

## Melhor forma de responder os haters é ser campeão, diz Ramon Dino

---

Matheus Macarroni

*Fisiculturista acriano se tornou o melhor do mundo em sua categoria no último final de semana*

*Ele também assumiu ter, às vezes, vontade de responder seus críticos*

Ramon Rocha Queiroz, o Dino, foi campeão do Olympia na madrugada do último domingo (12) em Las Vegas, Estados Unidos. Com o título, ele se tornou o primeiro brasileiro da história a vencer o campeonato mais prestigiado do fisiculturismo mundial por uma categoria masculina –no caso, a Classic Physique.

Em entrevista coletiva na tarde desta quinta-feira (16), o fisiculturista acriano disse que, às vezes, tem vontade de responder de maneira ríspida aos seus críticos. Entretanto, ele assume que "a melhor forma de você responder os 'haters' é fazendo isso o que a gente fez [se tornar o melhor do mundo em sua categoria]".

O melhor fisiculturista clássico da atualidade também falou sobre saúde mental: "Com o tempo, se adquire maturidade e conhecimento. Você consegue ficar mais tranquilo, você não se preocupa com nada porque sabe que fez seu 100%. Cuidar do mental é muito importante porque, antes do corpo, vem a mente. O acompanhamento psicológico faz muita diferença. Tem muita coisa para se conquistar, basta você trabalhar sua mente para isso".

Além da coletiva de imprensa, o evento de hoje –sediado no Centro de Treinamento do Grupo Supley, em São Caetano do Sul– contou com a troca do quadro de Dino. Agora, a imagem localizada em uma das paredes do estabelecimento mostra o atleta com a medalha de ouro conquistada no Olympia 2025. Fabrício Pacholok, seu treinador e bicampeão do Olympia, também recebeu uma nova foto.

Dino se apresentará ao público brasileiro por meio de um "guest posing" no Olympia Brasil, que ocorrerá neste final de semana no Distrito Anhembi, em São Paulo.

<https://www1.folha.uol.com.br/blogs/musculo/2025/10/melhor-forma-de-responder-os-haters-e-ser-campeao-diz-ramon-dino.shtml>

**Veículo:** Online -> Portal -> Portal Folha de S. Paulo

**Seção:** São Caetano