Lagoa Rodrigo de Freitas, arrecadando mais de 4 mil latas e sacos de leite em pó  
**2014**

Jungle Marathon (Floresta Amazônica), divulgando o trabalho do INCAvoluntário  
**2012**

24 horas de corrida na Lagoa Rodrigo de Freitas (Rio de Janeiro)  
**2013**

Corrida entre Rio de Janeiro e São Lourenço (MG)  
**2011**

7 dias no desafio da esteira no Américas Shopping (Rio de Janeiro), batendo recorde mundial  
**2015**

Nas atitudes de Márcio, a loucura e a bondade realmente são parceiras. Há 12 anos, sua mãe, Ruth Villar, curou-se de um câncer de mama (ela veio a falecer anos mais tarde, mas devido ao mal de Alzheimer). Dona Ruth foi paciente do INCA e, desde então, o atleta ficou grato ao Instituto, mas não sabia bem o que fazer para agradecer. Uma brincadeira deu origem a sua primeira atitude que ajudaria muitos pacientes internados na instituição. “Um amigo meu se mudou para Búzios e sempre pedia para eu ir correndo visitá-lo. Eu pensei então em ir correndo mesmo, mas por uma boa causa”, conta.

O ultramaratonista encontrou uma maneira criativa de ajudar a área de voluntariado do INCA e lançou o desafio na Internet. Ele iria correr os 200 quilômetros que separam o Rio de Janeiro de Búzios e vender quilômetros da corrida a quem quisesse apoiar a causa. Funcionava assim: cada quilômetro custava R\$ 3. As pessoas compravam quantos quilômetros quisessem e ganhavam o direito de correr

a distância adquirida ao lado de Márcio. Isso aconteceu em julho de 2009.

“Até a hora da largada tinham sido vendidos 730 quilômetros. Quando cruzamos a chegada foram muitas lágrimas, festa e champanhe”, lembra. Depois dessa iniciativa, outras surgiram. “Essa foi a maneira que encontrei de retribuir o que eles [profissionais do INCA] fizeram pela minha mãe. Depois, fui até São Lourenço [Minas Gerais], 300 quilômetros, e Rio-Paraty, um trecho de 280 quilômetros. Também corri ao redor da Lagoa Rodrigo de Freitas (RJ) durante 24 horas”, conta. No último evento da Lagoa (em 2014) foram arrecadadas mais de 4 mil latas e sacos de leite em pó.

## MARCA REGISTRADA

Em junho deste ano, Márcio alcançou mais um feito inédito. Em sete dias, foram 827,16 quilômetros percorridos em uma esteira. Com isso, ele atingiu o objetivo de quebrar o recorde mundial de maior

distância percorrida em uma semana, e agora aguarda a homologação da marca pelo *Guinness Book*, o livro dos recordes. A distância equivale a quase 20 maratonas.

A marca alcançada pelo ultramaratonista supera em quase cinco quilômetros o recorde anterior, pertencente ao francês Pierre-Michael Micaletti (822,31 km). Durante os sete dias do desafio, Márcio dormiu apenas 18h e teve seu desempenho monitorado por quatro câmeras. O desafio foi realizado num shopping do Rio de Janeiro e arrecadou cerca de duas mil de latas de leite em pó para o INCAvoluntário.

Em um dos momentos mais emocionantes desse desafio, o forte coração destemido aos perigos do mundo balançou. “Eu comecei a chorar quando vi velhinhos e crianças do orfanato e do asilo que eu ajudava, com cartazes de incentivo. Pensei que não poderia parar, tinha que vencer a dor, o cansaço, tudo. A gente pensa que está fazendo o bem, mas na verdade está é recebendo”, diz.

Além do INCA, Márcio participa de outros trabalhos voluntários, incluindo o Projeto Juquinha, que cuida de 150 crianças com paralisia cerebral, em Paragominas, no Pará. Ele é embaixador da iniciativa, ao lado da cantora Gaby Amarantos. O atleta também compete, todo ano, no circuito Rei e Rainha do Mar (100 km de corrida na areia da praia), obedecendo ao acordo firmado com os organizadores para arcarem com o custo de dois transplantes de coração para o Pró-Criança Cardíaca a cada participação. “É muito legal colocar frases de efeito no Facebook, só que falta atitude ao brasileiro. Quando coloco fotos ou vídeos das minhas corridas, aparecem umas mil curtidas, mas quando peço ajuda para os outros, ninguém se manifesta. Eu fico triste com isso”, desabafa.

## SUPERAÇÃO PESSOAL

É difícil imaginar a imagem de Márcio ainda no ano 2002. Analista de sistemas, ele era mais um chefe de família sedentário e já passando dos 98 kg, quando sentiu que sua vida deveria tomar outro rumo. “Mal conseguia subir no ônibus. Olhava-me no espelho e não me reconhecia, sentia-me o retrato da decadência. Concluí que a vida que eu levava não era a que merecia viver; decidi mudar”, lembra. Essa mudança o levou a “correr atrás do prejuízo”. A corrida fez com que ele perdesse 27 quilos em dois meses. “Corria todo dia e aumentava o ritmo sempre. A alimentação mudou radicalmente.

Foto: Fernando Frazão/Agência Brasil/Fotos Públicas (20/9/2014)



“Um amigo meu se mudou para Búzios e sempre pedia para eu ir correndo visitá-lo. Eu pensei então em ir correndo mesmo, mas por uma boa causa”

Só comia arroz integral, alface e filé de frango. Levei a sério e consegui”, ensina.

Aos poucos, ele foi tomando gosto pelo exercício físico diário e despretensiosamente se inscreveu em uma corrida de rua. Com esforço, conseguiu completar os 10 km do trajeto. “Os dias de obesidade faziam parte de um passado que eu nem queria lembrar. O Rio de Janeiro tornou-se pequeno para o meu ritmo. Aventurei-me em provas pelo Brasil, sempre voltando para casa com um troféu na bagagem. Em algumas das competições, arrisquei minha vida, como em 2008, na Jungle Marathon. No meio da Floresta Amazônica me deparei com escorpiões, jacarés e até uma onça pintada”, recorda.

As histórias não param por aí. Em Arrowhead, nos Estados Unidos, ele passou por maus momentos devido ao extremo frio. “Era a primeira vez que eu participava, ainda com equipamentos inadequados. Quase tive os pés amputados e fui forçado a desistir. Fato que só fez aumentar minha obstinação para um ano depois voltar e finalmente vencer este desafio”, comemora. O resto é pé na estrada. ■