Os Papa-Léguas #1 (Tiago Dionísio)

Tiago Dionísio: 500 maratonas aos 42 anos

Há quem coleccione cromos, selos, latas, pacotes de açúcar. Tiago Dionísio colecciona maratonas. Este ano, se tudo correr bem, irá chegar à 500ª maratona. Se para esta contabilidade contassem "apenas" as maratonas (42,195km) falávamos de 21097,5 Km corridos em 22 anos, o que daria uma média de quase 1000 km por ano. Acontece que nestas 500 maratonas que se propõe alcançar estão também as ultras. À data de hoje, Tiago correu 355 maratonas e 139 ultras. E quando digo "à data de hoje" é para levar à letra porque amanhã já o número pode ser outro. Afinal, Tiago Dionísio é um coleccionador de maratonas. E como qualquer coleccionador, quer sempre mais.
Tiago Dionísio sempre praticou desporto. Jogava futebol em Washington, onde viveu dos 13 aos 18 anos enquanto o pai foi colocado numa missão diplomática, mas gostava mesmo era de correr. Quando voltou a Portugal, foi com a família viver para a zona do Areeiro e começou a correr mais. Cada vez mais. "Quanto maior a distância, mais gozo me dava". Fez a primeira maratona, em Lisboa, com 20 anos. Terminou com 03h09m (se vos serve de comparação, dizer que o recorde do mundo da maratona está nas 02h02m e que aqui esta que vos escreve, corredora recente e tartaruga, concluiu a sua primeira maratona no ano passado com 04h18m). No ano seguinte, repetiu a Maratona de Lisboa e fez 03h04m.
Na faculdade (curso de Economia da Universidade Nova de Lisboa), os colegas achavam que era maluco. "Nunca fui muito de sair à noite mas também porque a minha prioridade era o desporto. Era muito diferente dos outros. Treinava todos os dias, não bebia álcool, deitava-me cedo, dava-me sobretudo com as pessoas mais velhas e não tinha muita paciência para a chamada vida académica." Não havia esta moda das corridas, esta febre que parece ter contagiado toda a gente. Tiago era uma espécie de extra-terrestre. Mas corre para quê? De quê? De quem? Ele encolhia os ombros. Nunca precisou de pertencer a grupos, a tribos, nunca precisou de ser compreendido ou sequer aplaudido. Ainda hoje, não partilha quilómetros nas redes sociais, nem fotos depois do esforço, nem coisa alguma. Ele não corre para provar nada a ninguém. Nem sequer a si mesmo. Corre por puro prazer, por necessidade, até.
"Nos primeiros anos corria sempre em Lisboa. Não tinha dinheiro para aventuras. Mas o meu primeiro salário serviu para ir à Maratona de Londres, em 1998." Ainda assim, não foi dessa que conseguiu reduzir o seu tempo. Só à 8ª maratona, em Paris, conseguiu quebrar a barreira das três horas, fazendo 02h52m. Estava criado o "monstro".
Não há como descrever, uma a uma, todas as provas em que já participou. Dizer porém (e só para que se perceba o tipo de atleta de que estamos a falar) que no ano passado correu 13 maratonas em 11 dias. Com viagens pelo meio e peripécias que o deixaram na linha da partida apenas a minutos do começo de uma nova prova. Há umas semanas voltou a repetir a proeza mas, desta vez, ainda mais louca: 12 maratonas em 11 dias, em Inglaterra. "No penúltimo dia corri uma maratona de manhã e depois fui com um amigo meu de carro fazer outra maratona que começava às 17h (tinhamos 3h até ao início da prova da tarde). Regressámos depois para fazer uma outra maratona no domingo no mesmo local onde tinhamos corrido no dia anterior de manhã." Parece mentira. Mas não é. Parece loucura. Mas para ele é tão natural como a sede.

Por falar em loucura, Tiago confessa que há 10 anos sim, fez uma loucura. Uma loucura que podia ter corrido ainda pior do que correu. "Fui correr a Comrades [89km na África do Sul] e quando terminei apanhei um avião para a Califórnia onde, no fim-de-semana seguinte, fui correr 160km em montanha. Estavam 40°C, para aí metade dos participantes desistiu. As viagens de avião desidratam imenso e, com aquele calor, senti-me mesmo mal. Aos 100km pensei desistir mas nunca tinha desistido de nenhuma prova e então continuei. Percebi que estava mesmo mal quando fui à casa de banho e vi que o que saía tinha a mesma cor do líquido encarnado que eu tinha acabado de beber. Vomitei. Tomei analgésicos e meti-me num avião para Lisboa. Quando cheguei fui direito ao Hospital Egas Moniz, de onde só saí 2 semanas e meia depois. Tinha uma desidratação extrema e uma rabdomiólise [perda rápida de massa muscular]. Tomei 8 litros de soro por dia e quando saí do hospital mal conseguia andar."

Nunca mais repetiu a graça. "A maratona é uma distância equilibrada. Provas de 100km são razoáveis. Mais do que isso já começa a ser muito". Faz a Comrades todos os anos. Desde que fez a Two Oceans em 2005 (56km na Cidade do Cabo, África do Sul) tornou-se também uma prioridade. Entre muitas outras. "Já tenho todas as viagens marcadas no 1º trimestre do próximo ano."

Então mas e só corre? Não faz mais nada? Trabalha? Tem uma vida para lá de dar às pernas?

A resposta - apesar de parecer impossível - é: sim. O homem trabalha (já trabalhou no BPI, no BESI, e hoje trabalha na Eaglestone, uma boutique de serviços financeiros), vive com a Rita (outra viciada em desporto), é padrasto de dois miúdos. Quando começou a namorar com a Rita (conheceram-se no Clube do Stress), muitos amigos previram um abrandamento nas corridas. Não podiam estar mais enganados. "Corro mais agora do que quando estava sozinho. Já fizemos juntos 54 maratonas. Ela compreende muito bem este meu estilo de vida porque também é o dela. É verdade que abdicamos de muitas coisas. A vida social é uma delas. Aproveito muitas provas ou treinos para pôr a conversa em dia com os meus amigos. Parte da minha vida social é passada a correr. Também não vejo televisão, não me lembro de ir ao cinema ou a concertos, quer por uma questão de tempo, quer pela questão financeira: parte importante do meu ordenado é gasto nas corridas e nas viagens para correr. Não há volta a dar. O desporto faz-me bem. Sou um corredor."

É verdade. Tiago Dionísio é um corredor. Se tudo correr bem - e vai correr - Tiago vai completar a 500ª maratona no dia 2 de Outubro, na Maratona de Lisboa. "Dizem-me que posso ser a pessoa mais nova no mundo com mais maratonas. Não sei..." O que sabe é que quer continuar a correr, depois de cumprido este objectivo. E tem já outro, na manga: "O meu sonho é fazer o Desafio 777: 7 maratonas, 7 dias, 7 continentes. Começa na Oceania, segue para a Ásia, sobe à Europa, desce ao norte de África, atravessa mares até à América do Norte, desce à do Sul e conclui a festa na gelada ponta do mundo, Antártida. Preciso é de arranjar 35 mil euros", diz com um sorriso. "E isso é bem mais difícil do que a prova em si".

Fotos: Raquel Brinca, HUG

Algumas curiosidades
Música: Nunca ouve música enquanto corre.
Gadgets: Não usa. Raramente treina com relógio e só usa o seu Garmin em algumas maratonas em que tem de controlar o tempo que faz, nomeadamente em maratonas que faz em dias seguidos.
Leitura sobre corridas: Já leu bastante mas hoje em dia já lê pouco sobre o assunto. "Já dedico muito tempo a correr e a preparar a logística das provas todas em que participo. Por isso, tento ler sobre outros temas para me distrair ou, se tiver algum tempo livre, aproveito para dormir..."
Clube do Stress: Entrou em 1993 quando ainda só havia no clube 4 pessoas que corriam regularmente. Hoje o clube tem mais de 150 pessoas.

(esta é a primeira história de uma série de histórias que aqui se contarão sobre corredores)