

UNIVERSIDADE FEEVALE  
Curso de Jornalismo  
Disciplina Projeto IV  
Jornalismo de Revista  
Ano 2016/02

NÓ


r u p t u r a s

COMEÇAR. DE NOVO  
ruptura no trabalho


AS (IN)DEFINIÇÕES  
DE FAMÍLIA

ruptura nos padrões

FLUIDEZ DO SER  
ruptura na identidade e



“Isso de querer ser  
exatamente aquilo  
que a gente é  
ainda vai  
nos levar além”  
- Paulo Leminski



A segunda edição da revista NÓ(S) vem discutir a ruptura de padrões aos quais estamos submetidos, muitas vezes, sem perceber. É o esforço de uma turma que quer desatar os nós de uma existência padronizada por meio da reflexão, trazendo a tona histórias de gente que, de alguma forma, foge de estilos de vida preestabelecidos.

Histórias de gente que começa de novo, que vê o amor ser multiplicado e a família aumentar, que não se importa com as determinações e definições de gênero, idade ou padrões estéticos e se redescobre em meio a superação de obstáculos. Contar essas histórias, na maioria da vezes delicadas ao extremo, era o desafio. Assim, ter este exemplar em mãos (e observar os bastidores das reportagens no blog da revista) nos dá indícios de que estamos no rumo certo: formar jornalistas sensíveis e capazes de questionar sempre.

Boa leitura!

Professoras Neusa, Rosana e Vanessa

# Sobre NÓ(S) e rupturas

Um balão cheio d'água estourando em câmera lenta. O ovo que cai e tem a casca transformada em inúmeros pequenos pedaços. O copo e a parede rachados, cheios de tantos significados. O nó, antes preso com firmeza, que acaba sendo arrebitado. O vaso que quebra e ninguém faz questão de arrumá-lo, afinal, ele não precisa de conserto nenhum, sua nova forma é seu novo modo de ser.

Rupturas.

NÓ(S), doze acadêmicos de Jornalismo da Universidade Feevale, fomos em busca de rompimentos de padrões, de pessoas corajosas que mudaram suas vidas, por vontade própria ou porque o destino as levou a isso, pessoas que

enfrentam olhares atravessados de muitos outros, mas há muito tempo deixaram de se importar. Buscamos trazer novas percepções para fatos que a sociedade não está acostumada a ver.

O tema "Rupturas" como enfoque da segunda edição da Revista foi escolhido por todos esses fatores citados acima. Nós, enquanto uma turma e um grupo, concordamos que cada ser humano é único e merece poder transbordar toda a essência que há nele, independente das formas definidas como aceitáveis ou não pelos padrões impostos pela sociedade.

Como estudantes de Comunicação, refazemo-nos diariamente, e achamos, através dessa revista, o momento oportuno para falar sobre desconstruções. Queremos mostrar para todo mundo que é bem melhor

ser uma metamorfose ambulante, do que ter aquela velha opinião formada sobre tudo, como bem disse Raul Seixas, e nós concordamos.

As novas formas de viver, os diferentes tipos de comportamento e os paradigmas apresentados em nossas produções apontam que o que vale a pena mesmo, hoje em dia, é ser feliz do jeito que cada um considerar melhor, sem limites ditados pelos outros.

Para todos NÓ(S), desejamos muita singularidade e RUPTURAS! Esperamos que, de alguma forma, você rompa padrões CONOSCO!

*Bianca Dilly e  
Barbara Viacava*  
Acadêmicas de Jornalismo

*Quem somos*



## NÓ(S)

Revista NÓ(S)  
Produzida pelos alunos da disciplina  
de projeto IV - Jornalismo de Revista

**Reitora**

Profª Dra. Inajara Vargas Ramos

**Chefe de Gabinete**

Luciane Kayser Costa

**Pró-reitor de Pesquisa e Pós-Graduação e Extensão**  
Prof. Dr. João Alcione Sganderla Figueiredo

**Pró-reitor de Administração**  
Prof. Me. Alexandre Zeni

**Pró-reitor de Inovação**  
Prof. Dr. Cleber Cristiano Prodanov

**Pró-reitora de Ensino**  
Profª Dra. Cristina Ennes da Silva

**Diretora do Instituto de Ciências Sociais Aplicadas**  
Profª Me. Angelita Renck Gerhardt

**Coordenadora do Curso de Jornalismo**  
Profª Me. Adriana Stürmer

**Orientação**  
Profª Me. Rosana Vaz Silveira  
Profª Me. Vanessa Dalpizol Valiati  
Profª Dra. Neusa Ribeiro

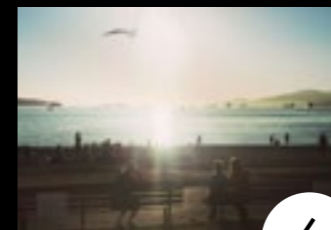
**Projeto Gráfico**  
Equipe NÓ(S)

**Capa e Verso: arte, foto e modelo**  
Mariana Devogeski

**Reportagem e Diagramação**  
Alex Günther, Bárbara Viacava, Bianca Dilly, Carla Fogaça, Clara Machado, Jéssica Coffferri, Jéssica Antero, Layne Maciel, Taylor Abreu, Wendel de Matos e William Brizolla

blogrevistanos.wordpress.com

## sumário



Começar. De novo

6



Modern(idade) líquida

12



Fluidez do ser

18



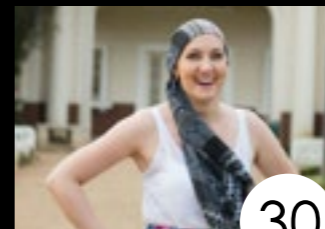
O amor multiplicado

24



Maternidade sem romantismo

26



Câncer tem cura. E depois?

30



Libertamente

34



Rap Caviar

40



Geração Canguru

42



O corpo que eu tenho, o corpo que eu amo

46



Adrenalina na veia

52



As (in)definições de família

58

## Viagem como profissão

Após seis anos trabalhando no grupo RBS, três deles como colunista social do jornal Zero Hora (ZH), Fernanda Pandolfi, 29, vida e carreira estabilizadas, sentiu que estava infeliz e que não levava a vida da maneira que gostaria. O problema estava longe de ser o dinheiro, mas por causa dele, com uma proposta de sua chefe, ela quase continuou seguindo o mesmo caminho que percorria desde que se formou em jornalismo na faculdade. Também não era insatisfação com a equipe e colegas de trabalho. Foi um pedido de socorro que batia em seu peito e ela decidiu ouvi-lo. “Chegou um momento da vida que eu queria fazer coisas diferentes, e como colunista social eu ficava presa. Eu tinha uma página diária, muita demanda e não conseguia tocar um projeto paralelo a isso. Vi que meu lado jornalístico estava ficando em segundo plano e pensei que precisava virar essa chave. Achei que era hora de tocar um projeto autoral e comecei a desenvolver o [site] *Ida e Volta*.”

Texto e Fotos: Bárbara Viacava  
[barbaraviacava@gmail.com]

# Começar. De novo

**P**or muito tempo o único modelo de trabalho imaginado pelas pessoas – e talvez até idealizado, por que não? – era aquele realizado dentro de um ambiente fechado, com uma mesa, papéis, computador e alguns outros itens necessários. Mas os desejos de emprego daqueles que nasceram após os anos 80, na era da tecnologia, chamada de geração Y, e também das gerações que a sucedem, mudaram. Os jovens não querem mais trabalhar oito horas por dia, bater cartão de entrada, de saída, só para conseguirem juntar dinheiro para se aposentarem tranquilos. Não. As pessoas buscam hoje estar em um trabalho que as dê realização e felicidade, e não um peso, feito somente por obrigação – e dinheiro. Os jovens de hoje buscam aproveitar o agora, sem criar pretensões para um futuro que pode ou não chegar.

Conforme estudo encomendado pela Confederação Nacional de Comércio (CNC), realiza-

da pelo Instituto Brasileiro de Planejamento Tributário (IBPT), entre 2007 e 2014 o número de micro e pequenas empresas cresceu mais que o dobro no Brasil. Segundo a plataforma online Empresômetro, uma pesquisa também elaborada pelo IBPT, existem hoje mais de 19 milhões de empresas ativas no país, de pessoas que apostam suas ideias e seu dinheiro em sonhos que podem se tornar realidade, e, dessas, mais de 15 milhões são micro e pequenas empresas.

Hoje em dia é difícil definir um modelo padrão de trabalho, pois há uma infinidade de possibilidades. Existem aqueles que viajam o mundo e relatam suas experiências na internet, há quem pediu demissão para abrir um restaurante de comida tailandesa, quem faça mandalas para vender na beira da praia e quem trabalhe em uma grande e bem-sucedida corporação. Evidentemente também existem, e em grande quantidade, aqueles que trabalham em escritórios fechados, às vezes, por realmente gostarem daquilo que fazem, às vezes, por precisarem do dinheiro que estão recebendo, como em muitos outros empregos.

Bárbara Viacava

Site Ida e Volta / Reprodução

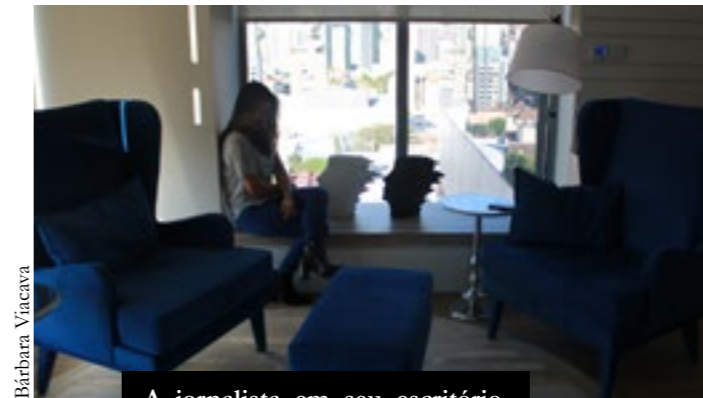
Bárbara Viacava



Fernanda Pandolfi deixou seu emprego no jornal Zero Hora e abriu um site com dicas de viagens



Uma das experiências já contadas no site Ida e Volta é sobre o Rio de Janeiro



A jornalista em seu escritório, localizado em Porto Alegre

A coragem de quem ousou apostar em novas – e inesperadas – trajetórias, provocando o recomeço da vida

Site Ida e Volta / Reprodução

Com uma agenda lotada, Fernanda explica a sua condição atual de trabalho. “Podemos agendar a entrevista na próxima semana, pois vou estar em Porto Alegre”. E, através desse e-mail, pode-se notar que ela é uma pessoa que viaja muito, e raramente encontra-se na capital gaúcha, cidade onde mora. Na semana que antecedeu a entrevista, ela estava em Vancouver, no Canadá, e, na semana seguinte, viajaria para Nova Iorque, nos Estados Unidos. Mas não pensem que as viagens feitas por ela são por lazer. Hoje, o trabalho da jornalista é viajar pelo mundo.

Site Ida e Volta / Reprodução



Viagem para Nova Iorque, relatada no site Ida e Volta

## Ida...

A transformação de Pandolfi começou quando ela foi diagnosticada com depressão e percebeu que precisava mudar de vida após passar por essa fase difícil. “Eu me sentia sem vida e achava isso normal”, relata a jornalista. “Meu celular estava sempre tocando e recebendo mensagens, minha caixa de e-mail sempre cheia, eu recebia muitos presentes pelo correio, o tempo inteiro eu estava ocupada, mas quando chegava na sexta de noite eu estava sozinha, sem ninguém”, comenta. E então ela percebeu que isso estava errado, teve crise de ansiedade e decidiu participar de um curso de autoconhecimento, “Foi quando me deu o clique e comecei a desenvolver um site”, diz Pandolfi, que, a partir desse ponto, entendeu a necessidade da mudança.

O projeto desenvolvido foi um site, chamado *Ida e Volta*, para relatar viagens feitas por ela, e tudo que envolve esse am-

biente. Lugares que ela frequenta durante os passeios, roupas para usar, e histórias de pessoas que cruzam seu caminho. “Eu gosto muito de escrever sobre pessoas e lugares, e achei que viagem seria um bom jeito de encontrar pessoas diferentes e de todos os tipos”, comenta.



Site Ida e Volta / Reprodução

Fernanda esteve em Vancouver em viagem ao Canadá

Pandolfi se considera experiente em viagens, e acredita que isso é muito importante, pois já tem um conhecimento para entregar aos seus leitores. Ela começou a viajar com 18 anos, quando foi para Nova Iorque, e quando voltou percebeu-se uma nova pessoa. Viu ali o quanto as viagens podem transformar nosso modo de agir e pensar, e resolveu que duas vezes por ano faria as malas rumo a um novo destino. Em 10

anos conheceu, pelo menos, 25 lugares diferentes, e agora resolveu transformar essa paixão em profissão.

O processo de suas novas atividades envolve contatos e parceiros. Para ir para algum destino, primeiro ela vai atrás de alguma agência ou uma marca forte

que a apoie financeiramente. Juntos, eles estabelecem roteiros, criando blocos de viagens. Também pode ter parceria com hotéis, ou receber uma verba para fazer *publiposts* – postar algo nas redes sociais mencionando a marca. Outra forma pela qual ela recebe dinheiro são os anúncios no site, que são fechados por períodos, e *branded content* – viajar para algum lugar e produzir vários conteúdos de qualidade para determinada marca.

## ...e volta

Além das viagens para o exterior, a jornalista também pretende aplicar a sua experiência em atividades na região e na cidade onde mora, Porto Alegre, contando um pouco sobre lugares para visitar e eventos que estejam acontecendo. Ela diz não querer perder a identificação com o estado. “Tem muita coisa legal acontecendo na cidade e também na região. Em Gramado, Canela, São Francisco de Paula, por exemplo. Quero muito viajar para lugares aqui dentro do Rio Grande do Sul também”, comenta Fernanda, que, por vezes, até nos momentos de lazer acaba trabalhando. “Às vezes eu saio, de dia ou de noite, e vou em algum lugar que tenha um serviço bacana e divulgo aquilo no meu site. Não é algo comercial, não é pago, mas são coisas de qualidade que eu gosto e acho que merecem ser divulgadas”, conta.

Há menos de meio ano do pedido de demissão, ela já percebe que está diferente e que tomou a decisão certa no momento certo de sua vida. “Depois que saí da ZH percebi que as pessoas abdicam de algum tempo do trabalho para fazerem suas coisas, irem à academia, na natação com os filhos, eu não, eu não tinha nada”, conclui.



Site Ida e Volta / Reprodução

Quebec, no Canadá, foi mais um dos destinos da jornalista

## INVESTIMENTO E RETORNO

A jornalista contabiliza em R\$ 9 mil os gastos para desenvolver o site e comprar alguns equipamentos, como um computador e câmera. Algumas matérias publicadas no *Facebook* são impulsionadas, e ela também conta com duas pessoas que a auxiliam no projeto – tendo esse custo mensal. Portanto, como um investimento inicial, Fernanda gastou aproximadamente R\$ 16 mil. Ela conta que tinha um dinheiro guardado de quando trabalhava na Zero Hora, e também o dinheiro da rescisão, que ajudaram nos gastos iniciais do projeto.

O retorno financeiro que Fernanda tem é bom, pois ela supre as despesas obtidas. Conseguiu realizar algumas viagens já com patrocínio de agências e marcas, mas acredita que essa é a parte mais difícil em manter seu próprio negócio: não ter dinheiro entrando na caixa todo dia cinco, pois precisa de um controle maior com seus gastos. “O mais complicado é isso, ser empreendedor e ter que administrar um mês que pode entrar muito dinheiro, e outro que pode não entrar nada. São preocupações que nunca tive”, relata ela.

## A música como profissão

A vida que o músico James Lima tem se parece um pouco com a de Pandolfi, pela quantidade de viagens realizadas. Em uma passagem de quatro dias pelo Rio Grande do Sul, o vocalista da banda carioca *Seu Cuca* aceitou conversar um pouco sobre a sua carreira e sua trajetória de vida. Ao entrar em seu novo apartamento em Porto Alegre, adquirindo há um mês, ainda com poucas mobílias, Lima comenta sobre a afinidade que tem com a capital gaúcha.

Ele mora no Rio de Janeiro com os pais, mas como viaja com frequência com a banda para o RS, decidiu adquirir um imóvel na cidade. Aos 41 anos, diz-se realizado na vida. “Após a gravação do DVD no [bar] Opinião, em Porto Alegre, que foi em 2015, considero que estou passando pela melhor fase com a *Seu Cuca*. Em 2006, quando tivemos um hit tocando na novela *Malhação*, da Rede Globo, foi ótimo também, porque isso impulsionou a banda, mas hoje é melhor”, fala o músico.

Ele toca violão desde os

nove anos, e começou a ter banda aos 15. De lá até a *Seu Cuca*, ele passou por quatro diferentes bandas, sempre levando isso junto com os estudos e atividades paralelas. “Não achava que ia ser profissional, não tinha nenhum músico na minha família, então, inicialmente, eu tocava como um *hobby*”, relata, explicando também que ao entrar na banda na qual segue até hoje percebeu que a música como uma profissão começou a virar algo mais concreto, pois realizavam vários shows, principalmente no Rio de Janeiro.

Graduado em engenharia elétrica, com pós-graduação em telecomunicações e efetivado como engenheiro quando trabalhava em uma empresa de telefonia, ele se decepcionou com o processo seletivo e as funções delegadas a ele nesse emprego, e começou um mestrado em Marketing. Foi nesse ponto da vida que Lima encontrou-se questionando o que queria para o futuro. “Eu me lembro exatamente do dia”, e relata que chamou seu pai e foram à praia conversar sobre seu destino. Ele precisava decidir se continuaria no trabalho ou não, pois não se considerava feliz. “Meu pai



James Lima considera Porto Alegre sua segunda casa



O músico James Lima em seu novo apartamento, em Porto Alegre

falou: o máximo que pode acontecer é você ter que trabalhar de novo”, diz o vocalista, afirmando a grande importância que tiveram as palavras do pai nesse momento decisivo da vida dele, afinal, poderia ter sido mais difícil se o pai pedisse que ele continuasse trabalhando. “Eu acabaria saindo de lá, mas iria demorar mais. Ele me encorajou”, disse.

Da dedicação à banda *Seu Cuca*, vem uma parte de seu dinheiro mensal, mas além disso, James Lima tem um projeto musical paralelo, que se chama *Naked for no reason*, na qual ele e outro companheiro da *Seu Cuca* tocam músicas acústicas de outros artistas. Com as duas bandas, ele consegue tirar dinheiro suficiente para viver. Porém, é de outro negócio que consegue ganhar um extra: o cantor importa guitarras e as vende no Brasil. No início, fazia isso para juntar um dinheiro a mais, mas hoje os papéis se inverteram. “Eu conseguiria viver da banda, mas com pouco, não tão bem”, diz Lima, contando que os outros participantes da banda também se envolvem em projetos paralelos, um deles na música e dois no esporte.

Sobre seus momentos de inspiração para a música, James Lima relata que trabalha bem sob pressão, quando tem prazo para fazer um CD, mas também percebe que, quando não força sua cabeça a isso, flui algo bom. “Às vezes, quando eu estou no banho surge uma melodia ou uma letra na cabeça”, comenta.

Devido à intensa agenda, ensaios e rotina com a banda, hoje o *hobby* do vocalista é ler sobre os mais diversos assuntos possíveis, e também viajar.

Encerro minha entrevista com o músico James Lima conversando sobre seu próximo plano de viagem, e desejo a ele que a experiência seja boa. A aventura já tem data marcada e motivo: outra paixão, o surfe.

## MAS SERÁ TÃO FÁCIL?

Além dos casos de sucesso, também há casos de pessoas que tentaram mudar de vida e não conseguiram. A jornalista Yasmin Gomes escreveu um texto que repercutiu nas redes sociais, intitulado “A juventude que não pode largar tudo para viajar o mundo ou vender brigadeiro”, no qual ela descreve a importância de sabermos que há muitas pessoas que não conseguem mudar de vida, mesmo que queiram. “Às vezes, para colocar seu sonho em prática você não pode largar tudo, você precisa do seu emprego, que talvez não ache uma maravilha, para conseguir dar andamento ao seu ideal de vida”, diz Gomes.

Ela também diz que a faixa social que pode abandonar o emprego não é a predominante, mas é colocada em foco. “Se os pais podem ajudar os filhos a saírem de casa, isso é ótimo, mas, os que não conseguem precisam que saber que também é normal”, comenta.

Leia o texto completo de Yasmin em:

<http://migre.me/vzhQL>



# MODERN [IDADE] LÍQUIDA

*A ruptura é comporta(mental) quando idade não define padrão*

**Texto e fotos: Bianca Dilly**  
[dillybianca@gmail.com]  
Vetores e ilustrações: Freepik, Shutterstock, One Project Closer

Joana adora tatuagens. Tem duas. Milena as considera uma bobagem. Não faria. A primeira adora viajar. Se pudesse, viveria no mundo. A outra prefere a tranquilidade. Gostaria de ter uma casinha no interior, para fugir do movimento da vida moderna. Uma não dispensa convites. Seja para um show, para passear e até sair para dançar. Já a outra não curte baladas. Acha melhor evitá-las. Uma é adolescente. A outra, idosa. Joana tem 63 anos. Milena, 17.

Joana usa o smartphone para se comunicar com os filhos

As duas pessoas citadas podem ser consideradas um exemplo do que vem acontecendo na nossa sociedade. Padrões tidos como inflexíveis passaram a se modificar com a mesma velocidade das mudanças tecnológicas. Essas rupturas comportamentais caminham ao lado da fase em que vivemos e reafirmam a teoria da modernidade líquida, proposta pelo sociólogo Zygmunt Bauman. Com a atual globalização, por exemplo, não é mais surpresa que, enquanto uma parcela da população idosa está cada vez mais ativa, parte dos jovens torna-se mais reservada, adotando um estilo de vida anteriormente característico de quem tem a idade mais avançada.

“O que é coisa de velho e o que é coisa de novo?”

Joana Viana teria tudo para se tornar uma clássica aposentada, que vive para cuidar do marido e da casa. Para começar, já avisa que não é casada: “É meu namorado”. Ela continua exercendo tarefas administrativas na empresa em que é contratada há mais de 20 anos, e sequer mora numa casa considerada tradicional para pessoas da

sua idade. Nada de cadeira de balanço ou varandinha para observar o movimento no final da tarde. Seu lar é o último andar de um amplo, iluminado e moderno apartamento no centro de Campo Bom. De maquiagem feita, unhas com aplique de gel e ntadas de verde metálico, a gestora de contas frisa: “Eu deixo o tempo correr atrás de mim, e não fujo dele. Ele tá tentando me pegar faz horas, mas eu não admito. Muitas vezes o meu corpo até diz que eu tenho 63, mas a minha cabeça não admite. Eu faço molecagem, eu faço brincadeira”, conta.

Por outro lado, Milena Bender Holdefer, 17, moradora da cidade de Ivoti, não valoriza tanto a vaidade. Pintar as unhas, até pinta. Mas é mais do estilo do vestidinho soltinho e dos pés no chão. “Eu tenho pensamentos bem de um jovem idoso. Só que é uma coisa, do meu ponto de vista, muito boa. A gente acaba tendo valores que esses outros jovens não têm. Eles vão pra balada, fazem de tudo, usam drogas, bebem e no outro dia chegam em casa e não têm nada igual”, relata a estudante ivotiense de magistério, que sonha em se tornar professora



A gaita é uma das paixões

de Milena

de alemão e frequenta grupos de encontros de jovens da igreja católica.

Para a psicóloga Charlotte Beatriz Spode, esse novo cenário faz parte do rumo natural das coisas: “Hoje a gente tem muito mais formas de existir, de ser no mundo, do que os padrões mais fechados de tempo atrás. Então, embora sempre existissem as mudanças, nas últimas décadas elas vêm se acelerando. E os padrões, o que é ser velho e o que é ser jovem, eles estão se perdendo” explica.

Um dos fatores que contribuem para o novo perfil da terceira idade é o aumento na expectativa de vida dos brasileiros. Até 2055, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) prevê que o número de pessoas com mais de 60 anos seja maior do que os com 29. Hoje, a população considerada idosa já representa 17% do total em nosso país. Pelo constante avanço da medicina, aumento de renda, escolaridade e proporção de domicílios com saneamento adequado, essa porcentagem não deve parar de crescer.

Seu Armin Rudy Blos é a representação desses dados. Com 88 anos de expe-

riência vividos, o viúvo tem a mesma vivacidade que um garoto de 12. Seu novo gato de estimação, o Calvin, reflete um pouco da personalidade brincalhona e travessa do idoso.

### “Os padrões [...] estão se perdendo

O campobonense não deixa a rotina da aposentadoria atacar, e continua fazendo o que fez durante toda a sua vida: dedicar-se à comunidade. “Vivo como um aposentado, mas não atirado nas cordas. Porque eu acho que muito importante pra um idoso se manter é ter atividade, ter objetivos, metas. Faço parte do Clube Rotary e da Fundação Cultural. Participo das comissões da Festa do Sapato. Estou à disposição para ir junto. A idade não pode ser limite. Sempre se é útil para alguma coisa”, declara.

### SAÚDE NÃO TEM IDADE

Ao conversar com seu Armin, percebe-se que toda essa energia também está

presente em seu cuidado com a saúde. Ele segue a recomendação médica e pratica exercícios físicos regularmente: “Eu faço academia pra manter a forma. Vou três vezes por semana fazer bicicleta ergométrica e alguns exercícios musculares, pra meus músculos não ficarem flácidos. A academia é importante”, diz.

E realmente, esse simples hábito pode ser responsável por uma diminuição de 40% no risco de morte em idosos, segundo um levantamento publicado no *British Journal of Sports Medicine*. Nesse sentido, os mais novos perdem para os mais velhos. A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) aponta que apenas três em cada dez adolescentes são considerados ativos, ou seja, fazem 300 minutos ou mais de exercício por semana, o que equivale a uma hora de atividade física, cinco dias por semana.

Com o passar do tempo, para a vida adulta, esses números do sedentarismo aumentam. O “esporte” preferido de Rosa Thaís Figueira, 20 anos, é dormir. A jovem acadêmica não pratica exercícios por preguiça e lamenta a correria de trabalhar em turno integral e ainda cursar

Devido à correria diária,

Rosa não pratica esportes



a faculdade de Estética e Cosmética à noite: “Quando eu tô em casa, eu quero ficar em casa. Dormir. Tem gente que diz pra mim ‘Ai, é perda de tempo dormir’. Mas eu tenho uma semana tão cansativa, e quando chega a sexta-feira, a única coisa que eu quero é dormir por horas. Então, se eu consigo fazer isso, pra mim tá maravilhoso”. A cama da moça, ainda por fazer, credita e ilustra o seu depoimento.

De acordo com a psicóloga Charlotte, cada um tem uma forma de aproveitar a vida. Não há o “jeito certo”. Para um adolescente, ficar na frente da tela do computador, jogando um game, pode ser tirar o melhor proveito dos seus dias. Mesmo assim, a especialista garante que é preciso adotar o equilíbrio: “O corpo precisa de exercício, assim como a mente precisa de exercício. Tem um ditado que diz assim: ‘Mente sã, corpo sã’. Poder trabalhar essas duas coisas. E sim, isso garante longevidade”.

### TECNOLOGIA: MAIS ENCONTROS, MENOS CONFLITOS

A internet, considerada campo de maior domínio

dos jovens, também vem se alterando. As redes sociais já não são espaço exclusivo dos mais novos: 5,2 milhões de pessoas com mais de 60 anos já utilizam regularmente a *web* no país, conforme a pesquisa feita pelo Instituto Locomotiva, de São Paulo. Desse total, 4,8 milhões de novos usuários surgiram nos últimos oito anos, o que equivale a 940%. O que continua impressionando é o tempo que os jovens passam utilizando as redes. São, em média, seis horas diárias gastas, segundo relatou o estudo da agência paulista B2.

Joana Viana busca no *Facebook* e no *WhatsApp* formas de se comunicar com os dois filhos que moram no exterior. Para assistir a um bom filme, até vale recorrer à *Netflix*. “Tudo que tu imaginar que eu posso aprender, eu tô buscando e quero aprender mais ainda. Acho que a gente tem que estar sempre atualizado. Porque hoje o mundo é uma conexão geral. Se tu não aprender, se tu não souber fazer isso, tu para no tempo”, salienta, tendo em mãos o *iPhone* repleto de fotos e conversa com amigos.

Porém, nem todos os idosos têm essa mesma abertura. Armin já se con-

Música clássica alemã é a

trilha sonora do iPad

de Armin





sidera “arredio” para a modernidade. Até usa o aplicativo de trocas de mensagens instantâneas e adora o *iPad* para escutar música clássica alemã onde estiver, mas sempre fica com um pé atrás. “O uso excessivo dos contatos interpessoais via virtual, a relação virtual, essa não é sadia. Ela é boa em certos momentos, mas fazer disso um uso constante acho que não faz bem pro ser humano”, sublinha.

No número de redes em que estão presentes, os jovens continuam vencendo. Rosa e Milena acessam diariamente, além dos já citados, o *Instagram* e o *Snapchat*. Ambas não se consideram usuárias viciadas e acreditam que há um limite para essas atividades. “Eu acho que quando é usado em excesso, não é bom. Mas eu uso por questão de trabalhar com rede social também”, descreve Rosa, que cria as postagens de *Facebook* para a clínica odontológica em que trabalha. Para Milena, essa é uma maneira de escapar da rotina. “Eu gosto bastante e, ao mesmo tempo, acho que é uma perda de tempo. Mas eu gosto porque é uma coisa que me entretém e dá um tempo pra cabeça das coi-



Milena gosta de livros que abordem a História Mundial

sas que eu tenho pra fazer”, resume a garota, que tem o costume de carregar sempre consigo o *smartphone*.

### “Encontro de posições, onde antes se poderia falar em conflito de gerações”

O professor e sociólogo Henrique Alexander Grazzi Keske acredita que o acesso das pessoas mais maduras aos meios de informação e comunicação permitem a participação dos mesmos em todas atividades sociais, sem distinção. Da mesma

forma, isso leva à diminuição nas diferenças anteriormente vistas nas múltiplas faixas etárias. “Aqui, a lógica até então vigente se inverte: antes tínhamos um velho conservador e um jovem de vanguarda; agora temos um velho liberto, que sabe o que quer, porque viveu. E um jovem conservador, que precisa assumir certas posições pessoais e sociais. Assim, quando comparamos os perfis, pode-se perceber uma certa homogeneidade, no sentido de encontro de posições, onde antes se poderia falar em conflito de gerações”, define.

## VIAJAR

Não é apenas o oxigênio “normal” que mantém as pessoas vivas. O ar que preenche os pulmões pode estar presente também em outras coisas. Para muitos, viajar traz novos ares e torna-se combustível essencial para o corpo. Contudo, se na internet os novinhos ainda são maioria, quando se fala em viagens os idosos aproveitam mais.

Sair para conhecer o mundo muitas vezes é uma prática deixada para o final das suas vidas, após a estabilização profissional e a constituição de uma família. Rosa tem o desejo de, quando ficar mais velha, viajar mais. “Querida fazer muitas viagens, mas estudando não sobra tempo nem dinheiro. Eu queria muito conhecer Paris”. Para lembrar desse sonho, a jovem mantém uma miniatura da Torre Eiffel na mesa de cabeceira, ao lado de sua cama.

O Ministério do Turismo calculou que, em 2014, os

brasileiros com mais de 60 anos realizaram pelo menos 18 milhões de viagens. Nos últimos quatro anos, esse aumento equivaleu a 11%. Além disso, essa parcela da população já corresponde a 15% da carteira de clientes das agências de viagem. “Cada viagem diferente que tu faz, não importa se é pra Europa, pros Estados Unidos, ou aqui no Brasil, cada uma tem um quê de novidade, tem um gosto diferente e motiva pra próxima. Países que eu já conheço são Itália, Bolívia, Estados Unidos, e tem bastante coisa ainda. Minha próxima meta é conhecer Portugal”, lista Joana, que coleciona copos como lembrança dos locais que visitou e os exibe em sua sala de estar.

Nas mãos enrugadas, Armin segura os registros dos diversos lugares em que esteve. Enquanto tiver pernas para conduzi-lo, ele afirma que não deixa de fazer planos: “Conheci Alemanha, Áustria, República Tcheca, Itália, e os nossos vizinhos, Argentina e Uruguai. E ainda tem uma viagem em vista, né. Países escandinavos. Viajo pela satisfação pessoal de conhecer outras regiões. Gosto de fazer. Conhecer

novas cidades e os costumes da sua gente”.

O sociólogo Henrique lamenta quando essa liberação das regras de conduta sem sentido só acontece no período final das vidas. Levar tanto tempo para fazer o que se tem vontade é, literalmente, uma perda. “Lastimo que, muitas vezes, os jovens se vejam como que presos a certas imposições sociais que os velhos levaram, então, uma vida inteira para se libertar, o que só conseguiram fazer agora. Entretanto, descobrir isto é uma tarefa difícil e que requer muito tempo para serem, realmen-

te, assimiladas e realizadas”, ressalta Keske.

## FIM DA CAMINHADA?

Que sejam 10, 20, 30 ou 50 anos. Todos ainda temos um futuro para pensar e planejar. Até o último respiro, sempre há do que se tirar proveito. Joana e Milena já decidiram quais são seus próximos planos.

“A melhor época da minha vida acho que é agora. É o momento. Sempre. A gente tem que aproveitar o hoje e o meu objetivo maior é viver com qualidade de vida.



O uso de maquiagem é diário para Joana

Trabalhei bastante, agora quero viver bastante daqui pra frente, com qualidade. Acho que tudo que uma pessoa de 30, ou até menos, pode fazer, eu posso, eu consigo. Tudo que eu quero, a idade não me prende. Então, se eu sou uma idosa, sou uma idosa jovem”, discursa uma Joana que estuda língua inglesa com o objetivo de ser fluente no idioma, para se tornar cada vez mais livre.

“Agora eu tô estudando pra que no futuro eu possa ter uma vida tranquila e possa aproveitar tanto com a minha família, quanto viajando. Pretendo morar bem no interior, numa chácara, e viver tranquila. Ficar lá com meu marido, porque provavelmente os filhos já vão ter saído de casa. Ter alguns animais talvez e viver uma vida bem tranquila, sem me preocupar com trabalho, horário, serviço”, são os anseios de uma Milena que não segue os padrões tradicionais brasileiros. Toca gaita porque gosta e não se importa com o que os outros pensam.

“O que é coisa de velho e o que é coisa de novo? Talvez seja a cabeça das pessoas e não mais tanto o seu corpo”, finaliza a psicóloga Charlotte Spode.



## Quando a ruptura da identidade e da performance atinge o humano

Texto: Wendel de Matos  
[wendel.matos@outlook.com.br]  
Ilustração: Freepik

**A**final, o que significa gênero? É algo que nasce com a gente? Seria ele algo que nos é designado no momento que nascemos? Que relação tem com nosso sexo biológico? Nossas ações, gestos, comportamento, moda, de alguma maneira influem em tudo isso? Quando o tema é o gênero e suas pluralidades as pessoas tendem a fazer uma série de questionamentos. Gênero é um recurso para diferenciar socialmente as pessoas, levando em consideração os padrões histórico-culturais. Além das pessoas trans (mulheres e homens transgênero ou transexuais) e cisgênero (pessoas que se identificam com seus gêneros biológicos) ainda existe uma camada não muito representada de pessoas que não se identificam com nenhum gênero, eis que surge o termo gênero fluido. Elas simplesmente não vão de acordo com os construtos sociais identificatórios, elas vão contra a corrente, nos instigam.

Para entender mais o assunto – pois somos uma revista de curiosos – fomos atrás de histórias e de um estudioso para nos explicar mais sobre o assunto. Conversamos com o doutorando em comunicação Dieison Marconi, da UFRGS. Dieison desde sua graduação faz pesquisa relacionadas a sexualidade e identidade, no Mestrado foi para a área do cinema saber mais da representação dos personagens LGBT nos filmes e documentários, o que pode ser entendido como cinema queer.

Leia agora mais sobre gênero fluido e queer em uma entrevista repleta de informação.

Arquivo pessoal



**Dieison Marconi**  
Doutorando da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

**Revista Nó(S)** - O que significa o termo gênero fluido?

**Dieison Marconi** - Vejo as pessoas utilizando o termo para se (auto) referirem aos que não identificam-se no binômio cisgênero x transexual, homem x mulher, masculino x feminino. A nossa cultura, não apenas no que tange as questões de sexo/gênero é inteiramente dicotômica. O bem e o mal, o dia e a noite, o negro e o branco, a direita e esquerda, o homem e a mulher, a cultura e a natureza, o masculino e o feminino, o gay e o heterossexual, o transexual e o cisgênero. O problema desses binarismos é que eles deixam interdito uma série de pessoas e experiências que não estão subjetivamente e socialmente adequados dentro de um binômio fixo que não passa de construto cultural travestido de natureza. E o que nós chamamos de natureza só pode ser apreendido através da linguagem e da cultura. Penso também que é impossível colocar limites fixos do que é o natural e o cultural. Mas se nós entendemos isso, fica mais fácil reconhecer que há sim pessoas que não estão e nem precisam estar adequadas a fixidez das identidades de sujeito e que transitar ou fluir é uma vivência de gênero que precisa ser respeitada e compreendida. As nossas vivências de sexo/gênero (e penso sexo/gênero como intercessão) nunca serão inteligíveis o suficiente para essas categorias identitárias que nós criamos ao longo da história.

**Revista Nó(S)** - Desde quando você acha que essa temática entrou em voga e virou foco de estudos atuais?

**Marconi** - Não penso que a teoria queer ou mesmo outras perspectivas de estudos de gêneros e sexualidades está, necessariamente, em voga e que viraram foco de estudo, até porque, são estudos que mal estão institucionalizados. A teoria ou estudos queer, por exemplo, existe desde o final dos anos 1980/início de 1990. E aqui no Brasil nós temos gestado correntes de pensamento queer desde o início dos anos 2000. O que há hoje é sim uma recente popularização destes estudos. E de um lado me agrada essa popularização, por que eu acredito que a difusão de conhecimento é necessário para entender e combater esses tempos difíceis que estamos vivendo. Apenas penso que devemos tomar cuidado para que essa popularização dos estudos queer não os coloque em um nível de superficialidade.

**Revista Nó(S)** - Explique para os leitores da Revista Nó(S) o que é a teoria queer.

**Marconi** - A teoria queer é uma corrente de pensamento que elabora uma analítica da normalização de sexo/gênero, isto é, entende a sexualidade como um dispositivo histórico de produção, controle e regulação sexual. Não é um conjunto de estudo sobre o gay, a lésbica, o bissexual ou sobre as pessoas transexuais, mas sim sobre os processos de categorização histórico e social que elaboraram essas pessoas como sujeitos de sexos/gêneros dissidentes e que, em função disso, são violentados e desumanizados. Estes sujeitos escapam da inteligibilidade cultural de um sexo saudável, um gênero coerente e um corpo inteligível. Então são estudos que se dedicam a entender, por meio de um método desconstrutivista, as ordens genericadas e sexuadas na nossa cultura.

## PATRICK E O “POVO DO ARCO-ÍRIS”

### Artista fala de sua androgenia, arte e mostra sua peculiar e envolvente visão de mundo

Longos cabelos azuis, pele clara, corpo esguio e rosto com delicados traços. Estas são as marcantes características físicas do artista Patrick Rigon, 32, que nos conta em entrevista sua narrativa de vida e a fascinante visão de mundo. Não é apenas com sua irreverente androginia que Patrick impressiona, ele é pintor e produz obras de arte que são trabalhos repletos de sentimento e vida.

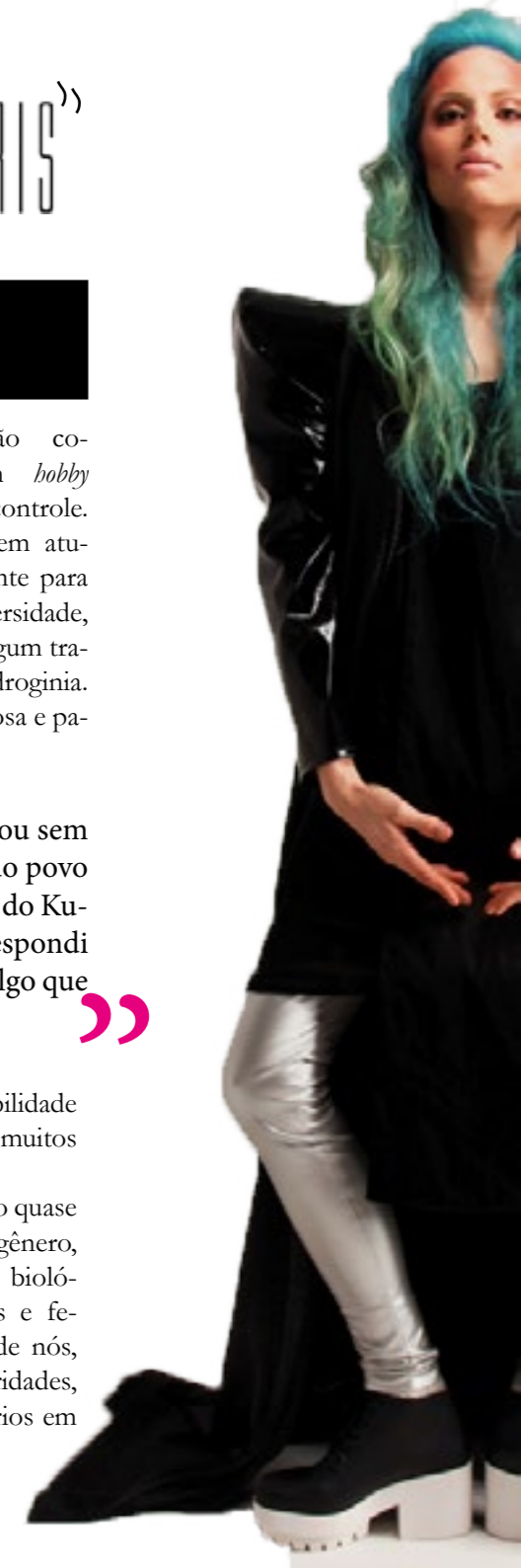
E pensar que sua profissão começou ao acaso, como um *hobby* que de repente fugiu do controle. Nos últimos tempos também vem atuando como modelo, principalmente para campanhas que abraçam a diversidade, moda *genderless* (sem gênero) ou algum trabalho com temática ligada à androginia. Tudo isso de maneira despretensiosa e paralela à arte, explica.

“Um dia um taxista, com receio de me ofender dizendo LGBT ou gay ou sem saber que letra me representava nessa sopa, me perguntou se eu era ‘do povo do arco-íris’. Achei aquilo tão lindo e poético. Poderia até ser um filme do Kurosawa ou um povo da ‘Terra de Oz’... o mítico ‘Povo do arco-íris’. Respondi que sim! Sabedoria de táxi é sempre surpreendente, nunca encontrei algo que me definisse tão bem quanto ‘do povo do arco-íris’.”

As pessoas se referem ao Patrick usando artigos masculinos, e explica que prefere assim pois já está habituado mas que não há problema algum quando as pessoas trocam (o que é bem comum em sua vida). Quando perguntado se de alguma maneira se define ou se encaixa em alguma das nomenclaturas de gênero, conta que quando se define alguma coisa, se fica restrito, limitado pela definição. “Quando não se sabe, tudo é

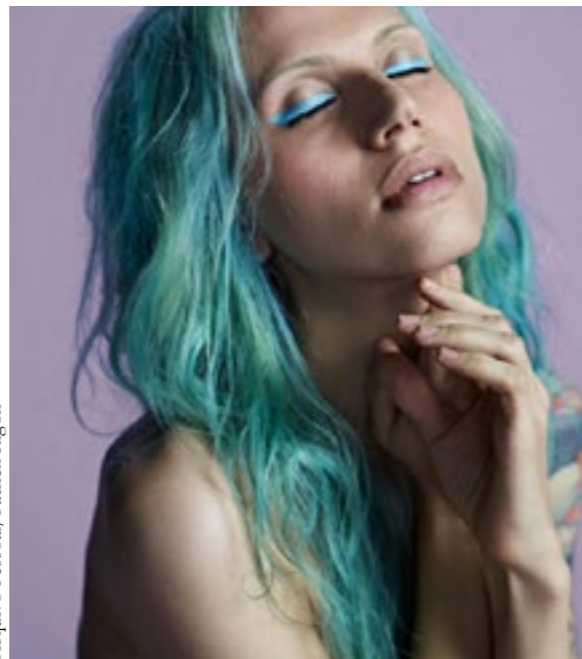
possibilidade. Prefiro ser possibilidade porque sou muitas coisas. Tenho muitos ‘eus’ dentro de mim” afirma.

O artista diz ter uma concepção quase mística em relação à questão do gênero, pensa que independente do sexo biológico existem energias masculinas e femininas que coabitam cada um de nós, como *ying* e *yang*, ou também polaridades, em diferentes vibrações e equilíbrios em cada indivíduo.



Segundo Patrick, o gênero, para muito além de uma métrica bidimensional binária, pode ser visto como um infinito de degradês, com infinitas variações. E diz não se encontrar em uma tabela Pantone dos degradês de gênero. Ainda não sabe qual é a sua definição, mas acredita que está pelo meio de tudo isso. Nascido nos anos 1980 em Cachoeira do Sul, pequena cidade do interior gaúcho, Patrick cresceu em um tempo onde se tinha muito menos acesso à informação do que se tem hoje. Nessa época, assim como muitas outras crianças pelo mundo, sofreu com o *bullying*, e passou por inúmeras situações de machismo e repressão. *Bamby*, bichona, mulherzinha, hermafrodita, viadinho, traveco. Patrick aprendeu que crianças fofas podem ser extremamente perversas com sua cruel criatividade para insultos.

Arquivo Pessoal/Patrick Rigon



Henrique Gendire

“Lembro que uma vez pedi uma Barbie de presente, nem sei se em algum momento minha mãe cogitou me dar uma ou se levou a sério o pedido, só sei que um tempo depois ganhei uma She-Ra (fiquei feliz porque a She-Ra também tinha cabelos). Naquele momento entendi que não bastaria ser Barbie, para sobreviver teria que ser princesa guerreira mesmo

(Patrick)



Arquivo Pessoal/Patrick Rigon



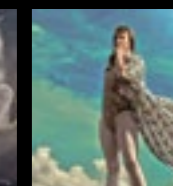
Apesar de tudo, Patrick diz nunca ter se julgado como vítima de sua própria situação. Segundo ele o povo tem medo do que é diferente, do que é desconhecido. A partir disso acontecem essas reações violentas resumidas a ódio verbalizado – e as vezes pior. Levou um certo tempo mas ele percebeu que as pessoas não eram iguais a ele. Percebeu que não se encaixava muito bem em lugar nenhum: tinha um comportamento feminino demais para os meninos e masculino demais para as meninas, então cresceu se adaptando, mas sem perder sua essência. Patrick diz ter sido divertido, encarou tudo com muita naturalidade e nunca viu suas peculiaridades como erros ou problemas. Ser ele mesmo não poderia ser uma afronta a ninguém, respeitar sua natureza não poderia ser um pecado. Um de seus maiores aprendizados foi que as pessoas são carretas e que os adultos são cheios de falhas e inseguranças, todos imperfeitos, e que não sabem de nada. O próprio Patrick é imperfeito, somos todos. Aprendeu sobretudo a ser forte e encarar tudo de peito aberto, daí toda opressão virou bagagem humana rapidamente.

## Fotografia e Ativismo: Muito prazer eu sou Bernardo

@BERNARDODALPUBEL



Gostou do tema? Quer saber mais? Você precisa conhecer o trabalho do fotógrafo Bernardo Dal Pubel. Bernardo é um homem trans de Bento Gonçalves (RS), que atua com fotografia artística e autoral, Fine Art, documentação LGBT e diversa, na arte Queer e tudo que envolva tabus. Bernardo é formado em Fotografia pela UCS-Caxias do Sul, além de frequentar o curso de Artes Visuais também. Trabalha com fotografia profissionalmente há oito anos, destes, seis foram dedicados inteiramente a arte LGBT. Com obras recebidas e reconhecidas por museus como Leslie Lohaam NY, Buenos Aires, Berlim entre outros. Atualmente, além de fotógrafo e artista, ativista, também ministra aulas de fotografia, imagem e artes. Em seu trabalho ministra também palestras sobre transexualidade, cultura LGBT e direitos humanos.



Reprodução Instagram

# O amor multiplicado

A ruptura do modo monogâmico e tradicional de se relacionar

Texto: Layne da Silva Maciel  
[layne.maciel@hotmail.com]

A monogamia é o namoro ou casamento entre duas pessoas, o tipo de relacionamento mais comum que conhecemos. Já a poligamia é a união conjugal de uma pessoa com várias outras. Mas existe também uma maneira ainda mais inusitada de amar: o poliamor. Você já ouviu falar deste tipo de relação? Nesta matéria, você entenderá um pouco mais sobre este envolvimento afetivo, que é também a ruptura de mais um dos padrões impostos pela sociedade.

O poliamor é uma relação que pode ser vivida por três pessoas ou mais ao mesmo tempo, com a concordância de todas as partes. É um relacionamento que envolve sentimentos em relação ao outro, assim como em qualquer outra união amorosa.

Segundo uma publicação do portal Brasil Escola do site UOL, o poliamor é um movimento que surgiu na década de oitenta, nos Estados Unidos, defendendo que os seres humanos seriam mais felizes e saudáveis se todos amassem e fossem amados por diferentes pessoas simultaneamente. E nestas relações, se preza a possibilidade

de envolvimento profundos, responsáveis e duradouros. Caso considerado que uma só pessoa não tem capacidade de complementar a outra em todos os aspectos, os “poliamoristas” acreditam que seu modo de vida bloqueia aquela busca constante e obsessiva de se encontrar alguém perfeito. Isso porque fica mais fácil de lidar com os defeitos de alguém se você não divide a vida somente com ele.

De acordo com a pesquisa\* realizada pela antropóloga e sexóloga americana, Leanna Wolfe, que trata das transformações nas relações poliamorosas, 70% de seus entrevistados melhoraram sua própria autoestima ao aderirem ao poliamor. Além disso, 80% afirmaram que o amor entre o casal aumentou e 97% não têm interesse em terminar o seu primeiro relacionamento.



Foto: Arquivo pessoal

Cauê, Leonardo e Thiago são casados há três anos

## Um é pouco, dois é bom, três é bom demais

Essa história de amor começou primeiro pela união do Cauê e do Thiago. Eles se conheceram em março de 2005, em uma danceteria em Porto Alegre. Se apaixonaram e em junho do mesmo ano já se casaram. Cauê e Thiago, ao longo do tempo, foram percebendo que muitos casais se separavam por causa de traição, e foi aí que começaram a ser adeptos ao poliamor, ou seja, abertos à novas possibilidades no relacionamento. Eles só não imaginavam que poderiam encontrar novamente um grande amor, até que em outubro de 2013 conheceram o Leonardo. A primeira vez que se viram foi em um evento da empresa em que trabalhavam. Os três eram colegas de trabalho, porém de regiões diferentes. E foi na festa que

aconteceu uma aproximação maior.

A relação iniciou a partir do interesse do Leonardo pelo Thiago, então eles passaram a se comunicar por mensagens no *Facebook* e *Whatsapp* como amigos. Algum tempo depois, Léo, como costuma ser chamado, começou a manter contato também com o Cauê. E assim foi surgindo um amor entre os três sem que eles percebessem. “Desde o primeiro beijo, tudo aconteceu entre nós três, sem nenhum ficar de fora. O sentimento foi mútuo e a relação foi ficando cada vez mais intensa”, contou Thiago. Depois disso, em poucos meses o Léo se mudou para a casa de seus namorados.

“Nosso relacionamento não é aberto, somos fiéis uns aos outros”, declarou Léo. E é exatamente nesses casos que se constitui o poliamor, o vínculo sentimental, e não apenas sexual entre o trio. “Não há ciúme de um com o outro dentro do namoro, somente de pessoas de fora da relação. A parceria, a vontade de estar junto e a abertura da relação para o poliamor,

pode até com certeza diminuir as chances de acontecer uma traição”, disse Thiago.

## A História do Poliamor

Segundo o sociólogo, Henrique Alexander Keske, sempre existiu na cultura humana a possibilidade do homem ter mais de uma parceira sexual, mesmo que ele fosse casado com somente uma delas oficialmente. Mas era uma exclusividade apenas para os homens, que ao longo de séculos foram ensinados a ter relações sexuais independentes. Já as mulheres eram criadas para se casarem com um único homem durante toda a vida e procriar. “A partir dos anos 60 ocorreu a liberação feminina, onde a mulher adquiriu o direito de sentir prazer no seu próprio corpo. Nesta mesma época houve o surgimento da pílula, dando a mulher o direito de ser mãe quando ela determinasse e ao mesmo tempo uma liberdade sexual maior. Com tudo isso, foi possível uma abertura para o surgimento das relações poliamorosas”, explicou Keske.

## Poliamor e infidelidade

De acordo com a antropóloga, Margarete Fagundes, as pessoas que se dizem infieis não são adeptas ao poliamor. Porque a perspectiva desse modo de se relacionar é amar mais de uma pessoa e todas saberem da existência umas das outras, diferente do que acontece nas

## RUPTURA(S)

traições. “Quem vive amores clandestinos mesmo que sejam casados, tem noção do risco das perdas no caso de se separarem. Podem ser perdas emocionais, financeiras e sociais. Neste sentido, a clandestinidade fortalece a preservação e a perpetuação do casamento monogâmico, e não o contrário, como muitos acreditam. Socialmente, essas pessoas continuam sendo vistas como monogâmicas, mesmo que possamos questionar os seus impulsos para a infidelidade”.

O casamento é uma construção cultural. Não nascemos naturalmente monogâmicos ou polígamos. “Nas sociedades ocidentais, aprende-se, desde cedo, que a monogamia é um valor que se deve preservar. Isto é aprendido e internalizado. Mas nem todas as culturas, analisadas numa perspectiva sincrônica ou diacrônica, veem as relações amorosas da mesma maneira, por exemplo, a poligamia é uma prática cultural comum em algumas sociedades humanas”, explica, Margarete.

# Maternidade sem romantismo

A geração de mulheres que veio para mostrar os dois lados de ser mãe



**Texto: Clara Porto Alegre**

[claraportoalegre@hotmail.com]

Foto: Bárbara Fischer, Joana Schneider,  
Arquivo pessoal e Freepik

“Ser mãe é ir do lixo ao luxo, diversas vezes ao dia, em questão de segundos.” Assim definiu a maternidade, Mariana Gertz Esquivel, mãe do Davi. As olheiras profundas não negavam o que ela dizia: ser mãe é uma das provas mais difíceis da minha vida.

Para Mari, de apenas 18 anos, o período da gestação foi diferente do que ela imaginava. Davi, 1, seu filho

nasceu prematuro. “Não entendia por que aquilo estava acontecendo comigo. Planejei um parto tão lindo. Me sentia culpada.” Durante meses, a rotina da casa mudou, e o hospital Moinhos de Vento virou o segundo lar da família.

Ela conta que recebeu apoio do namorado e da mãe, mas até hoje não fala com o seu pai, que não aceitou a gravidez. Com os

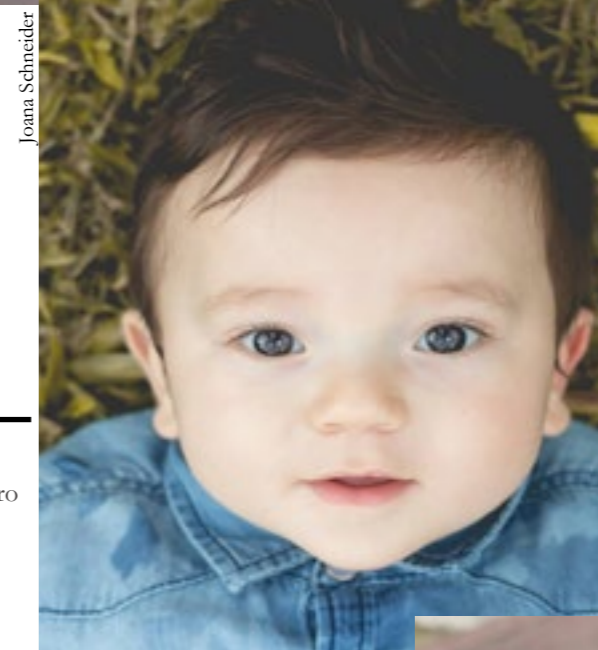
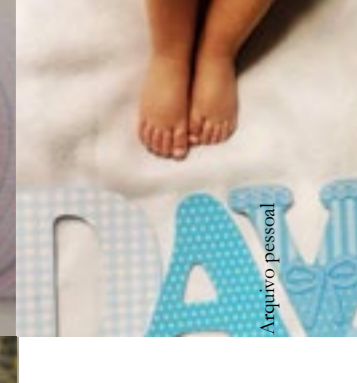
olhos marejados ao tocar no assunto, Mari explica: “Nunca imaginei que o primeiro amor da minha vida, meu pai, pudesse virar as costas diante desta situação. Não nos falamos, e tenho mágoas. Quando o Davi estava internado, não recebi nenhuma ligação dele.”

Atualmente, Mari não estuda. Terminou o colégio ano passado e hoje é uma mãe dedicada. Ela almeja fazer

faculdade, mas optou por cuidar de seu filho neste momento. “As pessoas me julgam – e muito – por não ter começado uma faculdade. Mas eu não ligo, estou estudando para passar no Enem, e a minha prioridade no momento é ficar com o Davi nessa fase da vida dele”, explica.

Para aliviar as angústias que a nova fase da vida trouxe, ela criou a página

*Prematuramente Mãe*, no Instagram (uma das redes sociais mais acessadas) onde posta a rotina e as novas descobertas deste mundo da maternidade. A jovem, que gosta de se expressar com palavras, uniu o útil ao agradável: o gosto pelas redes sociais com o desafiador papel de ser mãe na adolescência. “No *Prematuramente Mãe*, dou dicas, posto fotos, tudo com muita sinceridade. Para mostrar que a maternidade é linda, sim. Mas não é romântica. Fico cansada, me alimento pouco, às vezes nem tomo banho, mas tudo é gratificante quando meu filho sorri pra mim. Através da página, conheci novas histórias e fiz amigas que passam ou passaram por problemas parecidos. É uma terapia virtual”.



Davi posando para as fotos do seu primeiro aniversário

“Fico cansada, me alimento pouco, às vezes nem tomo banho, mas tudo é gratificante quando meu filho sorri pra mim.”



Davi e Mari na praça onde passam as tardes de domingo



Mari e o filho na sessão de fotos

## Precisamos falar sobre depressão pós-parto

Mas nem todo mundo encara a maternidade da mesma forma. C. W., 34, que preferiu não ser identificada, passou por problemas sérios quando sua filha nasceu. A depressão pós-parto (DPP), pousou na vida dela. Foram quatro meses de tristeza e incompreensão, até que ela pudesse perceber que enfrentava uma doença. “Quando a Manu estava na barriga, o único sentimento ruim que eu sentia era medo, algo que achava normal e que todas as mães já passaram. Mas depois que ela nasceu, sen-

ti que perdi minha vida, aí muitos problemas foram desencadeados”, conta.

Ela relata que um turbilhão de sentimentos passavam por ela. E o que mais a deixava para baixo é sensação de não amar a filha, como todos diriam que ela amaria. “Isso me deixava totalmente desorientada. Eu tinha um bebê que dependia de mim para tudo. Mas eu não conseguia amar minha filha da maneira que todos falavam que seria. O único pensamento que eu tinha era de uma pessoa sem coração”.

Estudos realizados pelo Hospital Israelita Albert Einstein destacaram que a depressão pós-parto, doença que afeta ao ano, cerca de 2 milhões de mulheres é comum e deve ser tratada com um especialista. O tratamento é considerado de médio prazo, ou seja, leva alguns meses.

Quatro meses após o nascimento da Manuela, C.W. procurou ajuda. A família não entendia a depressão, o que dificultou para ela aceitar que passava por transtornos. Quando pedi para definir, em uma palavra, como

via a maternidade, logo soltou: “Estranho! É uma mistura de sentimentos.”

O tratamento contra a depressão pós-parto durou meio ano. No entanto, ela segue todas as quintas-feiras a rotina de visita à psicóloga. “É importante que todos tenham acompanhamento com um profissional. Poder conversar, desabafar e ter alguém que apenas te ouça, faz bem. Se eu pudesse dar um conselho para todos, seria esse: Procure um psicólogo e seja feliz”, disse rindo.



Bárbara Fischer Fotografia



Bárbara Viacava

## Procure ajuda de um profissional

Segundo a psicóloga Fátima Schaeffer, as principais causas a serem enfrentadas pelas mulheres que sofrem da doença são mudanças no corpo e fatores emocionais. “Após o parto, hormônios produzidos pela glândula tireoide sofrem uma queda significativa, o que pode aumentar o cansaço e a sen-

sação de tristeza. Assim, as emoções trabalham em sintonia, se um deles não está bem, o outro é prejudicado”.

Estar ciente dos sintomas de uma depressão é também um passo para ajudar àquelas pessoas que estão passando por momentos difíceis. Conforme destacou Fátima, perda ou ganho de

peso, dormir muito ou não dormir o suficiente, inquietação, cansaço, sentimento de indignação, culpa e dificuldades para se concentrar ou tomar decisões, são diagnósticos da doença.

Para dar a volta por cima e superar a depressão pós-parto é importante entender que está passando por

algo atípico. “As mulheres que sofrem de depressão pós-parto devem entender que elas estão enfrentando uma doença e que pode ser curada se tiver acompanhamento de um profissional. O apoio da família é muito importante para a recuperação da paciente”, disse Fátima Schaeffer.

# Câncer tem cura. E depois?

Mulheres contam sobre rupturas em suas vidas após a descoberta da doença

Texto: **Jéssica Antero**

[jehantero@yahoo.com.br]

Fotos: Jéssica Antero e arquivo pessoal

*Um dos principais responsáveis pela mortalidade feminina, o câncer, hoje é visto como um inimigo que pode ser vencido. Quem já teve um parente ou amigo diagnosticado, sabe que a palavra vitória pode ter outro sentido. Três mulheres com uma história de superação. Lilian, 34, Juliana, 31, e Célia, 54, provaram que a vida passa por rupturas e ganha outros sentidos.*

O câncer é a segunda causa de morte por enfermidades no Brasil. Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), são cerca de 180 mil mortes por ano, e o IBGE revela que o câncer é responsável por 15,6% dos óbitos.

“Ao receber a notícia dos médicos, pensei que poderia morrer, pois há alguns anos meu cunhado faleceu, com 33 anos, de câncer”, conta Lilian Roos Wolff, 34, diagnosticada com câncer no seio esquerdo em 2015. Lilian sempre foi muito vaidosa. E, no começo, além do medo, ela teve sua autoestima abalada. Após terminar o tratamento, ela conta que sempre deu

muito valor à vida, nunca foi uma pessoa que se queixava dos problemas. Mas depois desse processo garante que passou a dar menos importância às dificuldades. “Às vezes damos uma dimensão muito grande para problemas pequenos, sem necessidade. Também não deixo mais que o mau humor dos outros ou a rispidez me afetem. Acho que antes da doença ficava magoada muitas vezes. Hoje não permito mais que me atinjam emocionalmente.

Segundo Lilian, uma vez diagnosticada com câncer, é necessário fazer o acompanhamento anual. Ela é atendida por uma mastologista na cidade onde mora, Campo Bom, e no Hospital



Juliana após o primeiro tratamento

de Clínicas, em Porto Alegre.

Lilian agora faz exames regularmente e vai mais ao médico, coisa que não fazia tanto antes para não faltar ao trabalho. “Agora eu me coloco em primeiro lugar. Primeiro meu bem-estar, minha saúde. Depois o trabalho. Porque sem saúde não há como trabalhar. Acho que todas as pessoas precisam aprender a se colocar em primeiro lugar, pois muitas vezes nos anulamos completamente para viver o que os outros querem, e com isso vem insatisfação, frustração e a infelicidade. Quando damos importância pra nós mesmos, todo o resto vem”, acrescenta. Ela comenta que as mulheres que descobrem a doença devem ter foco e encarar essa situação como parte da vida. “Infelizmente é uma doença que ninguém está livre de ter. Por este motivo o jeito é colocar um sorriso no rosto e fazer o que precisa ser feito. Um dia a quimioterapia acaba e a radioterapia também. Acredito que com alegria e felicidade, fica tudo mais fácil, tudo mais leve. É necessário chorar quando der vontade, porque isso faz bem, e ao descobrir uma doença destas ficamos tristes,

desamparados e desesperados, porém, é importante viver um dia de cada vez”.

Mesmo com as alterações no corpo e cabelo, devido ao tratamento, Lilian agora dedica sua vida à família, aos amigos e a tudo que a deixa contente. “Eu decidi que sou feliz independentemente das outras pessoas. Acho que ser feliz tem muito a ver com tomar uma decisão, então eu decidi ser feliz”. “Aprender a viver com várias restrições, a depender de outras pessoas, ser menos egoísta, e a amar as pessoas como elas são e não como quero que sejam”, declara Juliana Suiã Müller Maciel, de Novo Hamburgo. Ela foi diagnosticada em julho de 2014 com linfomas nos gânglios (Linfoma de Hodgkin), que podem estar em qualquer parte do corpo, pois acompanham a corrente sanguínea). No caso dela apareceram no pescoço e no mediastino (entre os pulmões). Atualmente está em tratamento desde julho do mesmo ano e fez vários protocolos de diferentes tipos de quimioterapia. Em setembro de 2015 fez TMO (Transplante de Medula Óssea) autólogo, onde ela foi sua própria doadora, porém não resolveu. Recentemente



Lilian aproveita os passeios após a cura



Jéssica Antero

ela está fazendo em paralelo um protocolo de imunoterapia e quimioterapia. O próximo passo é outro TMO, mas desta vez halogênico, quando há um doador de medula. Segundo Juliana, quando recebeu o diagnóstico ficou muito triste, “ninguém espera ser sorteado na loteria ao contrário, mas me mantive confiante, pois minhas chances de cura eram de aproximadamente 90%. Então não me desesperei, minha família me apoiou muito, me dando força para encarar o que viria pela frente. Eu também não fazia ideia do que enfrentaria, como seria, além de saber que meus cabelos iriam cair”.

O susto foi grande no começo. Ao receber a notícia Juliana aprendeu a valorizar as pequenas coisas. Ela afirma que uma doença devastadora como essa muda

a vida, “aprendemos a valorizar as pequenas coisas, os detalhes, viver cada dia, seja ele bom ou ruim, porque vai passar. Aprendi a dar mais valor às pessoas, família, amigos e menos valor a coisas materiais, porque na hora que estamos perto da morte, pensamos em quem queremos perto e não o que queremos. Somos autossuficientes e continuo na luta pela vida”, conta Juliana. Ela acredita que atualmente é mais feliz, e nota que mudou seu interior. Esta crença a transformou em uma pessoa melhor. “Vejo que as pessoas que permaneceram ao meu lado estão ali porque querem, me amam, e não por interesse. A minha alegria é poder compartilhar o que tenho aprendido neste período



com outras pessoas e sentir que há uma interação delas comigo. Temos que fazer a diferença, nem que seja pequena”.

O casamento de Juliana aconteceu durante um intervalo do tratamento. O cabelo dela estava começando a crescer, ela achava que estava curada finalmente e se sentia radiante. Porém, ficou muito cansada no dia e acreditou ser normal, por conta da cerimônia e da festa. “Foi inesquecível, inexplicável, simplesmente demais”, relembra. Já no mês seguinte, fez um exame de controle e a doença havia voltado. Confessa que chorou por uma semana, pois acreditava que tinha vencido e tudo voltaria ao normal. Mas não foi bem assim. Seu marido deu muito apoio, mudaram alguns planos e ele esteve sempre ao lado de Juliana. “Adiamos nossa lua de mel e fomos para Punta Cana em junho de 2015, eu já fazendo quimioterapia e bem carequinha. Ou seja, não deixei de viver, passei a viver dentro das minhas possibilidades”, afirma. Juliana fez todo tratamento em Porto Alegre, no Hospital Santa Casa. Agora, após o transplante, frequenta o Hospital Moinhos de Vento. Um grande sonho que tem é ser mãe, “não sei se vou poder ter filhos naturalmente, mas caso não possa, quero adotar, isso está bem resolvido para mim”, afirma. “Ainda quero viajar muito, estudar no exterior e conhecer novas culturas”.

### Curas inesperadas

O câncer muitas vezes intriga a ciência. É o caso de Célia Odete dos Santos, que ficou curada de um câncer de ovário sem fazer tratamento médico e até mesmo quimioterapias. “Quando descobri que estava com câncer foi um choque, tive medo, mas sabia ao mesmo tempo que poderia ter procurado um médico antes, pois já tinha os sintomas e escondia de mim mesma”, afirma.

Célia descobriu o câncer ao fazer um exame de rotina com a sua ginecologista. Por ser uma pessoa que se considera de muita fé, ela decidiu não fazer tratamento e procurar especialistas em chás naturais e a cura através da religião. Após um ano de tratamento em 2009, Célia fez novos exames e os tumores tinham desaparecido.

“Eu não sabia se chorava, pulava ou saía rindo de tan-



Juliana Maciel / Arquivo pessoal

Juliana em sua viagem

ta felicidade ao receber o novo resultado do médico. Minha vida após esta notícia mudou completamente, mesmo já acreditando em Deus, agora acredito mais ainda”, acrescenta.

Por ser dona de casa e passar mais tempo cuidando do lar, Célia passou a apreciar mais a natureza após a cura. Ela costuma plantar flores e árvores frutíferas, e cultiva uma horta, pois seus hábitos alimentares também mudaram. “Apesar de ter muita fé, não tenho religião, considero tudo que leio a respeito de doutrinas. Hoje em dia, paro muitas vezes o que estou fazendo apenas para agradecer”, relata a dona de casa.

Célia ainda recomenda sempre que as pessoas façam exames de rotina e se descobrirem alguma doença é muito importante procurar um médico. A escolha dela foi pessoal, mas deixa claro que as pessoas devem se orientar sempre para escolher o melhor caminho. Segundo a oncologista e mastologista Alexandra Fernandes, muitos tratamentos contra o câncer estão disponíveis. Para ela, o caso de Célia pode ser comparado ao de alguns pacientes que enfrentam o tratamento de maneira positiva. “Não vou desacreditar da cura desta paciente, nem no poder da sua fé. A medicina não é uma ciência exata. Isso explica o caso de muitas pacientes com doenças malignas que se recuperam, e outros casos menos avançados que possuem recaídas”, explica.

A oncologista afirma que após a descoberta da doença, as mulheres devem refletir sobre o estilo de vida. Se alimentar adequadamente e perder peso. “As pacientes que têm o

diagnóstico mudam seus sentimentos, o corpo sofre reações e ficam mais sensíveis. Todas essas rupturas fazem com que elas reflitam e tenham outra visão sobre o sentido da vida”, comenta. De acordo com a especialista, o número de casos de câncer em mulheres vem aumentando a cada ano que passa. Segundo ela, o número de casos em que mulheres apresentam mudanças no corpo evolui devido ao estilo de vida, algumas começam a menstruar mais tarde, tem menos filhos, amamentam menos, sofrem de obesidade e fazem uso de bebidas alcoólicas mais frequentemente e todos esses fatores podem levar à doença. “Muitas pessoas associam o diagnóstico de câncer à uma sentença de morte, porém não é verdade. A doença pode ter cura, um sobrevivente de câncer é um herói, só ele sabe o que passou. A vida após o câncer existe e pode ser muito boa, precisamos trabalhar para que as pessoas saibam”.

A psicóloga Tatiana Daudt, afirma que ao descobrir um câncer, cada pessoa poderá responder de maneira muito diferente. Mas, com certeza, todas passam a conviver com a necessidade de cuidados durante o tratamento. “Nesta ruptura, a ajuda de um psicólogo sempre pode ser um reforço positivo, auxiliando o paciente a atravessar os altos e baixos dos sentimentos. O apoio familiar também é muito importante para quem tem esta doença não sofrer com



Leandro Luiz Wolff

Lilian durante viagem para Argentina

as mudanças psicológicas”, comenta.

Tatiana conclui que algumas pacientes percebem questões com certas perdas relacionadas ao corpo, que interferem na autoestima e na imagem que têm sobre si. “Com isto o apoio de amigos também fortalece o amor e esperança. Por outro lado há momentos nos quais talvez a pessoa precise de um certo isolamento, para absorver as rupturas na sua vida”, disse. Apesar dos avanços no diagnóstico e no tratamento, pessoas que passaram por um câncer e venceram

a doença na maioria das vezes, carregam tanto sequelas físicas quanto psicológicas. Retirada das mamas, impotência, cicatrizes, limitação de movimentos, estresse pós-traumático, medo e insegurança. Conforme a psicóloga, atualmente muitos tipos de câncer são curáveis, em especial quando são detectados em estágios iniciais. Por isso, faz-se muito importante o diagnóstico precoce, que pode ser realizado através de exames de rotina.



Jéssica Antero

Célia aproveitando seu jardim

# Libertamente

*Imagine um copo de vidro. Ao passar do tempo ele cai, recebe água quente e fria, choca-se com outros copos, e vai somando arranhões e rachaduras. Assim somos nós. E assim se desenvolvem os transtornos mentais.*

## A ruptura

Texto e Fotos: Mariana Devogeski  
[ maridevogeski@gmail.com ]

## da mente com o mundo

**T**atiana de Oliveira, 29 anos, foi abandonada num hospital quando nasceu, e seus pais adotivos morreram quando ela entrava na adolescência. Passou a morar com a irmã e depois com uma tia. Não pertencia a nenhum lugar. Guardava os sentimentos de rejeição e abandono dentro de si. “Depois de casada, com uma nova família formada, quando pensava que tudo se ajeitaria, eu explodi”, conta. A carga de emoções já não cabia dentro dela. Desenvolveu *Síndrome de Borderline* e *bipolaridade*, por conta da depressão.

A psiquiatra Suzy Neubauer explica que os transtornos mentais são desenvolvidos através dos diversos eventos que ocorrem em nossa vida. “São devido a fatores hereditários, traumas adquiridos, psicossociais, ou doenças clínicas”

De acordo com uma pesquisa feita pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) em 2008, 23 milhões de brasileiros sofrem de algum transtorno mental (cerca de 12% dos brasileiros) e pelo menos 5 milhões (3%) sofrem com transtornos mentais graves e persistentes.

Já não bastasse a prisão no próprio corpo, os portadores de transtornos mentais são trancafiados pela sociedade numa cela solitária. O preconceito e a banalização dos transtornos cercam aqueles que procuram por apoio. Médicos afirmam que pessoas que lutam contra doenças mentais podem ter medo de falar sobre seus problemas para profissionais, amigos ou família, por conta do julgamento. E cerca de 75%

*Síndrome de Borderline:* Distúrbio mental caracterizado por instabilidade de humor, comportamento e relações. Os sintomas são instabilidade emocional, autodepreciação, insegurança, impulsividade e comprometimento das relações sociais, além de alterações no comportamento, como automutilação, e comportamento antissocial.

Fonte: Portal Minha Vida

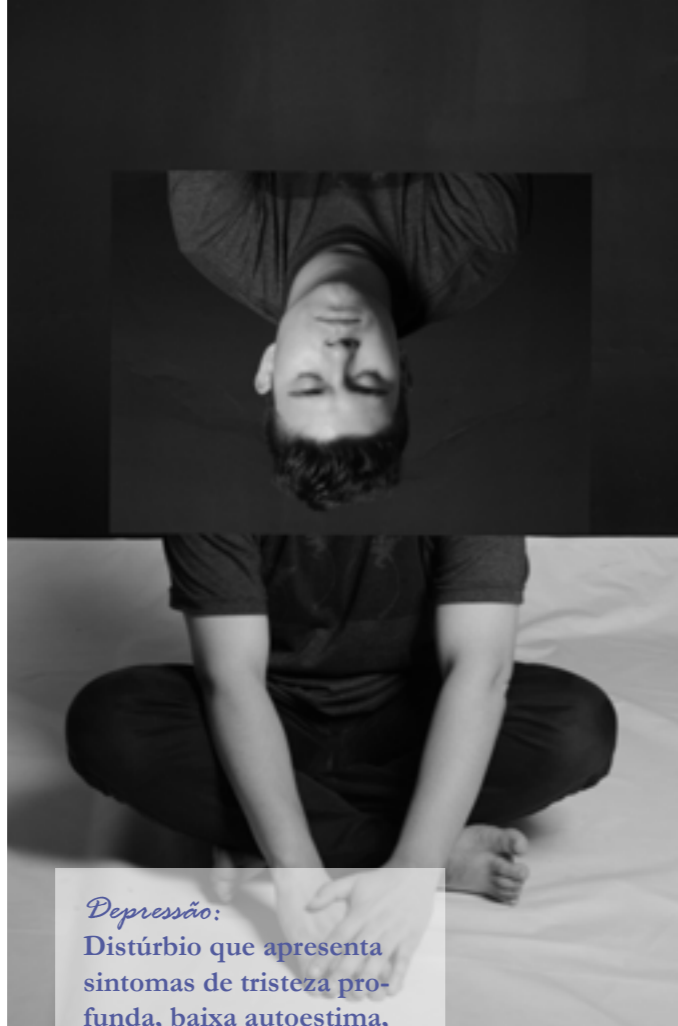


acham que os outros não se importam ou não demonstram empatia, segundo o Centros de Controle e Prevenção de Doenças (agência do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos).

No caso de Tatiana, ela só entendeu o que era a doença depois de ser diagnosticada. “Eu achava que *depressão* era coisa de desocupado, que não tinha o que fazer e enchia a cabeça de paranoias. Mas descobri, da pior forma possível, que a depressão é um buraco que a gente não escolhe entrar, mas que nos consome a ponto de não nos deixar fazer mais nada. O vazio da depressão ocupa uma vida inteira”.

Apesar da maioria das pessoas taxarem os transtornos apenas como um estado emocional, há também os que associam à loucura. Nenhum está certo. Quem tem um transtorno tem uma doença psiquiátrica. A pessoa não é louca, nem fraca emocionalmente, mas está doente e precisa de tratamento.

Agnes Galvão, 21 anos, foi internada numa clínica psiquiátrica em Recife, com o diagnóstico de depressão, e compartilhou a realidade vivida. “Na clínica o meu



*Depressão:*  
**Distúrbio que apresenta sintomas de tristeza profunda, baixa autoestima, perda de interesse em atividades, pouca energia e dor sem uma causa definida. Os sintomas incluem a incapacidade de dormir ou de concentração em tarefas. Alterações do apetite, níveis de energia reduzidos e pensamentos suicidas também são observados.**  
Fonte: Portal Minha Vida

pesadelo só aumentou. Ela era especializada em dependência química e não em transtorno, porém tratava a todos da mesma maneira”, conta a jovem. “Diariamente era realizada em mim uma contenção medicamentosa desnecessária. Eles tentavam me dopar com coquetéis matinais e noturnos de quase 10 remédios e injeções de *haldol* (medicamento neuroléptico). Ainda estou me desintoxicando e sinto as sequelas no meu dia a dia. Consegui o apoio da minha esposa, e saí da clínica. Então, fui atendida por uma psiquiatra e ela repudiou o tratamento, disse que devíamos processar a clínica e me receitou um tratamento que utiliza apenas dois medicamentos, dos quais eu fazia uso na clínica em doses cavalares. Eu tomava 600 mg de um dos medicamentos na clínica e hoje tomo só 50 mg. Fico feliz em dizer que o novo tratamento está surtindo efeito”.



Desconsertar-se

A internação de pessoas com transtornos mentais no mesmo local que dependentes químicos não é novidade no Brasil. Os primeiros hospitais psiquiátricos surgiram para abrigar doentes mentais, viciados, homossexuais, prostitutas, grávidas que foram violentadas, meninas que perderam a virgindade antes do casamento, rebeldes e todo tipo de pessoa que não fosse aceita pela sociedade..

No livro “Holocausto Brasileiro” a jornalista Daniela Arbex conta a realidade do maior hospício do Brasil durante o século XX, conhecido como Colônia, na cidade de Barbacena, Minas Gerais. Pelo menos 60 mil pessoas morreram no local. Cerca de 70% destes, sequer tinham diagnóstico de doença mental. Quando chegavam ao hospício, os pacientes tinham suas cabeças raspadas, roupas arrancadas e nomes descartados pelos funcionários, que os rebatizavam. Os pacientes não recebiam alimentos ou água regularmente, e dormiam sobre capim. O tratamento era com cargas de choque, e sem medicação adequada. Entre as 33 crianças, que não recebiam nem a visita dos pais, não tinham estímulo para sair do berço, e nunca aprenderam a andar, falar, ou qualquer coisa que os definissem como seres humanos.



Insônia

De acordo com depoimento de pacientes internados nesses procedimentos, quase sempre são sedados e conduzidos amarrados à força para as instituições. Muitas das vezes possuindo capacidade plena de entendimento, ignorados pelo rótulo que lhes tampa a boca.

Não há como afirmar, portanto, que a internação resguarda o tratamento com humanidade e respeito determinados pelo item II do parágrafo único do artigo 2º, da Lei Federal 10.212/2004 - ser tratado com humanidade e respeito e no interesse exclusivo de beneficiar sua saúde, visando alcançar sua recuperação pela inserção na família, no

trabalho e na comunidade. Segundo este mesmo item, o tratamento que visa a inserção do paciente em sua família, tampouco é respeitado. A maioria das clínicas prezam pelo isolamento, permitindo visitas controladas num período de tempo.

Agnes conta sobre o contato com a família durante o tratamento: “Só pude falar com minha família após 15 dias. A ligação no telefone da clínica é no viva-voz, acompanhada por um profissional não especializado, que pode desligar a qualquer momento. E você é punido se pedir pra sair durante a ligação, que tem o tempo máximo de 10 minutos. Eles escolhem com quem você vai falar também”.



Perder-se

Segundo a psicóloga Hannah Alves, reintegrar o paciente na sociedade seria a melhor solução. “A reintegração social é importante para que o paciente fique em contato com a família, amigos e a sua rotina, coisas que lhes são confortáveis. No ambiente hospitalar, ele fica isolado do mundo, o que pode agravar o seu quadro. Mesmo os pacientes em situações graves, como os que já tentaram suicídio, e precisam da recuperação física, não devem ficar internados por muito tempo”.

Por estes motivos, foram criados os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), um serviço de saúde aberto do Sistema Único de Saúde (SUS). Um local de tratamento para pessoas que sofrem com transtornos mentais, psicoses, neuroses graves e persistentes, e demais quadros que justifiquem sua permanência num local de atenção diária e personalizado. Nestes centros, os pacientes são divididos conforme o caso, ou seja, existem CAPS para dependentes químicos (CAPSad), e infantojuvenil (CAPSi) também. O objetivo é que o paciente continue com suas atividades fora dali.

Cabe verificar então, nos casos de avanço do tratamento, se a sociedade é capaz de acolher essas pessoas. Se a reintegração significa ajuda ou julgamento. Quem tenta acabar com a própria vida - consequência de um transtorno mental não tratado adequadamente, não quer ouvir de outras vozes explicações sobre seus atos. Tentar justificar e achar razões não diminuem a dor de quem sente.

Segundo os pacientes que tentaram suicídio, frases como “é só uma fase”, “você pode trabalhar menos”, “tudo bem ir mal na faculdade” são interpretações sem sentido, que fazem com que tais atos sejam motivo de vergonha. “Ninguém acha que os motivos são suficientes”, conta Tatiana. “Ouvi da minha família que minhas crises eram pra chamar atenção. Não era levada sério. Senti o preconceito ali” explica. “Quem tem depressão não precisa de alguém que passe a mão na cabeça e diga que vai dar tudo certo. Menos ainda alguém que tente te explicar o que está acontecendo. Porque só nós sabemos o que está acontecendo, e mesmo assim não é o bastante pra explicar. Quem tem depressão só precisa de presença. Alguém que fique. Calado. Mas que entenda a importância da presença”, finaliza.

As palavras dos doentes sofrem com a banalização da sociedade. Basta eles serem tratados para viverem em sociedade, se ela não os trata como sua parte?

Para a própria aceitação e de quem os cerca, a mídia e a indústria cinematográfica nem sempre cooperam. Precisamos falar da representatividade.

## *Transtornos Mentais no Cinema* *“Romatização da doença”*

Através do olhar criativo dos diretores de cinema, algo tão complexo quanto o suicídio e tão dramático quanto a automutilação podem parecer poéticos. Tornando os transtornos parte de uma personalidade a ser admirada. É a romantização da doença.

Mas isso é um problema. Dos grandes. Infelizmente, mesmo quando baseados em histórias reais, os enredos mascaram a parte da doença que faz com que ela seja uma doença. “Os fatos deveriam ser retratados com a dureza da realidade. Ter um transtorno significa não sentir nada, ou sentir tudo, nem que seja deixando de viver” afirma Tatiana de Oliveira.

Quem vivencia a depressão, ou outro transtorno mental, na própria pele sabe que não há trilha sonora. Apenas pensamentos. Não existe beleza na crise. Não se pensa em roupas estilosas ou sequer higiene corporal. Há apenas o caos. Uma guerra dentro de si. E a sobrevivência, na sua forma mais crua, pode não parecer bela.

É preciso entender que transtornos mentais são doenças. E que mesmo fechando os próprios olhos ou calando a voz de quem a possui, eles existem. Não são loucos, e não precisam de julgamento.

Buscar o conhecimento dessas doenças facilita o reconhecimento dos que sofrem e aos outros. Possibilitando ajuda á pessoas que precisam de um tratamento médico adequado e de uma solidária compreensão humana.



Solidão

# RAP CAVIAR

Texto: William Brizolla

[williams@feevale.br]

Fotos: Gabriela Ebertz

A tradição conta que o RAP chega a cada país com uma função revolucionária e para lutar pelo direito das minorias. Não foi diferente no Brasil. A primeira geração de rimadores foi marcada por Thayde e DJ Hum, Racionais MC's, Planet Hemp, Gabriel 'O Pensador', e tantos outros. A ideologia e o compromisso com a mensagem, através das palavras, era algo em comum. Com o passar dos anos, outras abordagens começaram a ser vistas nas letras. Falar sobre o cotidiano e, até mesmo, sobre romances e amor foram alguns dos fatores que fizeram com que mais pessoas tivessem interesse por esse estilo.

Em março deste ano, o rapper paulistano, Criolo, se apresentou no Bar Opinião, situado no bairro Cidade Baixa, tradicional zona boêmia e cultural, em Porto Alegre. Os ingressos variavam de 40 a 140 reais. Era comum ver os fãs protestando nas redes sociais: “O quê? 140 reais em um show de RAP?” Isso não foi um problema para a Mellanie Dutra, doutoranda em Neurociências, na Universidade Federal do Rio Grande

do Sul (UFRGS). Aos 24 anos, confessa que o RAP nunca foi seu estilo favorito, mas, por influência da irmã, começou a ouvir e se identificou. “Ela (irmã) me convidou para ir ao show, ela nunca tinha ido a shows e não queria ir sozinha, então, antes de ir, comecei a ouvir alguns álbuns do Criolo e adorei! Gosto muito do jeito que ele se expressa”, comentou Mellanie.

Para o produtor Musical porto-alegrense, Rafael Singh, esse sucesso da música que, antes, era vista como exclusividade do público de favela, se deu pelo investimento de mais dinheiro nas produções. “Isso começou lá em São Paulo, os caras começaram a olhar o RAP como música mesmo, não só como causa social. Houve um grande movimento dos produtores para mudar essa imagem marginalizada do estilo e levar para TV's e rádios. Não só a rádio comunitária, mas aquela rádio que toca as músicas mais populares”, analisou Singh, que está no ramo há quatro anos e, nos últimos três, foi premiado como melhor produtor de Hip Hop do Rio Grande do Sul pelo site Rap Longa Vida.

## É som de preto, de favelado?



### Para entender o contexto VAMOS AOS FATOS!

As roupas largas, bonés de aba reta, gírias e as tradicionais batalhas de MC's foram construindo um estilo de vida. Uma identidade que quebrou as fronteiras entre barracos e mansões, trajes sociais e camisetas estampadas. Vivemos tempos em que gostar de RAP, não é mais assumir a condição de marginalidade. Um estilo musical que nasceu em zonas pobres. Desde que foi criado, nos anos 60, na Jamaica, o RAP (*rhythm and poetry*, ritmo e poesia, em português) é marcado pelos protestos e combate à desigualdade social. Mas foi nos Estados Unidos que o gênero musical ganhou força e visibilidade global. Aqui no Brasil, as batidas no estilo *boombap* começaram a aparecer apenas em 1986, na cidade de São Paulo. As críticas foram fortes. As pessoas consideravam algo violento e, por vezes, imoral. Algo que não deveria fazer parte do cotidiano das “pessoas de bem”. Com o passar do tempo, o estilo cresceu, tomou forma.

## Se for “playboy”, pode?

Manhã de terça-feira. Dia de Feira de Iniciação à Pesquisa em uma das principais escolas particulares de ensino médio de Novo Hamburgo – RS. O ginásio de esportes, deu espaço para tecnologias, projetos sustentáveis e uma infinidade de trabalhos estudantis. Depois de meses estudando em grupos, era hora de apresentar tudo isso para o público. Perto, mas ao mesmo tempo distante dali, estava um rapaz - 17 anos de idade, roupas largas e boné virado pra trás, o que não explicita sua classe social – média. Não parecia muito interessado em toda aquela movimentação.

Diferente dos demais, sua única preocupação na Feira era colocar música em um *notebook*, conectado às caixas de som do pavilhão. A oportunidade chegou e ele não desperdiçou seus 15 minutos de DJ. A música escolhida foi “Favela Vive”, um *cypher*, que é modelo de música onde vários MC's fazem participações breves, com rimas elaboradas em

poucos minutos. O videoclipe da faixa musical foi gravado em plena Favela da Rocinha, no Rio de Janeiro, uma das áreas de maior vulnerabilidade social da América Latina e, por consequência, do mundo.

Adriano Momberger, estudante do segundo ano do Ensino Médio, não se incomoda com o rótulo de “playboy.” é usado para fazer pouco caso de quem tem mais condições financeiras. Ele é produtor de um grupo de RAP da região de Novo Hamburgo e já está investindo nas suas próprias músicas: “Essa revolução na maneira de escrever e produzir RAPS foi fundamental para que outras pessoas apreciassem o estilo. As músicas estão mais dançantes e melódicas, algumas já tocam nas baladas. Acho isso ótimo, porque, através dessa evolução, por consequência, as pessoas começam a ter mais contato com as músicas que falam de causas sociais, o que também é indispensável para a sociedade”.

Informações sobre a história do RAP: [www.rapnacionaldownload.com.br](http://www.rapnacionaldownload.com.br)



Rapper Rua 3 em gravação no estúdio Saunespro em Porto Alegre

### DE OLHO NO GAME

A luta por mais visibilidade é o que resume o atual momento da carreira do Rapper, Rua 3, de Alvorada - RS. Ele faz parte do time Saunespro (liderado pelo produtor Rafael Singh), que, assim como os grandes coletivos paulistanos e cariocas, reúne diversos MC's, DJ's e produtores para um conceito de “time”, ou seja, os participantes em prol de uma causa em comum – o fortalecimento da carreira musical de todos. “Fizemos um time onde todos compram o sonho um do outro. Se um lançar um som, todo mundo vai ajudar a divulgar. Se é só internet que a gente tem, vai ser a internet que vamos usar”, disse William Flores, que prefere ser chamado pelo pseudônimo, Rua 3.



Rafael Singh, produtor musical e dono do estúdio Saunespro



Texto e fotos: Carla Fogaça  
[carlafg12@gmail.com]

# Geração CANGURU

Sair da casa dos pais, conquistar seu próprio espaço e autonomia parece não ser mais prioridade para alguns jovens. O que era algo comum, vem perdendo a força com a “geração canguru”. O apelido surgiu da comparação desses animais, que só saem das bolsas das mães quando se sentem seguros. Os motivos que fazem essa situação ganhar força são vários. Quem já viu algum vídeo sobre o comportamento dos animais da fauna australiana, sabe bem como é. Os cangurus são vigilantes de seus filhos. Segundo os livros de Biologia, os pais vigiam atentamente, as mães, por sua vez, também vigiam e limpam incansavelmente. O motivo de tanta dedicação é o bem-estar dos filhotes, que passam maior tempo no marsúpio, nome dado à famosa bolsa, e só saem de lá quando se sentem seguros e maduros. Alguns saem logo e outros mais crescidos.

Em um mundo onde a individualidade e egoísmo estão cada vez mais presentes, se deparar com um olhar de amor e cuidado são momentos raros. O próprio cuidado e dedicação de quem fica morando mais com os pais ou avós, é o que motiva o conferente de logística Cristian Goulart, 25.

Ao chegar na casa da vó Nercila, 84, e do neto Cristian, já era possível perceber o que o “prendia” ali.

Nos últimos 10 anos, o número de pessoas que vivem com os pais aumentou. Esta ruptura de padrões se diferencia de tempos passados.

Não era luxo e nem interesses pessoais. É o amor entre uma avó e um neto, que paira naquela casa e se torna notável nos olhares trocados entre eles. Para Cristian, a sua permanência na casa da avó faz parte de uma troca de amor. E muito amor. “Ela me criou desde pequeno e acho que o mínimo que eu posso fazer é permanecer com ela agora. É uma troca”. Não uma troca de favores, mas de gratidão.



Cristian e Nercila na casa onde moram

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o número da “Geração Canguru” no Brasil aumentou nos últimos dez anos. O termo é usado para classificar os jovens de 25 a 40 anos que ainda moram com os pais. Em 2002, esse número era de 20,5% e em 2012 foi para 24,5%. Desses, 60% são homens e 40%, mulheres. O estudo aponta, também, que essa geração tem maior escolaridade média. Em 2012, 14% dos jovens que não deixaram a casa dos pais continuaram estudando, contra 9% para os que saíram de casa.

Ao nascer, Cristian morava com sua mãe e seu pai na casa da vó Nercila e do Vô Ramão. Cléber, o pai do Cristian, é um dos 12 filhos dos avós, que também ficou morando com os pais durante um bom tempo, mesmo casado. Após alguns anos, o casal se separou e Cristian, aos dois anos, foi morar com a mãe. A convivência com sua avó Nercila iniciou a partir dessa época, quando houve a separação de seus pais. “Eu sentia muita falta dele, e o buscava para vir na minha casa, às vezes. Em uma dessas visitas, ficou. Conversei com a mãe, que na época trabalhava muito, e vimos que era o

melhor para Cristian”, conta Nercila.

“E hoje, na idade que ela está, ter uma pessoa por perto para ajudar é fundamental”, explica o neto.

## INDEPENDÊNCIA TEM VALOR

A psicóloga Mirela Manfro acredita que existem dois principais fatores: a influência dos pais, que, em muitos casos, tentam prolongar ao máximo a convivência, agradando e sendo compreensivos com os filhos e, também, o comodismo dessa geração. “Mesmo que boa parte deles tenham emprego, não tem

como negar que, para muitos ‘cangurus’, sair de casa significaria reduzir o padrão de vida”, comenta a psicóloga. Então, outro fator é a acomodação desses jovens, que muitas vezes é gerada pela situação financeira.

A questão financeira é o motivo que fez com que o bombeiro voluntário Lucas Cardoso, 25, mesmo sendo casado e tendo um filho, more com os pais. “Tudo aconteceu muito rápido no nosso relacionamento. Logo começamos a morar juntos e veio o bebê. E, por não estarmos preparados, o melhor, financeiramente, foi continuar na casa dos meus pais”, explica Lucas.

O jovem, que é casado há dois anos com Marquele, 20, mora na parte de cima de um sobrado. Seus pais ficaram no térreo. As peças são divididas, mas basta subir um lance de escadas e tudo se mistura outra vez. Para a higienista Clarisse Cardoso, 53, mãe de Lucas, o fato de ter o filho casado muito perto faz com que as diferenças entre as famílias se manifestem e, com isso, as “briguinhas” são mais comuns, o que, segundo ela, não ocorreria se a distância fosse maior do que é hoje.

Durante a conversa, Clarisse chegou a interromper o filho resumindo o motivo que o fazia morar ali: “É acomodado!”, Lucas logo riu, respirou fundo e disse: “É, acabamos nos acomodando, mas a mãe não fecha a bolsa do canguru”. Da mesma bolsa saíram os três filhos da dona Clarisse (duas meninas e o Lucas), todos casados. O curioso foi saber que a filha mais nova, de 20 anos, não mora mais com os pais. A recepcionista Duane Cardoso, casada há três anos, mora perto, no mesmo bairro, mas já tem sua total independência, na casa onde vive com o esposo desde o casamento.

### QUEM CRIA ESSA GERAÇÃO?

De acordo com a psicóloga Mirela Manfro, tudo depende da pessoa. Para ela, a criação pode ser a mesma, porém, cada um é diferente do outro. Alguns filhos tendem a ser mais dependentes que outros e, com isso, não é possível medir o grau de responsabilidade e amadurecimento das pessoas pelo fato delas morarem ou não com os pais, porque o externo, o social, influenciam muito nas escolhas pessoais de cada um.



Família Cardoso: Lucas, Bernardo, Clarisse, Duane e Marqueline em um momento de mimo ao bebê

Para dona Clarisse, mãe de Duane e Lucas, a ajuda da família é muito importante. “Os sogros da Duane tinham uma casa que cederam para eles quando casaram. Acho que isso influenciou ela ter saído de casa. E, se eu pudesse dizer qual dos meus filhos é mais maduro, eu não saberia, pois acho que nenhum deles estão preparados para o mundo”, disse.

Segundo Duane, ela não se vê voltando a morar com os pais. “Já tenho minhas manias, minha vida e não me vejo mais sem essa liberdade. Para mim, ter a casa separada trouxe responsabilidade e me dedico a manter ela em ordem”, explica.

### MUITO CUIDADO NEM SEMPRE É BOM

Na cidade de Taquara, onde vive o professor de Educação

Física, Bruno Dacol, 27, a situação entre os jovens que moram com os pais não muda muito. Embora tenha ensino superior completo, a sua história não é diferente. Ele também optou por continuar morando com os pais. “Sem dúvidas, o lado financeiro é o fator mais determinante quando se pensa em sair de casa. Abrir mão de certos confortos para encarar o mundo sozinho não é uma decisão tão fácil, e, por vezes, nem tão inteligente”, explica Bruno.

Para o coordenador de obras elétricas, Mauro Dacol, 58, e para a dona de casa Márcia Dacol, 52, pais de Bruno, a situação não os incomoda. Pelo contrário, são compreensivos e sabem que é difícil morar sozinho, e, por isso, não se importam de ajudar o filho até mesmo com algumas despesas financeiras.

Geralmente, atitudes que estão fora de um padrão que a sociedade está acostumada acabam causando impacto em muitas pessoas. Se compararmos com a época dos nossos pais, as coisas mudaram. Antigamente sair de casa era algo feito bem cedo, porém, o maior motivo era o casamento.

A dona Nercila, avó de Cristian, por exemplo, se casou aos 13 anos. Já a dona Clarisse, mãe da Duane e do Lucas, aos 17. Mesmo casando-se em décadas diferentes, se elas não se casassem antes dos 20 anos, todos já diziam que estavam ficando para “títias” ou levavam o famoso apelido de “solteironas”.

Vemos que sair de casa mais tarde ou morar com os pais mesmo casados está se tornando algo normal nos dias de hoje, pois há um novo modelo de convivência dos jovens com seus familiares. Nem Cristian, Bruno, Lucas e a mulher Marqueline se sentem constrangidos quando mencionam que moram com os pais.

Conforme a pesquisa Estatística do Registro Civil, divulgada pelo IBGE, em 2012, a idade média daqueles que se casam é de 30 anos. Essa mesma pesquisa em 2011 dizia que a idade estava em 28 anos para homens e 26 para as mulheres, contra 25 e 23 anos em 2011.

A psicóloga Mirela Manfro comenta que as pessoas estão cada vez mais priorizando estudos e o crescimento profissional. Antigamente havia uma pressão em sair de casa, e os jovens não tinham liberdade para questionar isso. Por esse motivo, muitas famílias não querem que os filhos passem o mesmo que eles passaram e acabaram dando essa liberdade que não tiveram. O risco disso, segundo Mirela, é criar filhos dependentes demais. “Quando acreditamos que os nossos filhos não po-

dem ser frustrados, criamos neles uma falsa ilusão de que os problemas não existem, ao invés de tentar ajudá-los a enfrentar os problemas que virão, inevitavelmente, no decorrer da vida. “Esta falta de preparo para enfrentar as dificuldades da vida é o que pode faltar nessa nova geração, o que é gravíssimo e preocupante”, explica.

Márcia, mãe do Bruno, comentou que não tinha a mesma liberdade que os jovens têm hoje, e as prioridades eram outras. “Éramos treinados para casar. Hoje os jovens treinam para conquistar o mundo, e nem sempre o casamento vem em primeiro lugar”, garantiu. Mesmo com toda essa mudança de pensamento, o casamento está nos planos de Bruno: “Pretendo ter minha própria família, e para isso quero ter minha casa. Meus planos para o futuro são, sim, sair de casa”, ex-

plica. Porém, enquanto isso, ele vai aproveitando o conforto e os benefícios que os pais lhe proporcionam. “Eu não preciso pagar aluguel e nem infinitas prestações de um imóvel. E tudo que tem em casa é meu também, desde a internet ao carro. Além disso estou sempre junto da minha família”. w

Para a psicóloga, tanto cuidado pode gerar pessoas que não sabem se virar nas coisas básicas do dia a dia, como lavar roupa ou organizar os orçamentos de uma casa. “Por outro lado, os jovens acabam se dedicando mais aos estudos”, explica.

“É bom saber que ele está por perto e que está bem. Temos um filho menor e pensamos da mesma maneira”, explica Mauro.

Esse pensamento é uma característica dos pais cangurus. Não basta estar perto. Tem que cuidar e, como se eles ainda fossem crianças.

“Quando acreditamos que os nossos filhos não podem ser frustrados, criamos neles uma falsa ilusão de que os problemas não existem.”

### COMO TORNAR OS “CANGURUS” INDEPENDENTES

- Envolvê-los nas conversas sobre as despesas da casa e discussões que contam com a participação da família na parte financeira;
- Aos filhos que possuem alguma renda, dar a responsabilidade por alguma conta da casa, para que auxiliem nas despesas;
- Conversar abertamente sobre o planejamento da vida do filho. Se ele possui algum plano de ação para construir a sua vida fora da casa dos pais e quais as atitudes que estão sendo tomadas para que esse objetivo se concretize.



Família Dacol: Mauro, Márcia e Bruno jantam uma pizza

# O Corpo que eu tenho, O Corpo que eu amo

**A resistência a um padrão de beleza ideal tem o poder de se tornar uma revolução**

**Texto: Jéssica Coffferri**

[jessica@feevale.br]

Fotos: Arquivo pessoal

*A idealização do corpo feminino é algo frequente, vendido em estereótipos e alimentado por indústrias, como a de cosméticos, remédios para emagrecer e veículos de comunicação. Esta imagem vem acompanhada da falsa ideia de felicidade alcançada junto com mulheres ditas ideais. Em 2016, a linha de cosméticos Dove lançou o Relatório Global de Autoconfiança Feminina Dove, entrevistando mais de 10,5 mil mulheres em 13 países. Os dados coletados no Brasil apontam que 92% das mulheres desistem de compromissos importantes, como encontros com os amigos, por estarem insatisfeitas com sua aparência, e 66% não se sentem seguras para defender suas opiniões de forma assertiva pelo mesmo motivo. Apesar disso, a resistência às regras impostas ao corpo feminino vem aumentando, com a mesma pesquisa mostrando que 70% das mulheres acreditam que a mídia e as propagandas apresentam um padrão irreal, e gostariam de ver mais representatividade.*



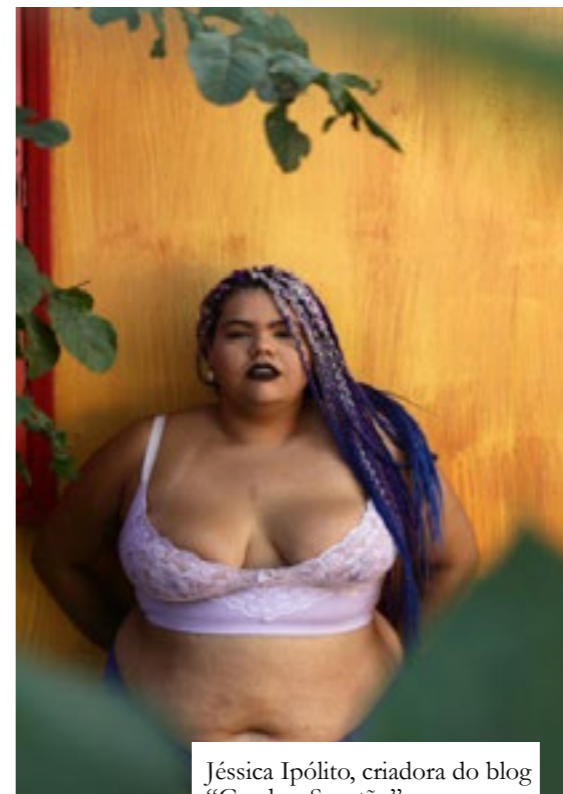
Alile Dara Onawale / Divulgação

**A**través da internet, a blogueira Jéssica Ipólito, que prefere ser chamada de Jessz, encontrou espaço para discutir a liberdade do corpo e a gordofobia. Ela é a criadora do *blog* “Gorda e Sapatão”, que utiliza para falar de padrões de beleza, lesbianidade e racismo. A ideia do nome veio após uma autopercepção de quem é ao se olhar no espelho, enquanto no mesmo período frequentava eventos de militância pelo movimento feminista em São Paulo. Jessz tem 23 anos, é negra e pesa 150 kg. Mantém um visual divertido com o cabelo roxo, mas apesar disso não se considera estilosa, ela diz se virar como pode já que não encontra roupas com facilidade e demais acessórios costumam ser muito caros. “Eu quero me sentir bem com meu corpo, mas eu não sou somente um corpo como querem me fazer acreditar”, comenta. Para ela, o segmento da moda torna-se importante para avaliar o que é bonito e feio e validar a forma na qual as pessoas se expressam, sendo necessário perguntar a quem essa moda serve e qual o seu propósito.

A professora do curso de Moda da Universidade Feevale, Marina Cezar, comenta essa questão. “Toda vez que se submete a um arquétipo de corpo perfeito, estamos aceitando ver o corpo feminino na condição de uma mercadoria, e que como tal, poderá ser trocada por outra mais nova. Alguma novidade é por extensão melhor, pelo simples fato de ser uma novidade. Via de regra, a própria moda entendida como um efeito social se sustenta desta forma”.

A aceitação do corpo veio no ano em que Jessz deu início ao *blog*. O exercício diário que vive é o de entender que a imposição é algo político, que quer desestruturar o psicológico oferecendo a beleza como moeda de troca, e que mulheres não podem ser reduzidas somente à uma aceitação estética. A busca é também uma capacidade de existir em todos os lugares e assumir cargos de liderança. De acordo com a pesquisa *International Business Report (IBR) Women in Business*, realizada em 2015, apenas 19% das empresas brasileiras tem mulheres em cargo de liderança.

*“Não sou somente um corpo, como querem me fazer acreditar”*



Alile Dara Onawale / Divulgação

Jéssica Ipólito, criadora do *blog* “Gorda e Sapatão”

O “Gorda e Sapatão”, embora sirva para compartilhar sua vida e experiências pessoais, tornou-se parte de uma luta que pertence a todas as meninas que em algum momento da vida já se sentiram inseguras e hostilizadas devido à aparência, e recebe mensagens agradecendo pelas fotos e textos, além de elogios pela leveza com que trata os assuntos. “Eu acho maravilhoso porque é justamente isso que quero provocar nas pessoas, que elas olhem para si e possam se fortalecer e devolver isso para a coletividade em forma de resistência ao sistema”, completa em relação ao reconhecimento de seu *blog*.



## DICIONÁRIO DE TERMOS

### Feminismo

Movimento político, filosófico e social que defende a igualdade de direitos entre mulheres e homens.

### Gordofobia

Aversão ou medo de pessoas gordas.

### Lesbianidade (e não lesbianismo!)

Mulheres que sentem atração por outras mulheres.

### On Season

Período próximo à competições no fisiculturismo, regado a exercícios aeróbicos e perda de peso.

### Off Season

Período fora de competições do fisiculturismo, com pouco ou nenhum aeróbico e ganho de massa muscular.

### Plus Size

Termo para os modelos de roupa de tamanho 48 de calça para cima e GG em diante para blusas.

### Racismo

Discriminação social baseada no conceito de que existem diferentes raças humanas e que uma é superior às outras.

Fontes: Eu, Tu, Elas (feminismonapratica.wordpress.com), Grupo Gemis, Patrícia Pizio.



## Representatividade gorda

Tainá Hessler, 23, é jornalista, tem 1,59m de altura e veste manequim 54. Durante a infância e adolescência nunca viu seu peso como empecilho, e tinha facilidade na comunicação com seus colegas. Foi aos 18 anos que seu olhar ficou mais crítico, e passou a notar a falta de representatividade na mídia de massa, onde todas as meninas são altas, magras e têm cabelo liso. “Todo mundo é daquela caixa, se fosse para caber certinho em um lugar, seríamos tijolos e não humanos”.

Dados da Associação Brasileira do Vestuário mostram que o *plus size* tem um crescimento anual de 6% no mercado da moda, movimentando R\$ 5 bilhões durante esse período, o equivalente a aproximadamente 300 lojas físicas e 60 virtuais. Apesar dos números, nas principais redes de roupas do país os manequins apresentados nas vitrines ainda são brancos, reluzentes e magros.

Tainá questiona termos do cotidiano que remetem à gordofobia

“Se fosse para caber certinho em um lugar, seríamos tijolos e não humanos”

A especialista Marina Cezar explica que essa imposição segue um contexto histórico, no qual mulheres foram colocadas no papel de subordinadas, enquanto os homens eram responsáveis pelo sustento da família. Desta forma, sobra à figura feminina o cuidado com a aparência. Mesmo que hoje as mulheres tenham ganhado mais espaço no mercado de trabalho, ainda se nota muito desta cultura impregnada na sociedade, como elogios à loteria genética que define a aparência. “Ao ouvirem que sua filha é linda, os pais agradecem e se enchem de orgulho, talvez até mais do que alguma característica desta criança que foi cultivada por alguma dedicação. Mas ao fixar o elogio no âmbito da aparência, reforça que esta é compulsoriamente da ordem do feminino. Um homem ter uma barriga saliente é porque se dedica ao trabalho, mostra-se esforçado. Uma mulher na mesma posição, com o esmalte descascado: desleixada”, comenta.



Jessica Colferri

Foi para debater esses e outros assuntos que a jornalista Tainá Hessler também viu na internet um suporte. Costuma dar aulas de inglês para obter renda extra e notou a falta de conteúdo em português que tratasse de questões relacionadas ao corpo. A rede social de compartilhamento de textos *Medium* foi uma das opções encontradas para postar esse conteúdo, além do *blog Fast Food Cultural*, do qual é colaboradora. Começou a se identificar “Mamãe Bolinho”, e passou a chamar seus leitores por nomes de doces como “meu caju” e “meu beijinho”, e foi quando percebeu que esse público precisa do que lê, por constatar uma certa insegurança que pode mudar a partir dos debates que proporciona nesses sites.

Tainá adotou a postura de bater de frente com situações que remetam a essa rejeição “Já parei gente na mesa de jantar para fazer explicar o que é uma gordice. Você não vai encontrar roupa pra comprar e escutar que alguém não quer sair contigo porque é gorda? Vai ver suas amigas tentando te proteger de uma realidade iminente ali sem querer que você sofra? É essa a gordice? Porque se for, coloca essa cara nesse prato e vamos nos atirar, gata. Esse tipo de preconceito está ali nas entrelinhas em nosso discurso, e precisa sair”, ressalta.

Um momento marcante que viveu foi o convite para um ensaio fotográfico no artístico realizado pelo amigo fotógrafo Lucas Mallmann. Quando as fotos foram publicadas na internet, entre diversos elogios surgiram também algumas ofensas disfarçadas, como o cuidado com a saúde. Tainá faz *check up* e exame de sangue todo ano, e durante a adolescência estudava de manhã, de tarde fazia dança, e quatro noites por semana treinava *taekwondo*, ajudando a quebrar a ideia de que nenhuma pessoa gorda é saudável.



Lucas Mallmann / Divulgação



Tainá em ensaio fotográfico sobre corpos utilizados como tela

## Mulher de força

Outro segmento que vem ganhando visibilidade é o do fisiculturismo, prática que é conhecida por desenvolver corpos definidos e estruturas musculares exuberantes. O movimento começou a ganhar força em 1970, mas inicialmente era dominado por atletas masculinos. O primeiro campeonato onde as mulheres foram julgadas somente pela muscularidade foi o *U.S. Women's National Physique Championship* em 1978, na cidade de Canton, em Ohio, nos Estados Unidos.

Os padrões de feminilidade conhecidos remetem ao modelo magro e de aparência conformista, logo, uma mulher que escolhe o caminho do fisiculturismo pode acabar se tornando alvo de preconceito sexista devido a essa comparação natural de músculos ao corpo masculino. A recente onda fitness das academias de ginástica nas redes sociais, vem ajudando a desmistificar essa ideia em torno do fisiculturismo. Embora ainda sofra preconceito, vem aos poucos sendo menos hostilizado e ganhando adeptos, inclusive entre celebridades.

Com a visibilidade e profissionalização também para mulheres, diversas categorias da prática esportiva foram surgindo. A fisiculturista e treinadora Patrícia Pizio, 31, moradora de Novo Hamburgo, vive dentro desse universo e compete na categoria *bodyfitness*, que exige músculos definidos e pouca gordura, já tendo sido campeã gaúcha e campeã brasileira na modalidade. Desde os dez anos de idade pratica exercícios físicos, tendo começado através das artes marciais. Iniciou na musculação como uma complementação de seu treino, e em 2008, entrou no fisiculturismo.

Jéssica Cofferr



Patrícia é fisiculturista e treinadora e mantém uma rotina diária de exercícios

“Não caiam na armadilha dos padrões”

A preocupação não é em estar dentro de uma estética considerada padrão, e existem periodizações para definir a estrutura da massa muscular. O *off season* é o período no qual essa massa aumenta e a dieta fica mais rica e pesada, necessitando comer mais frutas e carboidratos. A cada quatro meses acontece um período de baixa restrição

calórica para entrar em definição. Durante o período *on season*, perto de competições, exercícios aeróbicos entram na rotina para garantir a eliminação da gordura adquirida durante o *off*. Para manter esse ritmo é necessário muita disciplina e determinação, com as quais Patrícia já sabe lidar através da prática e por amar esses exercícios.

Devido à oscilação calórica que sofre frequentemente, é acompanhada por um treinador e um médico, medida que recomenda para atletas profissionais ou a quem executa simples exercícios de musculação. Na época próxima a uma competição seu peso chega em 56 kg, e finalizando esse período ganha cerca de 20 kg a mais. Admira a visibilidade que pode ser tomada através das redes sociais, mas é capaz de enxergar o perigo em compartilhamento de dietas, considerando a internet um local com muita informação e pouca instrução: “A dieta e o programa de treinamento devem ser individuais para cada pessoa, nenhum corpo é igual o outro e não existe fórmula mágica”. Segundo a atleta, o lado negativo da internet é a busca por um resultado rápido sem necessariamente se preocupar com a saúde.

Do mesmo modo como no culto à magreza, em seu meio também existe a pressão para manter o corpo apto para competições. A vigorexia é uma das síndromes que podem surgir através dessa obsessão. Pode ser distinguida quando a pessoa, apesar de estar com um percentual corporal de gordura adequado, se enxerga muito magra ao se olhar no espelho, causando neurose a ponto de não ter mais vida social e passar muito mais tempo do

que o necessário na academia. Esta síndrome pode ser considerada o contrário da anorexia, na qual a pessoa se enxerga gorda. Patrícia compete há cinco anos ininterruptamente, e diz já ter aprendido a lidar com a pressão social que a cerca “O que insisto com meus alunos e comigo mesma é que não caiam na armadilha dos padrões, quebrem eles e façam seus próprios padrões. Mas sei que é difícil, tem a ver com maturidade e autoconfiança”.



Leonardo Gomes / Divulgação

Patrícia antes de competir no Campeonato Gaúcho de Fisiculturismo 2016

O preconceito aconteceu para Patrícia assim como acontece com a maioria dos atletas do meio. Já trabalhou como bancária, onde sofria mais com os olhares incomodados, um dos motivos para entrar de cabeça nessa área, tornando essa, a sua profissão. “A partir do momento em que você sai do padrão, passa a incomodar”, comenta.

A relação com seu corpo hoje é de altos e baixos como toda mulher, e confessa ter se regrado tanto nos últimos anos a ponto de ficar com peso na consciência quando come algo fora da dieta, mas normalmente é seguido de um pensamento, “eu sou ser humano, também posso”. A estética que escolheu não é a de ser magrinha, mas de ser “monstro” mesmo, como se define: “A relação com meu corpo já fundiu, eu vivo 100% isto”, comenta.

Assim como não existe fórmula do corpo perfeito, também não há uma para a felicidade, mas é possível constatar que ela tem a ver com o momento em que vivemos de nosso modo sem nos preocupar com opiniões contrárias. É quando ocorre a ruptura.



Marcel Marsillac / Arquivo pessoal

Marcel busca na adrenalina uma forma de romper com a rotina

# Adrenalina na veia

## *A quebra de padrões através do esporte*

Texto: Alex Günther  
alex\_gunther@hotmail.com

**E**m uma rápida busca pela internet é fácil encontrar várias definições para ela – sejam as mais técnicas e medicinais, passando pelas mais pessoais e abstratas – “o hormônio da luta e da fuga”, a adrenalina (ou noradrenalina) é um hormônio produzido através das glândulas suprarrenais, que tem como função preparar o corpo humano para momentos de atividade física e situações de grande perigo.

Para um determinado grupo de pessoas, porém, trata-se de um combustível necessário para encarar o dia a dia, uma válvula de escape.

Há quem tente evitá-la de todas as formas, resignados a uma rotina pragmática e automática. No entanto, existem pessoas que vivem no limite extremo por pura opção e, em muitos casos, flertando de perto com a morte. A prática de esportes radicais

é o meio que esta parcela da sociedade encontrou para romper com o padrão, fugir do roteiro imposto pelas várias tarefas corriqueiras e obrigações diárias. Um cenário onde, por mais que se pense em segurança, a sensação da falta dela é um dos principais atrativos. O medo é bem-vindo e é ingrediente indispensável, deixando os menos familiarizados atônitos. É a adrenalina tendo papel fundamental na vida de muitos.

## O alívio do estresse vem das alturas

Há quem trace uma vida inteira voltada para a prática de um esporte radical. É o que garante o vendedor de seguros, Marcel Marsillac, 51 anos, um apaixonado pelo voo livre, que inicia a conversa afirmando categoricamente: “Se não voo, fico extremamente chato. Intragável e insuportável. Tenho dificuldades de lidar com trabalho e família. Estar no ar é a minha terapia”.

Agricultor de origem, economista de formação e piloto de asa delta quase que em tempo integral, o porto-alegrense morador de Nova Petrópolis é um expoente da modalidade no Estado, e sempre é tido como uma forte referência na área. Recentemente participou de um documentário do canal esportivo Off, onde narra a história do voo livre no país. Dos 51 anos vividos, 32 foram dedicados a sua paixão

maior. Marsillac lembrou seu início. “Tudo começou em 1984. Recém havia me formado no 2º grau e ingressado na faculdade de Economia da PUCRS, quando assisti a um documentário na TV com o instrutor de voo Danton Leal. Aquilo me chamou muito atenção e de imediato entrei em contato com ele. Fui a Sapiranga, berço do voo livre do Rio Grande do Sul, e naquele barranco do Morro Ferrabraz iniciei minha formação. Desde então não parei mais”, comentou o esportista com muito orgulho.

Marsillac foi além da prática e passou a se envolver ativamente com a modalidade, sendo um precursor na realização de eventos, inclusive, fazendo parte da fundação do Clube Ninho das Águias, associação que leva o nome de um dos principais pontos de atividade do esporte no cenário gaúcho, localizado em Nova Petrópolis. “Em dezembro de 1988 a área do Ninho das Águias foi adquirida pela Prefeitura e imediatamente me mudei para a cidade. Em janeiro de 1989 fundamos o clube, do qual já fui presidente em duas oportunidades. Tenho uma relação de amor com o Ninho, tanto que em 1993 comprei um terreno próximo ao local e é lá onde vivo”, comenta.

Marcel Marsillac / Arquivo pessoal



Marcel Marsillac é uma referência no voo livre gaúcho

## Por que voo?

O piloto explica tamanha devoção ao voo livre, deixando as palavras fluírem como a leveza de sua asa delta no ar: “É a melhor terapia que há para mim. Muitas pessoas enfrentam seus problemas e rotinas através de remédios ou acompanhamento médico. O meu tratamento é estar no ar. É ali que curo qualquer mal que esteja me afligindo. É onde os meus problemas terminam e me permitem ter uma nova perspectiva das coisas, porque nenhum voo é igual”.

E este amor ao esporte cresceu de forma exponencial nos últimos seis meses em virtude da falta dele. No dia 13 de março deste ano, Marcel sofreu um acidente em um salto no Morro Ferrabraz. No momento da aterrissagem com sua asa delta, fez um movimento incorreto e o seu braço esquerdo acabou sendo prensado pelo aparelho. “Em 32 anos de esporte já tive várias quedas, porém esta foi a mais estúpida. Cometi um erro bobo e isso me custou longos meses afastado das minhas atividades”, lamenta. Marcel chega a comparar o momento que vive como uma abstinência química, apontando o esporte como uma droga poderosa que se faz necessária, um combustível essencial em sua vida.

Mesmo com o “revés”, o piloto é firme em sua filosofia de vida, e destaca que o episódio serve apenas para mantê-lo mais alerta e corroborar com uma das principais lições aplicadas em escolas de voo: a consciência de perigo é necessária ao adepto do esporte. “Toda

vez que me perguntam o que é mais perigoso, paraglider ou asa delta, afirmo sem pestanejar que é na forma como a pessoa encara o esporte. Nos métodos aplicados e como a pessoa se comporta pilotando”, sintetiza. Para Marsillac, o maior perigo sempre estará no próprio ser humano que conduz o aparelho, seja na simplicidade de uma asa delta até a complexidade de um avião a jato.

### **MEDO ESSENCIAL E ADRENALINA FUNDAMENTAL**

Para o piloto a precaução gerada pela desconfiança é o melhor componente de segurança no voo livre, porque ela acaba se transformando em prudência e cautela. Sobre o medo de voar, responde de imediato: “Sim, tenho muito! Eu conheci pilotos excelentes, campeões em vários torneios, que infelizmente não estão mais entre nós em virtude de acidentes. Quem quiser dizer que sou um medroso, não tem problema. Mas sou um ‘amarelão’ vivo”.

Marcel aponta que um dos principais problemas que se adquire com o passar dos anos de atividade no esporte é a confiança excessiva, que leva a erros primários e, conseqüentemente, acidentes. Ele aponta: “Porque praticar esta modalidade depende muito das circunstâncias, condições de voo, tempo, as térmicas o vento... Não é algo que você pode marcar na sua agenda. E quando você força a barra, não levando em consideração todos estes fatores, ocorre o pior. Se tratando de esporte de risco, o máximo que podemos fazer é minimizar este tipo de ocorrência através da prudência”.

Mesmo com todo este cenário ame-

drontador, o risco vale a pena para Marcel e, estar à mercê da sorte parece atraí-lo ainda mais. “Geralmente não vivemos exclusivamente do voo livre. Todos nós temos a nossa rotina e voar é uma prática para os finais de semana. Em compensação, esse é o momento em que descarregamos toda a nossa tensão e estresse adquiridas na semana”, comenta. Ao longo do ano o Ninho das Águias recebe em média 100 mil visitantes. Nem todos anseiam em se lançar ao ar através da asa delta, o que Marcel considera natural tratando-se do perfil dos adeptos deste esporte. Reforçando seu pensamento comenta que “Geralmente o perfil da pessoa que quer voar é mais radical, é possível ver um traço marcante que a motiva a entrar neste universo”. Ele considera que ninguém quer voar apenas por curiosidade, é necessária uma dotação voltada para a adrenalina. “É algo que está quase incutido no DNA”, conclui o atleta com convicção.



Marcel Marsillac / Arquivo pessoal



Sandro Seixas é piloto de corrida, músico e vereador de em Sapiranga

Sandro Seixas / Arquivo pessoal

## Uma vida ilimitada

Sandro Seixas, 47 anos, é um homem de muitas facetas. Ele inicia a conversa afirmando: “Sou o único vocalista de rock no Brasil a ter autorização do próprio Ian Gillan para regravar uma de suas músicas”. A informação por si só impressiona, afinal ter a benção de um integrante de uma das bandas de rock mais famosas do planeta, a Deep Purple, já renderia a ele uma menção especial. Mas há muito mais por trás do vocalista da Sandro Seixas Band, grupo musical que cruza o Estado tocando rock e heavy metal.

Sandro também é piloto de corridas em uma modalidade esportiva conhecida como Quilômetro de Arrancada, onde os competidores percorrem um trecho de pista em alta velocidade a bordo de veículos possantes, na busca do menor tempo. Além disso, é vereador em Sapiranga, palestrante e pai de três filhos. Tantas aventuras proporcionariam inúmeras histórias de vida a qualquer pessoa, mas para ele, todas

elas têm um gosto de superação.

Sandro nasceu com a Síndrome de Talidomida, deficiência gerada pela ingestão de medicamento à base do componente Talidomida, que impede a formação do feto no período de gestação, durante os três primeiros meses. Ele é desprovido dos dois braços, mas não da capacidade de enfrentar obstáculos com otimismo e energia. Ele comenta: “Todos têm dificuldades na vida. É claro que nem todos enfrentam as minhas, mas nem por isso eu me acomodo. Sempre vou querer superá-las. Basta não ficar na zona de conforto que tudo se torna possível”.

Sua história com o automobilismo começou em 2006, quando procurou uma grande empresa no ramo calçadista da região, com a ideia de pilotar o carro de corrida patrocinada por ela. Por mais estranha que a ideia pudesse soar para muitos, Sandro encarou a empreitada com muita naturalidade e paixão pelo esporte, iniciando uma bela história.

## Velocidade

### Mais que estilo, um padrão de vida

“Eu adoro carros. Amo a velocidade! Meu pai sempre teve veículos opala e acabei desenvolvendo uma paixão pelos motores V8. Liguei para a empresa e marquei uma entrevista. Imagine uma grande marca com forte apelo comercial e receptividade junto ao público, patrocinar um carro para disputas esportivas e colocar como seu piloto, o cara que vai levar a sua estampa, um homem sem os dois braços. Por incrível que pareça, eles acreditaram no meu potencial”, relata o vereador, afirmando que a marca possui um grande programa de inclusão social e acesso aos portadores de necessidades especiais, sendo comum o patrocínio para deficientes em modalidades esportivas como maratonas ou fisiculturismo. “Mas corrida de carros, realmente foi uma ação inusitada e ousada”.

Sandro foi o piloto oficial da marca durante três anos e deste período coleciona troféus. Ele conta que já havia participado de duas provas amadoras com carros de passeio, antes de se aventurar profissionalmente. “E ganhei!”, brinca com um sorriso no rosto.

## “Dificuldades? Nenhuma!”

A etapa do Quilômetro de Arrancada é uma série de provas que ocorre nos circuitos de corrida das cidades de Nova Santa Rita e Tarumã, atraindo dezenas de milhares de apaixonados de todo o País. Há duas modalidades relacionadas à extensão da pista, que varia de 201 a 402 metros. Em ambas, a função é a mesma: vence o carro que chega em primeiro lugar em uma pista reta. Ganha o campeonato o piloto que realiza o percurso em menor tempo, em uma soma de pontos ao final. Sandro explica que o carro de competição tem basicamente o mesmo ajuste que o seu veículo particular. São instalados dois cilindros ao volante com braçadeiras.

Ele comenta: “Eu ‘boleio’ tudo. Dirijo desde 1996 e inclusive sou o motorista oficial da minha banda. E olha que viajamos bastante! Atualmente, em virtude da legislação de trânsito, eu conduzo veículos com câmbio automático, mas sempre dirigi com o manual”.

Todo atleta encontra desafios e dificuldades dentro da prática esportiva, e para Sandro, o fato de ter limitações físicas em nada aumentou estes obstáculos. Porém, destacou que enfrentou problemas relacionados ao preconceito: “A única dificuldade que encontrei foi na crença das pessoas em acreditar que eu poderia fazer aquilo”. O atleta conta que nas primeiras vezes em que competiu, causou espanto e contrariedade em seus concorrentes ao final das provas, após constatarem suas dificuldades físicas. “Ficavam inconformados ao perceberem que perderam uma prova para um sujeito sem os braços. Não tive nenhuma dificuldade técnica de fato, apenas este tipo de preconceito, que logo em seguida era substituído pelo

respeito. Porque todos passaram a me ver não como um deficiente, mas sim como alguém competitivo, que estava ali para vencer. E venceu”, argumenta.

Para Sandro, participar de uma modalidade esportiva, onde a adrenalina é um ingrediente muito marcante pelo seu radicalismo, lhe proporciona a superação dos limites. Não só como deficiente físico, mas como pessoa. “Me perturba estar parado, em inércia. Acredito que não nasci para estar destinado ao que todos à minha volta imaginavam para mim. As pessoas diziam que eu viveria na dependência dos outros para sempre, quando na realidade sempre me neguei a aceitar as limitações impostas. A adrenalina, através da prática esportiva, desperta este conceito em mim”, aponta Sandro, que ainda trabalha como palestrante em escolas, faculdades e empresas dos mais variados portes, onde o tema central é voltado para motivação e superação.

Ele garante: “Geralmente brinco com estudantes e profissionais, contando um pouco da minha história, indagando a eles por que não conseguem tirar uma nota boa ou realizar suas tarefas diárias. Qual a desculpa? As pessoas precisam de um pouco de pressão, um empurrão que as tire da mesmice e conformismo”.

Sandro comenta que, comprovadamente, é o único piloto do Brasil (e possivelmente do Mundo) desprovido de membros superiores. Seus muitos prêmios em competições demonstram que, no esporte, a pessoa com deficiência não é apenas competitiva, mas tem plenas condições de ir em busca das vitórias e se destacar.



Sandro Seixas / Arquivo pessoal

Sandro em show da Sandro Seixas Band



Sandro Seixas / Arquivo pessoal



Márcio Geller / Arquivo pessoal

Psicólogo Márcio Geller:  
“Atletas desenvolvem dependência da adrenalina”

## Todo esporte tem adrenalina, mas alguns querem o **DESAFIO**

A busca pela adrenalina através do esporte, como válvula de escape para a rotina diária, pode ser considerada uma ruptura de padrão na sociedade. A procura pelo risco e tensão gerados por estas práticas esportivas tendem a não ser convencionais. É o que explica o psicólogo especialista em esporte, Márcio Geller, que afirma que este comportamento desencadeia uma motivação e necessidade de sentir a adrenalina. Ele avalia: “Tanto que os atletas que praticam esportes radicais desenvolvem uma dependência desta emoção, passam a sentir uma grande necessidade de praticar a modalidade, justamente para que esta substância seja liberada no corpo”. O especialista, no entanto, afirma que

a busca não é o principal componente de estímulo para quem pratica os esportes radicais. “A adrenalina estimula e faz parte de um grande contexto. O esporte proporciona um bem-estar físico e mental. A questão da socialização e superação dos limites são igualmente presentes neste cenário”, informa.

O psicólogo alerta, apenas, que a prática do esporte radical depende da avaliação médica prévia. Recomendam-se exames cardiovasculares e respiratórios, dependendo do esforço que o esporte exige. “É necessário estudar qual é a atividade a ser praticada e quais as valências físicas que a mesma exigirá”, aponta Geller, informando que existe sim um perfil característico de atle-

tas que optam pelos esportes radicais: “Não são todos que tem inclinação para este tipo de prática e os pesquisadores na área esportiva buscam entender isso. Assim como as motivações para quem a procura”.

Na visão de Márcio, os atletas que praticam esportes radicais gostam do desafio e superam qualquer tipo de receio ou medo dentro da modalidade, através da emoção e excitação que o momento pode gerar. “Todo esporte tem a sua dose de adrenalina. A grande questão dos esportes radicais é o desafio. Os atletas gostam de buscar uma superação e quebra de limites todo o tempo, um comportamento natural para eles.”, finaliza o psicólogo.

# AS (IN)DEFINIÇÕES DE FAMÍLIA

Texto: Taylor Luís Melha Abreu

[taylor\_abreu@hotmail.com]

Fotos: Cristânia Kramatschek Fotografias

*“...olha, acho que é a melhor coisa que aconteceu na minha vida, e é a maior emoção. Não tem explicação, acho que só sendo mãe pra sentir...”*



Carla e Vânia em um momento de união

O relato acima é de Vânia Aires, 31, designer de bolos e mãe de Pedro.

À primeira vista trata-se de mais uma mãe falando sobre as alegrias e emoções da maternidade. Mas Vânia é uma das protagonistas das histórias que serão contadas a partir de agora. Histórias que foram pensadas após uma expressão que passou a ser muito utilizada e recentemente passa por tentativas de desconstrução em alguns veículos de comunicação: a “família tradicional brasileira”.

Se falamos de tradicional, logo pensamos em algo que segue um padrão, com manutenção de um mesmo formato e definição. Daí, entende-se que uma família, supostamente tradicional, tem um único modelo, uma única forma e estrutura. Será que isso é verdade?

Fernanda Montenegro, atriz com muitos anos de atuação no teatro e na televisão, tornou-se um personagem de destaque no assunto “família tradicional brasileira”. Isto porque ela e a atriz Nathalia Timberg protagonizaram uma cena romântica de beijo no capítulo de estreia da telenovela “Babilônia”, da Rede Globo de Televisão. Não havia sido

anunciado que isso aconteceria, mas o beijo entre as duas causou admiração de alguns telespectadores, e represálias de outros. Foi então que o termo “família tradicional brasileira” alvo-roçou as redes sociais - essa expressão é bastante antiga, no entanto se popularizou com a situação. Na época da novela, alguns depoimentos na internet alegavam que “esse comportamento fere os ideais e ofende a família tradicional brasileira”, outros diziam que “marca uma

era de inovação e mudanças positivas na televisão”. A partir disso, eis que surgem alguns questionamentos:

O que é essa família tradicional brasileira? Ela realmente existe? Qual é a sua importância na sociedade?

Para responder estas perguntas, primeiramente precisamos definir o que é família.

No dicionário Aurélio, família “é o conjunto de todos os parentes de uma pessoa, e, principalmente dos que moram com ela. É formada pelos pais e filhos ou

por pessoas com um ancestral em comum”. Já na Constituição Brasileira, não temos claro qual sua definição, mas ao longo dos últimos dois séculos foram sendo inclusas e atualizadas algumas menções sobre o modelo familiar. O principal deles diz respeito ao casamento e à representatividade da família na sociedade. De acordo com Maria Berenice Dias, no Manual de Direito das Famílias de 2007, o casamento era visto como a única entidade familiar reconhecida. Outras formas familiares possíveis eram discriminadas, uniões sem casamento, filhos advindos desses relacionamentos, vínculos extramatrimoniais e filhos ilegítimos eram cabíveis de punição, como exclusão de direitos civis. Na Constituição de 1916, o direito à cidadania era concedido apenas à figura de sexo

masculino - o chamado casamento patriarcal (também arranjado pelos pais que ofereciam um dote). Vale o destaque para o trecho do artigo 233 do Código Civil, que se refere à presença do marido na relação de casamento: “o marido é o chefe da sociedade conjugal”. Ele também serve para retratar a visão da época, onde a mulher era considerada incapaz de assumir uma divisão igualitária no casamento, portanto submissa ao poder marital, conforme afirma Denise Damo Comel em seu livro chamado “Do Poder Familiar”, 2003.

Após inúmeras mudanças na Constituição, chegamos a 1988, quando o direito à proteção familiar foi alterado e o modelo de família patriarcal finalmente extinto, conferindo direitos iguais entre homens e mulheres, como chefes de família. Esta foi a primeira transformação significativa para os novos modelos familiares que estavam por vir.

Era o início de uma mudança de cultura, e consequentemente de pensamento, o que não seria fácil. Mas, sem isso, talvez não conhecêssemos histórias como a da família de Vânia, citada



Vânia grávida de 37 semanas e Carla



Pedro aos três meses

no início desta matéria.

**“O Pedro, lá na casa da Yasmin tem um papai e uma mãe, e na tua casa, como é que é?”**

“Duas mães, só isso.” Essa pergunta foi feita por Carla Watte, 49, assistente social e a segunda mãe de Pedro. Isso mesmo! Pedro, 3, é um garoto que tirou a sorte grande ao nascer em uma família com duas mães.

Mas para chegar até o nascimento de Pedro, é preciso contar um pouco da história de Vânia e Carla. Tudo começou em 2005, quando Carla chamou Vânia para estagiar no Centro de Integração Empresa-Escola, CIEE, de Novo Ham-

burgo. Naquela época, Carla era responsável por fazer os contratos de estagiários. As duas eram colegas de trabalho e não imaginavam que poderiam ter uma relação que se consolidou um ano e meio depois.

Vânia se apaixonou por Carla, mesmo estando noiva de um homem com quem já tinha um relacionamento de cinco anos. Carla não desconfiava dos sentimentos de Vânia. Após um tempo, elas começaram a conversar e a sair juntas, e o noivado de Vânia foi rompido. As duas já estavam apaixonadas, mas a parte difícil foi contar para a família.

Lembrando a situação, Vânia esclarece: “Não, nada foi tranquilo assim, tudo parece um conto de fadas, mas para família é bem difícil no início, até porque foi uma ruptura muito grande. Eu era noiva, não podia, estava há cinco anos em um relacionamento hétero, tinha 21 anos, então foi bem complicado, conturbado, para meus pais entenderem e aceitarem, mas depois acabaram concordando. Acho que o maior medo da família, na verdade, era não ter netos, e aí, quando tivemos o Pedro, era o que esperava, o que faltava”.

Vânia e Carla em mais um momento de felicidade



Carla disse, elas deram tempo para as famílias se adaptarem ao novo relacionamento que ambas estavam propondo. Em 2008, elas puderam finalmente oficializar a relação, agora registrada em cartório. Estavam enfim casadas. E, na sequência, Carla recebeu um ultimato de sua companheira: “daí um belo dia a Vânia disse: Tá, e aí, vamos ter filho? E eu disse — oh, uau!”. Era mais um passo na relação das duas. Começou então a procura pela inseminação artificial. Foram pesquisar preços, locais e tudo mais. “Planejamos muita coisa. Como é que a gente ia reagir, o que que a gente esperava na hora de, enfim, uma nova constituição fami-

liar, quantas coisas ainda têm pra acontecer? Será que a gente tá preparada pra isso? Fizemos um longo processo, financeiramente, tudo o que a gente precisaria mudar na vida da gente”, contou Carla.

A inseminação artificial surtiu efeito. Na primeira tentativa, Vânia estava grávida. Após 37 semanas, Pedro nasceu, e, depois do parto como ele mesmo conta, seus familiares finalmente o conheceram: “daí o pessoal foi no vidro ver eu”. Assim, junto com Pedro, nascia um novo conceito de família. Diferente da constituição de 1916, na família de Pedro não existe a figura paterna, apenas a materna. Como ele diz: “Eu tenho duas mães”.

Vânia (direita), Carla (centro), Pedro (bebê)



Da parte da família da Carla foi um pouco mais complicado. Ela ressalta que a diferença de dezoito anos em relação à Vânia foi o principal receio de sua família. “Acho que minha família teve medo do envolvimento com uma pessoa bem mais jovem, mas depois, logo em seguida, as coisas já ficaram mais tranquilas”.

E enquanto falava mais sobre como suas famílias

tinham reagido à notícia do relacionamento entre as duas, Carla é interrompida: “Quando vai vim a parte que eu tava na barriga da mamãe Vânia?”. A pergunta foi feita por Pedro, que acompanhava a entrevista e agora queria contar sua parte na história.

Em 2007, Vânia e Carla decidiram morar juntas. Foi um ano emblemático e um pouco conturbado com a família de Vânia, mas, como

Além de Vânia e Carla, existem pessoas que propõem novas constituições familiares. Algumas por escolha própria, outras por escolha do destino, como no caso da família de Patrian Mateus Gomes, 27, que, após uma fatalidade, foi obrigado a amadurecer e assumir a responsabilidade de criar quatro crianças.

### A história de Patrian

Em um terreno com duas casas morava uma família. Na casa da frente, Patrian e sua avó. Na casa dos fundos, sua mãe e seus irmãos. Patrian é estudante de jornalismo e estagiário de comunicação na Câmara de Vereadores de Novo Hamburgo, cidade onde atualmente reside com seus quatro irmãos: Aislan, 9, Khauana, 12, Thauã, 13 e Rahoana, 15.

Em 2011, com a morte da avó, sua vida começou a tomar um rumo inesperado. Um choque para todos, e, principalmente, para sua mãe, muito apegada a sua avó. Então, a mãe de Patrian, junto com seus irmãos, decidiram morar com ele.

Depois de um ano, precisamente em junho de 2012, quando a família mal havia se recuperado da perda da avó, houve outro choque: a morte da mãe de Patrian. Ela já andava doente há algum tempo, como lembrou Patrian: “minha mãe começou a ficar doente, devido a minha vó ter falecido. Elas eram bem ligadas, e acabou que ela veio a falecer, há cerca de quatro anos atrás, no mês de junho...”. Sem tempo para se recuperar, e como irmão mais velho, Patrian, na época com 24 anos, encontrou-se em uma posição difícil. Coube a ele a escolha do futuro de seus irmãos. Suas alternativas eram mandar os irmãos para morarem com o pai, em Sapucaia do Sul, ou para um lar adotivo. De um lado, a falta

Patrian Mateus Gomes, reponsavel pela guarda de seus quatro irmãos



Reprodução Facebook

de contato com o pai, e, do outro, a possibilidade de separação de todos os irmãos — um verdadeiro dilema. Então, Patrian teve que decidir. “Eu pensei: eu nunca vou deixar meus irmãos irem para um lugar onde eles não querem, e eles não vão para um lar se separar. Eu também tinha muito desejo de ficar com eles, manter a gente unido”. Foi aí que o irmão mais velho pensou em uma terceira alternativa — adotar os quatro irmãos. Um compromisso muito grande e que o pegou de surpresa: “É uma responsabilidade que cai em cima de ti, tu não sabe o que fazer. Olha para um lado, olha para o outro e quando vê, está criando qua-

tro crianças”.

A decisão de Patrian não foi fácil. Ele sabia que enfrentaria muitos problemas para conseguir ficar com seus irmãos, e a partir dali o caminho seria cada vez mais turbulento, mas no final daria certo. Ele tinha esperança: “Também tive que lutar pra conseguir a guarda deles, de maneira judicial. Tive que lutar contra o conselho [tutelar] em cima me cobrando, perdi emprego, briguei com parentes, mas no final tá dando tudo certo e a gente tá conseguindo ficar junto, que é o mais importante”.

Com o papel de pai assumido, Patrian acaba tomando para si a responsabilidade de impor limites e ajudar a

Reprodução Facebook



A família de Patrian, mãe e irmãos

formar o caráter dos irmãos. Embora seja com aperto no coração, o “não” também é necessário. E como ele conta, seus irmãos sabem que ele é o responsável legal. Assim como as escolas onde seus irmãos estudam, principalmente o colégio de Thauã, que chamou Patrian para conversar sobre as peripécias de seu irmão dias antes. Com 9 anos na época das perdas, Thauã era muito apegado a sua avó e mãe, e como Patrian conta, “ele tem um histórico de aprontar, é o mais espoleta dos quatro”. As datas comemorativas (dia das mães, aniversário, etc.) são difíceis de lidar, e Thauã encontrou uma maneira de expressar seu luto aprontando. Patrian ainda não teve oportunidade para isso: “Eu ainda não tive tempo de ter o meu luto, porque, quando a minha mãe faleceu, eu não podia estar chorando ali ou me desesperando ‘o que que ia acontecer?!’ Porque eu tinha quatro crianças pra criar, então eu tinha que mostrar pra eles que eu tava forte.”

Patrian não se deixa abater, pois sabe que suas decisões podem fazer diferença no tipo de adultos que seus irmãos vão se tornar.

**“É um grande peso que tu tem, ter responsabilidades por quatro crianças” e não esconde a preocupação. “Se eu fizer alguma coisa errada e eles irem no futuro para um caminho diferente”.**

Sem desistir e com o apoio de vizinhos, amigos, familiares e do Conselho Tutelar, Patrian paga as contas, compra alimentos, material escolar e roupas. E continua na faculdade de Jornalismo, pois sabe que assim poderá garantir para si e seus irmãos um futuro digno. “A minha faculdade é uma coisa que eu penso que é o melhor para nós cinco no futuro”.

Um futuro que reserva mudanças na vida de Patrian e seus irmãos, e também na vida de Vânia, Carla e Pedro. Isso porque, não há como negar, enfrentamos uma era de rupturas de paradigmas. Com base nesses casos, torna-se evidente que não há um modelo de família tradicional. De acordo com Sueli Maria Cabral, professora de Sociologia na Universidade Feevale, a família não possui modelo, apenas função social. “O importante é que

percebamos que as famílias ainda possuem funções, mas não padrão”, afirma.

Sobre as funções sociais, Sueli comenta que “como Instituição social, a família preenche várias funções em qualquer sociedade. A natureza dessas funções e o nível de desempenho variam de grupo para grupo. As funções mais importantes exercidas pela família (seja qual for os arranjos encontrados são): a socialização, a assistencial e a econômica.”

Assim, é inegável que em nossa era, estamos mais ligados no que acontece no mundo. As notícias circulam mais rápido do que há 50 anos. Os veículos de comunicação retratam a realidade atual, mostram diferentes

arranjos familiares. Arranjos diferentes e positivos, mas não novos, de acordo com Sueli, que comenta:

“Acho importante que todas as mídias, de forma geral, tragam as possibilidades (que não são novas) afetivas e familiares. A questão mais importante quando falamos de família é o cuidado com o outro, é a corresponsabilidade de com o outro e a possibilidade de transformar a vida do outro, testemunhando sua existência. É fácil? Claro que não! Mais forte que os nossos preconceitos, deve ser o respeito que temos com a vida do outro”.

E o resumo de tudo isso é que o “tradicional” de uma família é ser família (no sentido original do termo).



Pedro com três anos

Carla Wátte / Arquivo pessoal

VENHA COM A CRIATIVIDADE  
QUE O CAFÉ É POR NOSSA CONTA

#VemPra  
Ageecom





