



circular
CUIDA
dores
do Mundo



Circular Cuidadores do Mundo

Circular Cuidadores do Mundo

Um estudo sobre o Cuidar

Coordenadoras

Maria José Gouvêa Marina Vieira Raquel Diniz



Rio de Janeiro, 2024



**Aos
Cuidadores
do Mundo**

NESSE PEQUENO PREFÁCIO, PARA QUEM FOR
 LER ESSE LIVRO, EU GOSTARIA DE DEIXAR
 APENAS TRÊS OBSERVAÇÕES.

A primeira observação é que sua leitura nos desafia a renovar o olhar para o Rio de Janeiro e sua região metropolitana. Como bem o sabemos, em histórico círculo vicioso, no entorno da antiga capital federal, a falta de infraestrutura não atraiu suficientes atividades produtivas e, conseqüentemente, vem criando obstáculos para a capacidade dos municípios de geração de receita. Por isso mesmo, para parcela significativa da população adulta que se desloca diariamente para a cidade do Rio, tais espaços urbanos funcionam basicamente como dormitórios. Por conta disso, e não por acaso, nos noticiários são frequentes as notícias de trânsito pesado, transporte precário com registros de roubos e furtos. Por outro lado, a crônica política desses territórios sempre destaca personagens que operam na lógica clientelista, garantindo, sucessivamente, cargos legislativos e executivos. Sem dúvida, como mostram vários estudos sociológicos, existe uma particular degradação da periferia metropolitana do Rio de Janeiro.

Porém, e aqui vem a segunda observação, esse não é um livro sobre histórias de degradação. Certamente, as histórias aqui registradas expressam o Brasil real com suas persistentes desigualdades sociais, constantemente realimentadas por preconceitos raciais e de gênero. Além disso, geograficamente localizadas, as histórias aqui registradas também evocam as características da região metropolitana do Rio de Janeiro com suas violências e precariedades. Entretanto, ao mesmo tempo, são histórias de resistências contra a corrente da exclusão, contra a correnteza das precariedades socioambientais. Em resumo, sem negar evidentes e persistentes descuidos, nas páginas desse livro o leitor vai encontrar iniciativas de cuidados.

A terceira observação é de fato uma pergunta: o que hoje vem a ser considerado como iniciativas de “cuidados”? Buscando resposta, como está dito na introdução, não espere o leitor encontrar nas páginas desse livro “atos de heroísmo ou fatos inusitados”. Nem espere encontrar aqueles casos exemplares que já contam com amplo reconhecimento social midiático. Na verdade, as histórias aqui registradas poderiam passar despercebidas. Mas, reunidas a partir da perspectiva do cuidado, elas mostram as dificuldades e a importância de ações locais e de movimentos de pessoas e grupos que procuram dar conta de demandas de seus territórios, sem necessariamente esperar por iniciativas de ONGs, empresas e poderes públicos.

Na verdade, esse é um livro sobre cuidadores que valorizam a diversidade ambiental, religiosa, étnica, racial, de gênero. Dialogando com aprendizados da chamada “educação popular”, seus métodos de trabalho evocam manifestações culturais e diferentes linguagens artísticas. Bem como, em tempos de comunicação digital, renovam as maneiras de articulação entre territórios e redes. Sendo assim, suas ações podem favorecer a recuperação de afetos, ancorar pertencimentos, fortalecer experiências coletivas, bem como contribuir para o acesso a direitos e políticas públicas.

A leitura desse livro - que faz parte do programa Circular - Cuidadores do Mundo - é muito inspiradora. Não só porque as histórias aqui reunidas nos permitem um olhar diferenciado sobre o Rio de Janeiro e sua região metropolitana, mas também porque suscitam uma ampla reflexão sobre as diferentes formas de resistência que ganham nova visibilidade, sentido e força quando reunidas na perspectiva de uma política de cuidados. Cuidar é um ato político. A esperança é que se amplie a rede dos cuidadores do mundo.

Regina Novaes, antropóloga.

Circular Cuidadores do Mundo, um estudo sobre o cuidar

Este estudo faz parte do programa Circular - Cuidadores do Mundo, que é resultado da busca por caminhos onde a cultura possa contribuir como mobilizadora para o envolvimento das pessoas nas questões socioambientais mais urgentes do nosso país. Questões essas que, há algum tempo, já se mostravam ser de imensa importância, porém, ainda sem a urgência apontada pelos impactos catastróficos que vieram à tona em 2023/2024.

O programa, iniciado em 2018, surgiu a partir da ideia de Marina Vieira e foi se estruturando em suas conversas com Raquel Diniz e Guto Gutierrez, que resultaram em encontros na livraria Blooks, no Rio de Janeiro, visando à criação coletiva do Circular - Festival do Bem Viver. A proposta do festival era reunir e compartilhar ideias e experiências entre as iniciativas ligadas à sustentabilidade e a um novo modo de vida que estavam surgindo, divulgando - por meio de encontros, vivências, mostras e apresentações artísticas diversas - amplamente para o grande público como forma de incentivar a multiplicação desses movimentos e o surgimento de novas práticas.

O Circular vem de uma longa caminhada. É fruto da experiência com os intercâmbios promovidos pelo Tangolomango - Festival da Diversidade Cultural que teve 20 edições, realizadas em cidades do Brasil e da América Latina, por meio da utilização de uma metodologia própria para a promoção de diálogos e o compartilhamento, reunindo as semelhanças e as diferenças do pensar e do fazer artístico.

Assim como o Tangolomango buscava selecionar grupos culturais, contemporâneos e tradicionais, pela qualidade de seu trabalho e seu desejo de compartilhar experiências, e não pelas suas exposições midiáticas, o Programa Circular, desde o seu início, não busca atos de heroísmo ou fatos inusitados, **mas ações de acolhimento de pessoas comuns que despertaram para novas relações com o outro, com as coisas, com o meio e com a natureza para incentivar que mais pessoas possam vivenciar novas formas de pensar e de agir.**

Com a pandemia, fizemos uma parada forçada nos encontros e na construção coletiva do festival. Marina aproveitou esse tempo para refletir sobre as novas questões ambientais e as dificuldades socioeconômicas enfrentadas pelos mais vulneráveis, que ficaram cada vez mais urgentes.

Foram muitas as vozes que formaram um grande enredo para chegar na proposição do Programa Circular - Cuidadores do Mundo: Ailton Krenak, Antônio Bispo dos Santos (Nêgo Bispo), Bell Hooks, Bernardo del Toro, Chimananda Ngozi Adichie, Davi Kopenawa, Djamila Ribeiro, Eduardo Galeano, Frei Beto, Grada Kilomba, Lé-lia Gonzalez, Leonardo Boff, Luiz Antônio Simas, Marcelo Gleiser, Milton Santos, Renato Nogueira e Sidarta Ribeiro, entre muitas outras pessoas. Algumas mais conhecidas, outras menos, mas sempre pessoas que, com seus exemplos, mostraram que há caminhos para o processo de regeneração. E que já há muita gente trabalhando nessa direção.

Essa trajetória passa por acreditar e promover confluências, como Nêgo Bispo nos ensina:

“Nossos encontros nos tornam mais fortes, somam, engrandecem. O rio quando encontra outro rio, ele não deixa de ser rio, ele se transforma em um rio maior, mais largo e forte.”

Foi na busca de caminhos que pudessem nos tirar dessa situação de desconexão, que Marina, Maria José e Raquel se conectaram para realizar este estudo. Nossa inspiração foi o convite de Ailton Krenak para a construção de um futuro ancestral em que possamos construir uma relação profunda com a terra que habitamos e para vivenciar o coletivo com um claro objetivo: **resgatar a sabedoria, a conexão e o coletivo.**

Uma das nossas inquietações é pensar em como pessoas comuns, que são a maioria da população, sobrevivem ao dia a dia de caos, violência, injustiças e falta de acesso a direitos. Como essas pessoas não sucumbem? Uma das hipóteses levantadas para responder a essa pergunta é que, em algum momento, elas são cuidadas, em algum aspecto de suas vidas. E o cuidado gera força, significado, pertencimento.

É verdade que, no seio das comunidades, temos cuidadores que vão na contramão da individualidade, da competição, de modos de relações que maltratam o outro. Buscam relações regenerativas, vivenciadas para dismantelar mecanismos de discriminação, exploração e opressão. Saem em defesa das pessoas e do planeta. Mas quem seriam esses Cuidadores do Mundo? O que faz com que se dediquem a cuidar? E por quê? Quem cuida e/ou oferece suporte para quem cuida?

O Norte para esse estudo foi o desejo de conhecer **novas formas de ser e de cuidar de si, dos outros e do mundo, utilizando a história oral como fonte de pesquisa, narrativa e escuta.** Assim, queríamos levantar não só as causas e as ações dos cuidadores, mas também contribuir para o reconhecimento, o pertencimento e a valorização da história do outro, de seus sonhos e motivações.

Essas foram as bases para o desenvolvimento do Programa Circular: Cuidadores do Mundo. Mas, desde que o Programa foi escrito, ele não para de expandir, de agregar olhares e aprendizados, como apresentamos neste e-book.

Em 2024, por meio do edital de Diversidade em Diálogo da Lei Paulo Gustavo do Governo Estadual, realizamos um estudo na cidade do Rio de Janeiro e Grande Rio para conhecer e ouvir diversos cuidadores, convidando-os a narrarem suas práticas. Buscamos com essas escutas expandir o entendimento sobre o cuidar e oferecer uma visão plural sobre o tema, inspirando reflexões e compartilhamentos.

O objetivo é ampliar a potência e o impacto das práticas de **CUIDADO**, desempenhadas em diferentes cantos da cidade do Rio de Janeiro e da região metropolitana, que contribuem para que pessoas em situação de vulnerabilidade sejam menos impactadas pelas causas e consequências das desigualdades e injustiças socioambientais.

Assim, iniciamos o Programa com o desejo de conhecer diferentes formas de cuidar e compreender a função do cuidado na nossa sociedade. Neste e-book, apresentamos as histórias dos 30 cuidadores. São eles os protagonistas. São suas histórias que queremos visibilizar e potencializar a partir de diferentes saberes e práticas que se complementam e interconectam. Todo o resto é menos importante do que as histórias que nos mostram um Brasil real, desigual, cansado, machucado, resiliente, violento, mas também corajoso, criativo, encantado, cuidado. Acreditamos que, ao contar suas histórias, estamos os honrando e agradecendo por eles também cuidarem de todos nós.

Cultura, Cuidar, Cuidadores

Entendemos a cultura a partir de um conceito dinâmico e em constante transformação, não apenas como um conjunto de tradições, artes e saberes, mas como uma rede interdisciplinar que interage com as complexidades da vida, do cuidado com o outro e com o planeta, profundamente entrelaçado com meio ambiente, religiosidade, saúde, memória e ancestralidade. Essas dimensões refletem a diversidade cultural do nosso país e são fundamentais para entender o presente e projetar um futuro sustentável, respeitoso com as tradições e inclusivo.

Assim, utilizamos o conceito de cultura explorado por Luiz Antônio Simas, como sendo todos os **processos humanos de criação das formas de viver.** Desejamos nos debruçar sobre as formas de viver que estão permeadas pelo cuidado, como a cultura vivenciada por rezadeiras, pescadores artesanais, agroecologistas, indígenas, mães de santo, ativistas digitais, educadores, artistas populares etc. .

Olhamos para o cuidado como **modo de vida, como expressão de uma cultura e/ou construção de uma forma de ver o mundo.**

A **cultura do cuidado** tem um papel fundamental na reconstrução de uma forma de vida mais saudável, justa, equilibrada e plural, em que ninguém fica de fora. Quando o cuidado acontece, resignificamos, conectamos, escutamos, compartilhamos, nos importamos, nos envolvemos, intersomos.



Quem é que estamos chamando de cuidadores do mundo

- Aqueles que assumem de forma contínua o papel de cuidar, de proteger, de guardar.
- Guardiões de uma tradição, de um bem cultural material ou imaterial e/ou de uma história.
- Aqueles que protegem seus territórios.
- Os que tomam para si uma causa.
- Aqueles que estão presentes, disponíveis para uma escuta ativa.
- Os que são conectores e promovem o diálogo.
- Aqueles que atuam de forma sistêmica e interconectados com as pessoas e a natureza.
- Os que articulam uma rede de cuidado, dentre outros.

Ouvir histórias

É importante esclarecer que nosso estudo não está ligado à academia, ou seja, não carrega o rigor acadêmico. Fomos guiadas por nossos objetivos, mas fomos **flexíveis** o suficiente para abarcar as reflexões que foram surgindo no processo. A trajetória do estudo foi se alargando à medida que conversávamos com novas pessoas e agregávamos novas perspectivas.

Baseadas na escuta ativa, trabalhamos com a metodologia da História Oral por entendermos que cada história é única e nosso objetivo principal foi capturá-las e preservá-las para a compreensão sobre o cuidado em suas trajetórias de vida.

Sabemos que o processo de escuta das experiências e perspectivas das pessoas comuns amplia nosso entendimento da história humana, promovendo a inclusão, a diversidade e o diálogo intercultural. No contexto contemporâneo, a História Oral é uma metodologia relevante e poderosa para a compreensão e interpretação dos desafios e das possibilidades enfrentados pelas sociedades em constante transformação.

Utilizamos como inspiração e guia a prática do Museu da Pessoa, um museu virtual e colaborativo de histórias de vida, aberto à participação de todas as pessoas, com o qual nos identificamos pelo conceito e pela metodologia que criaram ao longo de 33 anos de atuação.

Queríamos verdadeiramente ouvir histórias de cuidadores, deixar que falassem sobre suas vidas, o que os levaram a cuidar, do que cuidavam, como cuidavam, como se sentiam com a prática do cuidado e o que pensavam sobre ser cuidadores e sobre o cuidado em si.

Todo o processo foi cocriado com pensadores e especialistas em temáticas transversais e especialmente com os cuidadores.

Nosso processo teve 6 etapas:

Pesquisa sobre o tema

Pesquisa baseada em fontes secundárias, em um vasto campo de autores que, de maneira direta e indireta, abordam o tema, como já citamos acima.

Rodas de Conversa

Antes de irmos a campo, consideramos ser fundamental ouvir pessoas que conheciam e observavam o trabalho de cuidadores do campo. Identificamos os nomes de 12 pesquisadores, especialistas, produtores, criadores e ativistas para participarem de uma Roda de Conversa em que pudéssemos compreender suas visões e experiências com a prática do cuidado. Eles nos conduziram por histórias de cuidadores, ajudaram a elaborar perguntas e indicaram cuidadores ou organizações sociais e culturais.

As rodas de conversas ocorreram por meio de reuniões virtuais, com duração entre 60 e 120 minutos, em que tivemos o prazer de conversar com Carla Carvalho, Cinthia Mendonça, Charles Siqueira, Denise Silva, Graciela Selamein, Guto Gutierrez, Heraldito HB, Isabel Pereira, Júlio Ledo, Leandro Santana, Lisa Gunn e Luciana Bezerra. Essas conversas afetivas nos inspiraram e ampliaram nossa compreensão sobre o cuidado.

Levantamento de Cuidadores

Entramos em contato com organizações governamentais, organizações sociais, coletivos, pesquisadores, consultores independentes que nos levaram a nomes e contatos dos cuidadores. O nome de todas as organizações e pessoas estão nos agradecimentos desse e-book.

Como nos velhos tempos, tudo foi feito com base em uma **rede de confiança**, em que uma pessoa acredita e admira o trabalho de outra e a indica. Nós acreditamos e fomos contatar esses cuidadores.

Entrevistas com os cuidadores

Identificamos 50 possíveis cuidadores a serem entrevistados. Pelos limites da proposta, definimos 30. Os critérios para a seleção utilizados foram os seguintes:

- Atuante no Rio e Grande Rio.
- Diferentes idades, causas, raças e localidades.
- O cuidado como parte do cotidiano do cuidador.
- Que a prática ou a forma do cuidado ocorram pelo desejo do cuidador e não seja a ele imposta.
- Existência de um público, um objeto ou território de atuação.
- Trabalho aberto à comunidade - acesso público.
- Interseccionalidade com outras questões relacionadas à cultura do cuidado.
- Disposição de trocar e compartilhar.
- E, principalmente, existência do desejo de contar a sua história

Ao entrevistá-los, procuramos compreender suas perspectivas, motivações e os desafios que pudessem contribuir na identificação de estratégias e construção de abordagens mais eficazes para o fortalecimento de redes, ampliação do entendimento sobre a diversidade do cuidar e para a formulação de políticas e programas que apoiem e incentivem essas iniciativas.

As entrevistas, com duração de 60 a 120 minutos, tiveram como fio condutor a metodologia da história oral. Realizadas em “blocos” temáticos, a narrativa do entrevistado e o “roteiro” do entrevistador foram conduzidos de maneira fluída, como uma conversa, sendo a empatia e o respeito fundamentais durante todo o processo. As 30 entrevistas foram feitas on-line, com trocas de mensagem, ligações *a posteriori*, envio de informações por WhatsApp e envio de fotografias que apoiaram o processo de construção da trajetória de vida de nossos cuidadores.

Ao longo do processo de escuta, nós nos adaptamos ao ritmo e ao tom que pareciam mais apropriados para todos os cuidadores. Cada um contou um pouco de sua história, de suas crenças, visões de mundo, sobre como cuida e o que representa o cuidado em sua vida. Apesar do roteiro de entrevista ter sido estruturado, não necessariamente o seguimos rigidamente e não exigimos que os cuidadores falassem sobre qualquer assunto em que não se sentissem confortáveis. Por isso, o registro de suas histórias apresenta uma certa variação de textos, tamanhos e formatos.

Entrevistas em vídeo

Dos 30 Cuidadores, selecionamos 10 que representavam o conjunto dos personagens que levantamos. Como nossos recursos eram limitados, não foi possível entrevistar pessoalmente todos nessa fase. Nossa opção para a seleção dos 10 cuidadores foi, então, olhar para a diversidade de temáticas dos cuidadores, para os diferentes territórios e para a interseccionalidade com outras questões relacionadas à cultura do cuidado. A maioria das gravações de vídeo foi realizada nos próprios territórios dos Cuidadores, focadas na escuta de suas histórias e de suas visões sobre o cuidar.

Tratamento dos dados

As 30 entrevistas foram transcritas e estudadas, gerando a produção de textos iniciais que foram enviados para os cuidadores verificarem as informações. Uma forma prática e simples de se sentirem representados e inseridos no processo.

O registro das entrevistas e das gravações resultaram neste e-book, em que apresentamos as histórias dessas pessoas tão verdadeiras que têm essa “estranha mania de ter fé vida”, de cuidar de seus territórios, de um coletivo, das diferentes memórias da cultura, de uma língua, de si mesmo. Histórias que tratam dos ciclos da vida, de seus desafios, suas vivências... numa biblioteca comunitária, num terreiro, num assentamento, no mundo digital construindo novas narrativas, numa Folia de Reis e de tantas outras formas tendo em comum, o ato de cuidar.

O que aprendemos - o Comum

Conexão entre cuidadores

Boa parte dos cuidadores já se conheciam e trocavam informações e experiências.

Maioria feminina

As mulheres prevaleceram no universo de 50 cuidadores pesquisados, confirmando números nacionais e globais que revelam que o cuidado é realizado majoritariamente por mulheres. Procuramos inserir homens, porque achamos importante desafiar o estereótipo de que o cuidado é responsabilidade das mulheres, em especial de mulheres negras. Sem dúvida, elas cuidam mais. No entanto, queremos ajudar a mudar essa realidade para diminuir a carga mental que o cuidado gera, abrir espaço para oportunidades de desenvolvimento, autonomia e independência financeira.

Classes populares

A maioria pertence a classes populares e cuidam de quem está à sua volta, mas os benefícios de seus atos extrapolam as localidades. Normalmente, quem cuida está inserido no mesmo contexto de quem é cuidado e/ou tem histórias de vida semelhantes.

Histórico de luta e resiliência

Boa parte dos cuidadores possuem um histórico de participação em diferentes movimentos da sociedade civil, assentamentos, sindicatos ou são resultados de projetos e movimentos sociais.

Intergeracionalidade

O cuidado não tem idade. Nosso estudo ouviu pessoas entre 23 e 70 anos.

Determinação (apesar do cansaço)

Seguem adiante, ainda que sem apoios significativos de recursos financeiros. Muitos nunca tiveram acesso a recursos de investimento social privado, “filantropia” ou recursos públicos, mas apenas doações de pessoas físicas. Muitos assumem responsabilidades com outros empregos para que possam financiar suas ações de cuidado. Realidade que precisa ser modificada com democratização de recursos para a base.

Todos têm consciência política e da necessidade de mudanças. Cuidar é um ato político. Vários têm envolvimento com políticas públicas, seja na formulação, seja na execução. São movidos por um forte senso de justiça.

Consciência política

Todos têm consciência política e da necessidade de mudanças. Cuidar é um ato político. Vários têm envolvimento com políticas públicas, seja na formulação, seja na execução. São movidos por um forte senso de justiça.

Apreço pelo conhecimento

Procuram o conhecimento seja via a educação formal, seja com a troca de experiências. Muitas vezes, a formação vem por meio de outros cuidadores. Todos estão muito preparados para fazer o que fazem. Possuem a segurança de quem sabe o que está fazendo. Não ficam só no intuitivo, mas têm compromisso e clareza do que precisa ser feito. Intuição, intencionalidade, emoção e preparo.

Insegurança alimentar

Uma das maiores preocupações dos cuidadores é com a insegurança alimentar dos mais vulneráveis. A distribuição de cestas básicas e de refeições faz parte do cotidiano de quase todos eles. O entendimento de que o direito à alimentação segura e saudável é a primeira necessidade básica.

A comida, o fazer a comida, é parte importante na cultura do cuidado. Há um nítido orgulho em dizer que pessoalmente cuida da comida que será servida em dia de festa nas comunidades.

Transversalidade e interseccionalidade

A ancestralidade é a base e um norte que aponta caminhos para a maioria. A forma de cuidar em muitos casos é ancestral: ervas, rezas, benzeção, rodas de cuidado, memória. Realmente, o futuro é ancestral.

TRANSVERSALIDADE E INTERSECCIONALIDADE DOS TEMAS

(exemplo: saúde, meio ambiente, moradia, memória, cultura)

Seus trabalhos se interconectam com diferentes áreas, traçando uma trama que delinea um novo tecido social.

Combate às desigualdades, injustiças sociais e mudanças climáticas - enfrentamento de agendas urgentes pela base, gerando soluções estruturais e estruturantes pensadas e executadas por quem vivencia o problema. Lutam pela democratização de direitos para seus territórios.

Se a trama já está sendo tecida,
o que fazer para fortalecê-la?

“Criando um círculo virtuoso,
um movimento circular de começo, meio,
começo, meio...”

como nos ensina Nêgo Bispo.

Pensamos em apresentar conclusões com referências e outros dados, mas entendemos que esse não é o momento das nossas reflexões. Esse espaço é das histórias sobre o cuidar, sobre as dores e delícias dos 30 cuidadores. Eles trazem questões relevantes para a nossa sociedade a partir dos seus olhares e apontam caminhos práticos que já estão sendo construídos por eles.

Caminhos esses traçados por quem trabalha com saúde, educação, adaptação a mudanças climáticas, agroecologia, incentivo à leitura, comércio justo, valorização de memória, cuidados paliativos, anticapacitismo, acolhimento de pessoas LGBTQIAPN+ e tantos outros temas. Colocam tudo em prática com o que têm à mão e, muitas vezes, contam com uma rede de cuidado - apoio. Precisam de políticas públicas comprometidas com garantia de direito para todos, serviços públicos de qualidade, acessíveis e que foquem no bem-estar da sociedade, incluindo o de quem cuida e o de quem é cuidado.

Nossos cuidadores são cheios de sonhos. Mesmo que, muitas vezes, sejam permeados por brutalidades, eles sonham, persistem, resistem. Eles fazem, eles transformam. Em alguns momentos, a simples presença num território, assim como a não desistência, já é a possibilidade de construção de novas relações. Diante desse cenário, então, nos perguntamos: quais são os valores gerados a partir do cuidado?

Os 30 cuidadores, cada um à sua maneira, ensinam que é preciso **voltar a sonhar coletivamente**. Eles acreditam no coletivo. **O fazer coletivo** como estratégia e o coletivo como destino. Não faz sentido fazer sozinho ou progredir sozinho. Como muitos dos cuidadores relataram “não sei fazer diferente”. A luta e a vitória são coletivas.

Eles vivenciam e enxergam na prática a **interseccionalidade**. Eles articulam, mobilizam, trançam fitas que conectam múltiplas causas que, só quando analisadas e compreendidas na sua integralidade e complexidade, podem ser acolhidas de forma efetiva.

Concordamos com Sidarta Ribeiro: somos resultado de um longuíssimo **projeto colaborativo**, a valorização desse caminho, de colaboração, é nossa melhor chance de seguirmos evoluindo. Temos uma enormidade de riqueza de ideias e comportamentos acumulados por nossa espécie que constituem nossa herança comum.

Acreditamos que a cultura do cuidado tem um papel fundamental na reconstrução da nossa **conexão** com a natureza, com os outros, com o meio e com nós mesmos. Essa reconexão nos possibilitará criar formas de vida mais saudáveis, justas, equilibradas e plurais em que ninguém fica de fora porque nos importamos. Cuidar também é aprofundar a democracia.

Que privilégio foi conhecer e trocar com esses 30 cuidadores! Aprendemos infinitamente, transformamos a nós mesmas, saímos outras. E queremos mais, queremos poder caminhar perto deles, articular apoios, falar sobre suas causas, lutar por políticas públicas e estratégias. Além disso, queremos conhecer outros cuidadores Brasil afora.

Desejamos que nosso estudo possa agregar novas perspectivas às discussões sobre a Política Nacional do Cuidado, bem como sobre políticas públicas locais e práticas institucionais que devem reconhecer e redistribuir - entre o Estado, o setor privado, as comunidades e as famílias - o trabalho do cuidado não remunerado realizado, sobretudo, por mulheres, em especial por mulheres negras.

Esse estudo não se encerra aqui. É o ponto de partida. Queremos visibilizar, fortalecer e potencializar uma **rede efetiva de cuidadores** e, assim, contribuir para enfrentarmos os desafios de sobrevivência neste século 21, sistematizando conhecimentos e juntando forças a partir de diferentes saberes e práticas, cuja diversidade de cuidados possam convergir em ações que se ampliam, complementam e interconectam.

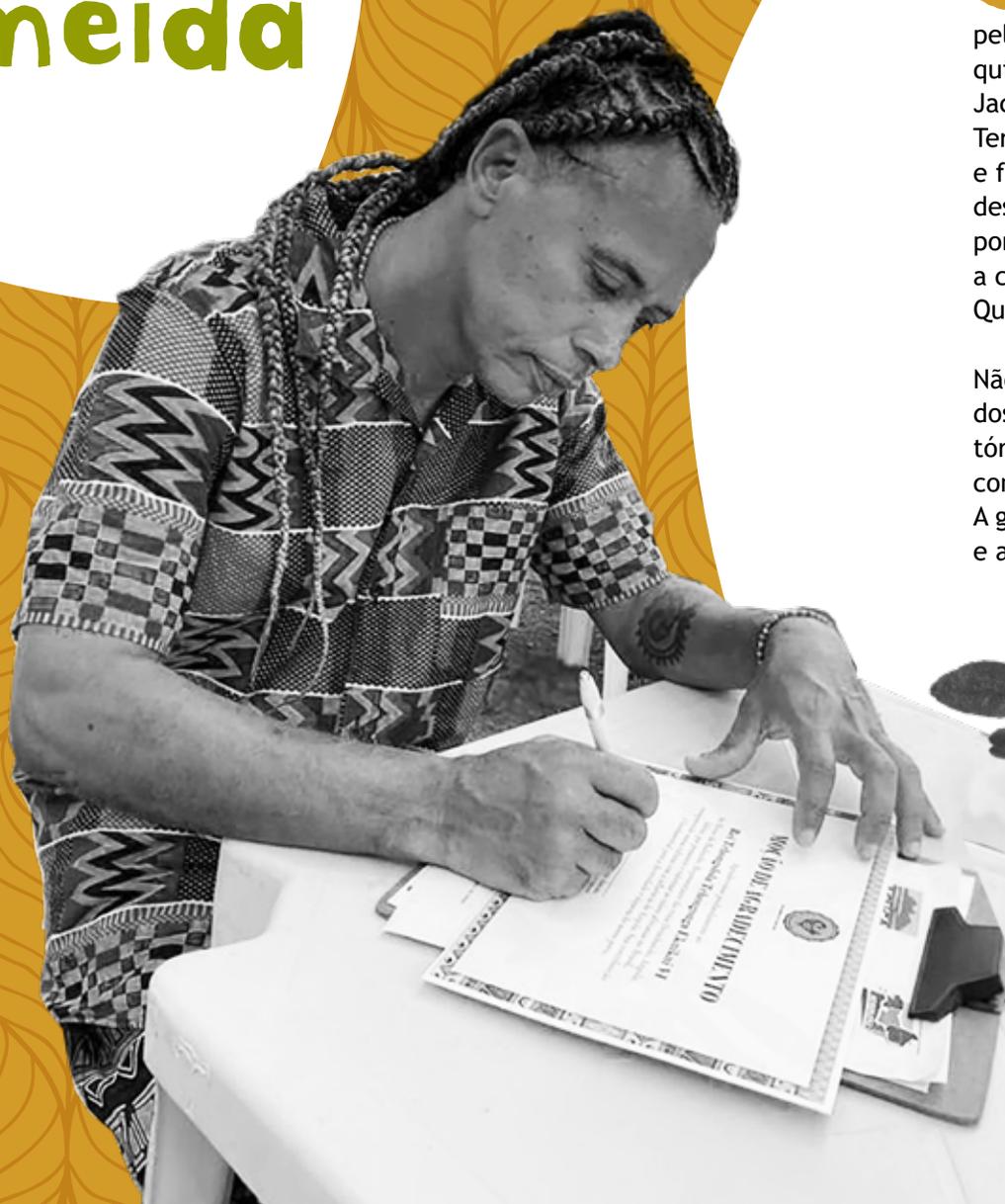


Leiam, releiam, escutem, vejam os vídeos, contatem os cuidadores, pesquisem sobre suas referências, compartilhem suas histórias. Esperamos que, ao conhecer nossos cuidadores, você se inspire em suas práticas e comece a caminhar em direção ao que nos une.

Cuidadores do Mundo

Adilson de Almeida.....	14
Alexandre Silva.....	18
Ana Olívia.....	23
Anápuàka Tupinambá	27
Andrea Apolonia	32
Antonio Carlos Firmino.....	36
Ariadne Mendes.....	39
Bia e Shirley.....	45
Eliene Vieira.....	49
Flávia Souza.....	53
Flávio e Massari.....	58
Fleury Johnson.....	62
Geraldo Bastos.....	68
Gilza Rosa.....	74
Johari, Shirley e Davlyn.....	77
Joyce Santos.....	82
Jurema.....	85
Laura Torres.....	89
Lorena Froz.....	92
Lourdes Brazil.....	96
Luciana Petersen.....	100
Lucimar Ferreira.....	104
Mãe Flávia.....	108
Mãe Itamara.....	112
Marcos e Raquel.....	116
Maria Chocolate.....	121
Maria Helena Carvalho.....	125
Marilza Barbosa.....	129
Ninho Vidigal.....	133
Ronaldo Silva.....	137

Adilson de Almeida



Com sete anos, Adilson Batista de Almeida andava pela mata com a avó em busca de ervas. Sua família é quilombola e sua avó era curandeira. A terra dele fica em Jacarepaguá, no Maciço da Pedra Branca, declarada como Território Remanescente de Quilombo. Adilson nasceu e foi criado no Quilombo Camorim e hoje é o guardião dessa terra e das famílias quilombolas, também é responsável por defender as pessoas de sua comunidade e a cultura ancestral do povo Banto, que se instalou no Quilombo desde 1614.

Não há como passear pela vida de Adilson sem lembrar dos ensinamentos de Nêgo Bispo: “Somos povos de trajetórias, não somos povos de teoria. Somos a circularidade: começo, meio, começo. As nossas vidas não têm fim. A geração avó é o começo, a geração mãe é o meio, e a geração neta é o começo de novo.”



*Somos povos de trajetórias,
não somos povos de teoria.
Somos a circularidade: começo,
meio, começo.
As nossas vidas não têm fim.
A geração avó é o começo,
a geração mãe é o meio, e a geração
neta é o começo de novo.”*
Nêgo Bispo

A avó de Adilson, Isaura dos Santos, é o começo. A mãe, Alzira Almeida, é o meio. Foram elas quem lhe ensinaram a reconhecer as plantas mata adentro, a compreender o valor daquela Floresta e a utilidade de cada erva. Talvez essa fosse a brincadeira favorita de Adilson: caminhar entre grandes árvores, pular as pedras, sentir os cheiros, observar as muitas cores de verde, sentir o chamado das ervas. A avó fazia questão de repetir as informações sempre que estavam juntos para que ele fosse gravando na mente aque-

le conhecimento que vinha de longe. Além de ensinar para que serviam, a avó depois mostrava como fazer xarope, pomada, garrafada e infusões. Cada um com seu mistério. Cada um com seu encanto.

Adilson começa a roda novamente. Ele também é começo. Erveiro, replica o conhecimento ancestral da avó para sua comunidade quilombola. Demonstra ter muito prazer em entrar na mata para buscar as ervas, fala com alegria que “a floresta é uma farmácia viva”.

Com 55 anos, Adilson é uma liderança quilombola, presidente e diretor da **Associação Cultural Quilombo do Camorim** (ACUCA), criada, em 1998, para resgate e proteção do patrimônio. A Missão da ACUCA é resgatar, difundir e valorizar a história do Quilombo do Camorim por meio de arte, memória e meio ambiente.

Quando chegou a hora de assumir seu legado e liderar o quilombo, Adilson contou que foi até o leito do Rio Camorim, fechou os olhos, respirou bem fundo e se perguntou: quem sou eu e o que querem de mim? Lembrou-se de que precisou conversar com a sua ancestralidade para saber se estava no caminho para cumprir a missão que lhe foi designada.

Recebeu resposta, assimilou e se aprontou para a luta. Adilson trabalha incansavelmente defendendo a identidade histórica, cultural e os direitos dos povos quilombolas. Defender seu povo é defender o direito à memória e a melhores condições de vida para a comunidade. É resistência e existência.

Sua casa, sua terra, seu Quilombo do Camorim ocupa parte do belíssimo Parque Estadual do Maciço da Pedra Branca. Entre prédios, condomínios, comércio, eis que há um quilombo. O nome Camorim é de origem Tupi, vem de um peixe que os habitantes locais - indígenas Tamoios e Tupinambás e negros - pescavam na lagoa de Jacarepaguá. O peixe é o robalo.

A história do Quilombo do Camorim foi construída pelas mãos dos primeiros Negros Bantos que chegaram em terras brasileiras.

O principal ponto de referência para a ACUCA é o Núcleo Histórico do Engenho do Camorim. O conjunto arquitetônico, datado do século XVII, foi composto pela igreja, a casa-sede do engenho (que hoje é uma propriedade particular bastante descaracterizada) e o Sítio Arqueológico do Engenho do Camorim, registrado em 2017 no Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN). O Sítio Arqueológico do Engenho do Camorim era parte integrante de um conjunto maior, onde havia vestígios do antigo engenho, da senzala e de outras construções erguidas no tempo da escravidão, como o galpão do engenho. Essas marcas têm desaparecido com o processo de urbanização do bairro, o que faz com que a luta da ACUCA seja contra o apagamento da história.¹

A partir da pequena Igreja de São Gonçalo do Amarante - construída em 1625 por Gonçalo de Sá Correia, filho do governador da cidade do Rio de Janeiro, Salvador Correia de Sá -, rastreia-se a história da sesmaria onde foi instalado o Engenho do Camorim, um dos muitos engenhos da planície de Jacarepaguá.

Em 2016, a pesquisadora Silvia Peixoto, com a participação da comunidade, realizou pesquisa arqueológica na área do Quilombo do Camorim, outrora terras do Engenho do Camorim. Como resultado, foi registrado o sítio arqueológico no Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN). [...] Fragmentos de panelas, tigelas, assadores, pratos de cerâmica, dentre outros, assim como de cachimbos confeccionados e usados pelos grupos escravizados presentes no engenho, apresentam marcas culturais desses grupos e suas inter-relações. Concluiu-se pela grande quantidade de cerâmicas com decorações características do grupo Tupi, a numerosa presença de população nativa no engenho.²

¹Fonte: ASSOCIAÇÃO CULTURAL DO QUILOMBO DO CAMORIM. Cartografia Participativa: Quilombo do Camorim - Guardiões da Sankofa. Disponível em: <https://aspta.org.br/files/2022/09/Cartografia-Social-Guardi%C3%A3es-de-Sankofa-Quilombo-do-Camorim.pdf>. Acesso em: 16 set. 2024.

²Fonte: ASSOCIAÇÃO CULTURAL DO QUILOMBO DO CAMORIM. Cartografia Participativa: Quilombo do Camorim - Guardiões da Sankofa. Disponível em: <https://aspta.org.br/files/2022/09/Cartografia-Social-Guardi%C3%A3es-de-Sankofa-Quilombo-do-Camorim.pdf>. Acesso em: 16 set. 2024.

Adilson enfatiza que **“é preciso criar estratégias contra o apagamento e contra os constantes assédios da especulação imobiliária. Todos os dias, somos ameaçados por pessoas que desejam nossas terras e que querem apagar a nossa história. Em especial, essa convivência ficou mais difícil durante o governo do presidente Bolsonaro, que fez questão de dizer, ainda quando candidato, que não daria nem um palmo de chão para Quilombolas.”**

Assim que soube disso, Adilson correu para dar entrada ao reconhecimento do Quilombo pela Fundação Palmares. Assim, a comunidade recebeu o certificado de reconhecimento oficial do Quilombo do Camorim e do Maciço da Pedra Branca, considerados quilombos rurais. O segundo passo para a regularização fundiária foi a pesquisa antropológica do território já realizada pelo Inbra, faltando apenas a publicação no Diário Oficial - RPI.

Ao redor do Quilombo, moram 80 famílias, das quais apenas 28 se intitulam quilombolas. Com preocupação, Adilson fala da influência das religiões neopentecostais em relação à negação das origens quilombolas. Algumas pessoas claramente quilombolas não querem buscar seu reconhecimento, porque dizem que isso é “do demônio, que não é de Deus.” Esse é mais um desafio para a lista de Adilson, que reforça que as atividades realizadas dentro do Quilombo são para o benefício de todos.

Seu compromisso com a preservação da memória e da exuberante Mata Atlântica tornou Adilson um cuidador da floresta. A resposta à derrubada de árvores pelo entorno é o reflorestamento, é colher sementes e replantá-las. Como guardiões da sabedoria da natureza, a mata é parte de cada quilombola. Gestor ambiental, Adilson é um defensor da regeneração e de práticas sustentáveis, porque o cuidado que se inicia no quilombo se multiplica na mata. Sob sua liderança, a comunidade busca o desenvolvimento econômico socioambiental regenerativo com agroecologia urbano-rural. A horta comunitária ali construída contribui para a segurança alimentar das famílias. A proteção de territórios quilombolas também contribui para planos de adaptação e mitigação à mudança do clima. Os resíduos produzidos são cuidados pela comunidade, que desenvolveu um banheiro ecológico.

Por ter formação para atuar como guia de turismo de base comunitária, essa atividade tornou-se uma frente importante para disseminar a história e valorizar o patrimônio material e imaterial do quilombo, e como fonte de renda. Há muitos anos, o quilombo está aberto a turistas, recebendo grupos com pré-agendamentos em circuito guiado com cachoeira, gruta, caminhos na mata e trilhas, além de

“ Todos os dias, somos ameaçados por pessoas que desejam nossas terras e que querem apagar a nossa história. Em especial, essa convivência ficou mais difícil durante o governo do presidente Bolsonaro, que fez questão de dizer, ainda quando candidato, que não daria nem um palmo de chão para Quilombolas. **”**

apresentações de jongo, capoeira e uma deliciosa feijoada que Adilson faz questão de dizer que é feita por ele. Cozinhar uma comida ancestral de seu povo é também uma forma de cuidado.

Como a Pandemia de Covid-19 interrompeu o projeto das visitas, a comunidade aproveitou a pausa para iniciar obras de melhorias na infraestrutura e de expansão para receber grupos maiores. Isso foi possível, porque os recursos captados com as visitas são reinvestidos na manutenção do quilombo. Adilson conta que, como parte do Programa de Educação Antirracista, o quilombo é aberto para visitas guiadas e educativas para crianças, adolescentes e jovens de escolas públicas estadual e municipal, e que jovens de universidades públicas também participam gratuitamente das visitas.

Parte essencial desse mosaico é o desenvolvimento e a promoção de atividades que valorizam a cultura afro-brasileira, em atividades como capoeira, jongo, maculelê e festas populares. Adilson é mestre de capoeira e dá aulas em vários locais. O Grupo de Jongo do Camorim é famoso por sua originalidade. Adilson é um Griô, responsável por repassar oralmente as histórias e a filosofia de seu povo. As festas populares no quilombo são concorridas: Rodas de Jongo, Festa de São Jorge, Festa Junina, Dia da Consciência Negra.

Para pesquisar e ensinar saberes ancestrais e para reforço escolar, foi criada uma Escola Quilombola, na qual Adilson se empenha para divulgar a história do quilombo e a forma como os quilombolas compreendem o mundo. Ele observa que: **“Falar sobre o quilombo é também mostrar que há outras possibilidades de entendimento do mundo, outras formas de se relacionar com o mundo, com o outro e com a natureza. O cuidado de acordo com a forma de viver e de estar no mundo quilombola é coletivo. Expandir o conhecimento sobre a cultura quilombola é confluir, como o mestre Nêgo Bispo ensinou.”**

Adilson trabalha com escolas públicas e privadas numa perspectiva antirracista, ecológica e anticolonial, fazendo cumprir a Lei nº 11.645, de 10 de março de 2008. Com muito carinho, ele desenvolve conteúdos e atividades para manter, sensibilizar e mobilizar crianças e adolescentes, buscando preservar e transmitir os conhecimentos ancestrais dos quilombolas para os jovens.

Empolgado com a atividade educacional, Adilson conta que, por volta dos anos 2000, começou a trabalhar com escolas e universidades para o desenvolvi publicados.

Os intercâmbios culturais com outros países são muito bem-vindos. Com alegria, Adilson conta que, ao visitar a comunidade, o Rei do maior grupo étnico de Angola: Tchongonga Ekuikui VI, que é Banto, sentiu-se em casa. A visita ao Quilombo do Camorim fez parte da agenda de dois dias do Rei no Rio de Janeiro, em 2023, por conta de esse quilombo ser o mais antigo da cidade e ter sido ocupado por pessoas escravizadas trazidas de Angola. Para celebrar, foi plantado um baobá, que cresce devagarinho.

Os cuidados com a sua comunidade não param. Adilson diz: **“Eu luto para que os jovens estudem e possam ser inseridos nas faculdades. Assim como luto por zelar pela saúde, outra forma importante de cuidado, me empenhando em levar serviços, como as campanhas de vacinações, para o Quilombo, assegurando que todos serão vacinados.”**

Em meio a tantas atividades, tantos compromissos e muitas responsabilidades, Adilson também dedica parte do seu tempo a trabalhar na Associação Estadual das Comunidades Quilombolas do Estado do Rio de Janeiro (ACQUILERJ), que reúne 52 comunidades quilombolas ou remanescentes de quilombo mapeados, distribuídos por todas as regiões do estado. Um trabalho muito relevante, porque as associações quilombolas podem realizar encontros com as lideranças dos quilombos para discutir problemas sociais e raciais, como titulação das terras quilombolas, racismo estrutural, falta de acesso à educação e violação de direitos.

Sobre parcerias e apoios ao quilombo, Adilson diz que: **“Tudo é feito na cara e na coragem, voluntariamente e com muito amor, com pequenas doações da própria comunidade e algumas outras pontuais”**. A intenção é participar de Editais, mas ainda há pouca informação disponível sobre captação de recursos.

Como todos os movimentos sociais por direitos, o Quilombo do Camorim é resistência. É perpetuação de cuidado ancestral. E é, por isso, que Adilson cuida, diariamente, para que sua comunidade e sua cultura resistam às ameaças constantes de violência contra a população negra a partir da consciência e da convicção aprendida com a avó na infância de que **“Cuidado é prestar atenção em cada pessoa para saber o que ela está precisando de fato. O cuidado é amar o seu próximo como você gostaria de ser amado. Essa é minha missão de vida, ainda que tenha que enfrentar muitos desafios. Porque quando piso no solo do Quilombo, tudo fica leve e em paz.”**

“ O samba é rodando,
A capoeira é rodando,
O reggae é rodando,
A gira é rodando,
Tudo nosso
é na circularidade.”
Nêgo Bispo

Alexandre Silva



O enfermeiro Alexandre Ernesto Silva é professor da Universidade Federal de São João Del Rei-FUSJ. Doutor em cuidados paliativos, ele conta que, por muito tempo, foi conduzido pela pergunta: como as pessoas morrem na condição de favela? A curiosidade e anos de pesquisa o levou a criar, em 2018, com um grupo de moradores e de profissionais de saúde, o projeto Favela Compassiva da Rocinha e Vidigal, comunidades da Zona Sul do Rio de Janeiro. Um projeto pioneiro no Brasil para assistir pacientes que estejam vivenciando doenças ameaçadoras da vida e também a seus familiares.

Mineiro, Alexandre divide a residência entre Rio de Janeiro e Minas Gerais. Logo nos primeiros minutos de conversa, ele diz sentir-se muito feliz em exercer sua profissão. Formou-se em 2000 e, ao longo desses 24 anos, trabalhou em gestão, em assistência, e, ainda antes de se formar, tornou-se professor e pesquisador, atividades que adora desempenhar. Ele conta que, nos primeiros contatos com pacientes, seja no hospital ou em outras unidades de saúde, observava com atenção como as pessoas com doenças crônicas e graves morriam, sentindo um profundo incômodo sobre como a morte acontecia:

“Morrem mal em casa, morrem mal em hospital.”

Para ilustrar seu desconforto, conta sobre uma história pessoal de sua família: uma de suas tias queridas, com câncer de fígado, vivia entre idas e vindas ao hospital. Até que um dia, sua avó disse que a tia tinha “ido de alta para morrer em casa”. Indignado, ele perguntava: “Como assim ter alta para morrer?”. Até que, ao visitá-la em casa, deparou-se com a tia claramente em grande sofrimento, repetindo continuamente que “ninguém merece tanta dor”. Alexandre relata que, nos olhos de sua tia, via dor, que parecia que a candeia da alma, aquilo que nos anima, estava apagada.

Para ele, a dor e o desconforto que antecederiam a morte, era um incômodo gigantesco. “Eu não me conformava com essa situação, que sempre me inquietava, e pensava: não pode ser assim, não precisa ser assim. Não conseguia ficar impassível quando me deparava com pessoas que tinham doenças graves e estavam passando por extremo sofrimento. Em vários momentos da minha trajetória, ainda quando estagiário, ouvia profissionais de saúde dizendo que, se a paciente tem uma doença grave, a dor é assim mesmo. Impossível me conformar com o fato de se normalizar o sofrimento quando as pessoas estão no fim de vida.”

Alexandre fez Mestrado em Educação na Universidade Estadual de Minas Gerais, ao mesmo tempo em que cursava MBA em Gestão Pública em Saúde na Fundação Getúlio Vargas. No Mestrado, ele começou a estudar os cuidados paliativos no ambiente hospitalar, interessando-se em perceber como a equipe médica e os enfermeiros compreendiam o que eram cuidados paliativos. No MBA, com sua turma, fez visita de campo ao Complexo do Alemão para analisar como a gestão em saúde era feita na favela. Ainda durante o MBA, visitou, também com a turma, um espaço criado por uma mulher trans que cuidava sozinha de cerca de 18 pessoas com doenças graves na Lapa, deixando Alexandre impressionadíssimo com a compaixão dela.

Seu desejo de pesquisar cuidados paliativos em uma favela era enorme. Ele se lembra de que, quando criança, passava em frente às favelas da Rocinha

“*Em vários momentos da minha trajetória, ainda quando estagiário, ouvia profissionais de saúde dizendo que, se a paciente tem uma doença grave, a dor é assim mesmo. Impossível me conformar com o fato de se normalizar o sofrimento quando as pessoas estão no fim de vida.*”

e do Vidigal com uma parente que lhe dizia: “Abaixa, abaixa!”. Teimoso, conta que não se abaixava, mas, pelo contrário, olhava com olhos bem abertos e o que via eram trabalhadores para lá e para cá, parecidos com os de sua cidade. Então, por que ele deveria abaixar? Assim é que, adulto e já enfermeiro, tinha vontade de entender como as pessoas eram cuidadas na favela e como elas morriam. Mais uma pergunta que não saía de sua cabeça: Como as pessoas morrem na condição de favela? Ele não baixaria mais a cabeça, estaria agora com ela para fora do carro.

Quando o destino o levou a conhecer Marielle Franco, conversa vai, conversa vem, ele pediu que ela o levasse para conhecer uma favela, curiosidade que tinha desde pequeno. Marielle articulou para que ele pudesse passar um tempo estudando em unidades de saúde do Complexo da Maré. Foi um tempo de muito aprendizado, mas, infelizmente, depois de alguns meses, a pesquisa teve que ser interrompida por conta de interferência de movimentos paralelos na comunidade, o que poderia colocar sua vida em perigo.

Determinado, Alexandre não desistiu de se manter conectado com alguma favela, quando conheceu e ficou amigo de um casal proprietário de um hospital no Vidigal, não perdeu a oportunidade de se conectar com ela. Impressionado com as formas de cuidado ali praticadas, aprendeu sobre uma rede de amizade que há nas comunidades para que um cuide do outro. Para Alexandre, nas favelas as pessoas cuidam mais uma das outras, mas têm menos acesso aos serviços do que na Zona Sul, no asfalto. Serviços não só de saúde, mas de água potável, recolhimento do lixo, limpeza das ruas, iluminação, habitação etc.

Então, após terminar o mestrado e o MBA, ele resolveu iniciar uma pesquisa sobre como as pessoas morriam na favela. Nesta trajetória, conheceu um senhor que estava sendo comido por ratos, uma senhora que estava comendo papelão temperado há uma semana. Nessas horas, o olhar de sua tia vinha na memória.

“*Encontrei na Comunidade Compassiva meu propósito de vida. E a compaixão tem o poder de curar. Eu curei a minha dor, aliviando a dor dos outros. A mola propulsora da Favela Compassiva Rocinha e Vidigal é a compaixão. A cada paciente atendido, a cada família acolhida, a cada dor mitigada, a cada luz que retorna aos olhos, eu me lembro da minha tia. Essa trajetória tem feito sentido pra mim até aqui.*”

A dor, o desconforto, a candeia da alma apagada. Decidido a fazer algo por aquelas pessoas, Alexandre começou a montar uma rede na comunidade para que os próprios moradores pudessem dar suporte àquelas pessoas. E, mesmo já fora do Rio de Janeiro, tentava articular como podia promover atividades que pudessem aliviar o sofrimento humano.

Em 2018, concluiu o Doutorado e, logo em seguida, foi chamado para participar do I Congresso de Cuidados Paliativos. Convidado para falar sobre cuidados paliativos na favela, ele conta que foi nesse momento que “realizou” que estava já atuando da forma que sonhava, tentando aliviar o sofrimento humano. No Congresso, conheceu uma pessoa que nomeou o que ele estava fazendo: Alexandre estava criando uma Comunidade Compassiva, o que já estava acontecendo na Inglaterra e em outros países da Europa.

Com olhos cheios de alegria e a voz vibrante, Alexandre afirma: “Encontrei na Comunidade Compassiva meu propósito de vida. E a compaixão tem o poder de curar. Eu curei a minha dor, aliviando a dor dos outros. A mola propulsora da Favela Compassiva Rocinha e Vidigal é a compaixão. A cada paciente atendido, a cada família acolhida, a cada dor mitigada, a cada luz que retorna aos olhos, eu me lembro da minha tia. Essa trajetória tem feito sentido pra mim até aqui.”

De forma simples e didática, ele explica a diferença entre os conceitos de empatia e de compaixão: empatia é a dor que sentimos ao perceber a dor do outro. Compaixão é quando eu sinto a dor e a partir dela faço algo para aliviar a dor do outro. E repete: a compaixão cura e nunca mais pretendo ficar sem esses antídotos da dor.

Assim, ainda em 2018, Alexandre criou o projeto Favela Compassiva da Rocinha e do Vidigal com a missão de apoiar os moradores com doenças que ameaçavam a vida, e também seus familiares e cuidadores, além de atuar como pesquisador voluntário no Grupo de Estudo e Pesquisa em Cuidados Paliativos da Fiocruz.

Cuidados Paliativos pressupõem o cuidado centrado no paciente e não apenas na enfermidade. Fundamenta-se no respeito à autonomia e à dignidade humana. Todo ser humano tem direito à saúde, direito de alívio da dor, direito à informação sobre seu real estado de saúde, direito de não ser submetido a tratamento desumano ou degradante.

A estratégia central do projeto é que voluntários locais, moradores das favelas, sejam responsáveis pelo atendimento direto dos pacientes, após passarem por treinamento que garante a qualidade do atendimento prestado, o que envolve controle de medicação, curativos, banhos, companhia, limpeza da cama, faxina na casa, caminhar com o paciente, escuta ativa, ouvir as histórias, apoiar no processo de fisioterapia e tantos outros cuidados.

Além de voluntários locais, o projeto conta também com voluntários profissionais e voluntários apoiadores, que se unem para dar conforto e dignidade a essas pessoas, sendo que 99,8% dos voluntários da rede são mulheres pardas ou negras e diaristas. Essas são as cuidadoras do Brasil. Um conselho gestor atua na liderança, fazendo a interface com o sistema público de saúde local como rede de apoio complementar e não substitutiva. Alexandre faz toda a articulação com as unidades de saúde locais e, também, com a Secretaria Municipal e Estadual de Saúde. Como ele explica, trata-se de uma iniciativa que anda de mãos dadas com o sistema público de saúde, em que o cuidado é centrado na promoção da dignidade humana mediante alívio de dor e outros sintomas angustiantes, bem como para promover autonomia, vida e morte dignas.

“Que nosso cuidado e sobriedade permitam que uma pessoa chegue e parta deste mundo com dignidade. Partos e partidas, ambos com respeito e compaixão.

Porque os pacientes são cidadãos em situação de extrema vulnerabilidade social, muitos deles vivendo com outras pessoas que também precisam de cuidados ou dependem de algum vizinho para ajudar”, conta Alexandre.

Mais de 200 pacientes já foram atendidos por voluntários e a equipe multidisciplinar, a cada mês, com orientação de Alexandre, seleciona novos pacientes para receberem apoio por meio de alimentação, medicamentos, roupas, atendimentos médicos e o que for preciso pelo tempo que for necessário. Seja oferecendo um sopão, que garante a ingestão de proteínas e vitaminas aos pacientes que precisam dessa complementação, seja oferecendo uma faxina na casa, um banho ou as compras de alimentos para a semana.

Alexandre construiu uma rede também de profissionais médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, dentistas, fonoaudiólogos, psicólogos para o atendimento aos pacientes durante o mutirão mensal, bem como telemonitoramento de pacientes. Esses profissionais também orientam os voluntários, que têm acesso a um grupo de WhatsApp, por meio do qual podem pedir apoio à equipe de saúde. Hoje, a rede conta com cerca de 69 profissionais, que se envolvem nos mutirões ou teleatendimentos. O grupo visita os pacientes que foram indicados pelos voluntários para consulta e análise de cada caso, fazem encaminhamentos e indicações de como devem proceder, sempre com o foco em aliviar a dor e gerar bem-estar aos pacientes e, conseqüentemente, aos seus familiares. O grupo de WhatsApp conta com cerca de 300 profissionais de apoio.

A terceira rede de voluntários é composta por apoiadores de recursos que podem ser produtos, materiais ou dinheiro, ou ainda, como logística. Alexandre conta que tem um banco de reserva com medicamentos doados, materiais de higiene e hospitalares, insumos que são distribuídos à medida em que são solicitados pelos voluntários. As três redes formam um coletivo de cuidado. Em cada uma das comunidades, Rocinha e Vidigal, há uma sede, que é também um centro de convivência para treinamentos, trocas, consultas, desabafos e abraços. Os pacientes que têm baixa mobilidade ou que estão acamados são atendidos em domicílio.

O impacto das Comunidades Compassivas atinge diversas camadas do bem-estar e de coesão social: os pacientes acompanhados têm diminuição de sinais e

sintomas da doença, além de alívio do sofrimento e aumento da qualidade de vida; os moradores voluntários ampliam seu sentimento de pertencimento e bem-estar, ressignificam suas vidas por desenvolverem uma função que melhora, tangivelmente, a vida do outro e melhoram as relações familiares, minimizando a pressão da necessidade diária de cuidados 24 horas para o familiar doente; voluntários moradores e voluntários profissionais ampliam seus conhecimentos; e os profissionais de saúde e estudantes conseguem acompanhar os resultados dos cuidados prestados, qualificando e ressignificando ainda mais a sua prática.

Inquieto e sempre buscando melhorar cada vez mais o projeto, Alexandre fala de seu desejo de poder contar com pesquisas territoriais para levantamento das necessidades locais. Por conta da falta de implementação de política pública voltada ao atendimento desta necessidade de saúde e da carência de serviços que prestam assistência paliativa, há, conseqüentemente, falta de indicadores confiáveis para a elaboração de estratégias mais eficazes, não sendo possível determinar o número exato de pessoas que necessitam de cuidados paliativos.

Por outro lado, Alexandre começa a ter esperança na mudança do cenário nacional de atenção aos cuidados paliativos: recentemente, ele foi convidado pelo Ministério da Saúde a integrar a equipe que está pensando e planejando inserir os cuidados paliativos no SUS em todo o país. Para o futuro, ele conta que deseja fazer pesquisas que qualifiquem o trabalho das

“*Que nosso cuidado e sobriedade permitam que uma pessoa chegue e parta deste mundo com dignidade. Partos e partidas, ambos com respeito e compaixão. Porque os pacientes são cidadãos em situação de extrema vulnerabilidade social, muitos deles vivendo com outras pessoas que também precisam de cuidados ou dependem de algum vizinho para ajudar.*”

Comunidades Compassivas; ampliar a qualificação dos voluntários e o atendimento nas comunidades; e implantar novas Comunidades, Brasil afora, como política pública nacional. Afinal, todos nós temos o direito de receber essa abordagem de cuidado para melhor envelhecer, melhor viver e morrer.

Uma boa notícia é que as Comunidades Compassivas convergem com a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável e com a Política Nacional de Atenção Básica. O trabalho tem sido reconhecido dentro e fora da academia, e Alexandre tem sido convidado para participar de entrevistas, congressos, grupos de estudos, programas para falar sobre longevidade, cuidados paliativos e comunidades compassivas. Hoje ele é considerado referência nesse tema. Recentemente, em abril, participou de um quadro do Profissão Repórter, na Rede Globo. Também fez parte dos especialistas entrevistados para o documentário “Quantos dias, Quantas Noites”, dirigido por Cacau Rouden e produzido por Maria Farinha Filmes, o filme aborda os temas: longevidade, relações intergeracionais, o tempo e o impacto das desigualdades no envelhecimento e bem-estar.

No Instagram do Favela Compassiva, os cuidadores são apresentados e suas histórias contadas. Uma forma simples e prática de valorizar e honrar aqueles que se dedicam a amenizar a dor e o sofrimento dos outros, levando alegria, acolhimento, técnicas, abraços, resignificando sua relação com o outro e fortalecendo o sentimento de comunidade. Cuidar é compaixão.

“Cuidar é escutar a demanda da vida. É não tratar como morte o que é vida e como coisa o que é gente.”

Eliane Brum
Jornalista e escritora brasileira

Ana Olívia Cardoso



Ana Olívia, portuguesa, vivia na Espanha quando resolveu se mudar para o Rio de Janeiro, mais especificamente para Parada de Lucas, com o objetivo de dar aulas de espanhol em um projeto social. Como professora de Yoga, começou a dar aulas no Redes da Maré. Mal começou, percebeu que era ali, no Complexo de Favelas da Maré, que iria criar um espaço dedicado à atividade: o Instituto Yoga na Maré. Hoje, Ana Olívia é professora de Yoga, terapeuta Ayurveda (consulta e massagens) e empreendedora social.

Nascida em Coimbra, Ana Olívia cresceu numa cidade pequena perto do Porto e só voltou a Coimbra para estudar Direito na famosa Universidade, dos 18 aos 24 anos. Com orgulho, ela conta que é neta e filha de imigrantes portugueses que, antes de ela nascer, viveram mais de 25 anos em Angola e cinco anos no Brasil. Como a família sempre foi muito apaixonada por Angola e pelo Brasil, esse amor a influenciou quando decidiu também ser imigrante.

Em 2004, finalmente, Ana Olívia decidiu deixar Portugal para desbravar um pouquinho o mundo e fortalecer sua trajetória no cuidado. Essa decisão a levou a morar na Alemanha e na Espanha. Seis anos depois, ao tirar férias, escolheu visitar o Brasil e, já na primeira parada, no Rio de Janeiro, se apaixonou completamente pela cidade e, ao conhecer a Rocinha, teve certeza de que voltaria para trabalhar em alguma comunidade do Rio. Em 2012, morando na Espanha, Ana Olívia recebeu uma proposta: dar aulas de espanhol em um projeto social em Parada de Lucas, na Zona Norte do Rio de Janeiro. Cidadã do mundo, ela não teve dúvidas: abriu os braços e se jogou nessa aventura, mesmo com tantas pessoas ponderando sobre o perigo em relação à violência armada. De lá pra cá, trabalhou também com pesquisa no Instituto de Estudos da Religião (ISER), onde percebeu que era o momento de usar a chave de expandir sua rede de relacionamento e suporte.

O Rio transformou muita coisa na vida de Ana e, como retribuição, ela resolveu cuidar dos cariocas. Logo que chegou, começou a praticar Yoga, atividade com que teve uma ligação tão profunda que resolveu estudar para dar aulas. Ela conta que a prática lhe fazia tão bem que quis compartilhar a sensação de bem-estar que sentia com outras pessoas, o que despertou o desejo de ensinar. Mas uma ideia fixa não saía da sua cabeça: ensinar Yoga no Complexo da Maré. Seu desejo, que se tornou intenso, era ajudar as pessoas da Maré a ter um pouco de tranquilidade em meio ao caos. Pessoas muito potentes, segundo Ana, mas praticamente sem acesso a práticas de autocuidado.

Essa verdadeira profissão de fé a levou a iniciar, em 2015, duas turmas em parceria com a organização social Redes da Maré, numa salinha na sede da instituição que fica em Nova Holanda, uma das comunidades do Complexo. Surpreendeu-se com a adesão das moradoras do entorno. Entusiasmada, diz que “colou muito bem e a demanda rapidamente aumentou”, o que, no entendimento de Ana, ocorreu porque os alunos, quase 100% mulheres, sentiram confiança de que ela

era consistente no seu propósito e de que iria ficar. Essa crença foi criando um forte elo de confiança entre o grupo, o que permitiu que, com o tempo e aos poucos, ela fosse introduzindo também as técnicas de massagem Ayurveda.

Apenas um ano depois, Ana começou a expandir suas atividades com a realização dos primeiros aulões nas ruas da Maré e em outros espaços da cidade. Assim, duas novas turmas foram abertas na Vila do Pinheiro, em espaço cedido pela Clínica da Família Adib Jatene, e no Morro do Timbau, em espaço da instituição parceira Espaço Casulo. Ainda em 2016, ela conseguiu realizar o 1º Retiro de Yoga e Meditação, na Serra de Petrópolis, com cerca de 30 pessoas.

Em 2017, diante da necessidade de gerar renda para financiar as atividades, Ana Olívia passou a fazer atendimentos individuais, a preços sociais, em parceria com o Espaço Casulo. Sua determinação em preservar as atividades a levou, também, a dar os primeiros passos em busca de financiamento coletivo para a instalação de uma sede, o que lhe permitiu que, um ano depois, pudesse, finalmente, formalizar a existência do Instituto Yoga na Maré. Com o objetivo de promover uma cultura de paz e oferecer um sistema de saúde integrativa aos moradores da Maré, por meio das práticas do Yoga e do Ayurveda, o instituto pôde realizar um ciclo de ações no território da Maré, incluindo aulas, mutirões de limpeza e oficinas, gerando, assim, um ciclo assertivo de cuidado: cuidar do outro, de si mesmo e do território.

Ana Olívia tem a marca da ousadia. Ousadia de fincar os pés num dos maiores aglomerados de favelas do Rio, com uma realidade urbana desafiadora, berço de uma constante violência de todas as formas, de violação de direitos humanos e de ausência de políticas públicas. Em uma comunidade que grita por assistência, o direito ao cuidado emerge com força quando, em 2019, é inaugurada a primeira sede do Núcleo de Bem-Estar e Saúde do Yoga na Maré (NUBES). Para isso, um espaço pequeno e acolhedor com laje, cozinha, sala de estar e sala de atendimentos e aulas foi alugado na favela Nova Holanda, mais um passo concreto em direção ao cuidado, que permitiu aumentar o número de pessoas beneficiadas com massagem ayurvédica, fisioterapia e medicina tradicional chinesa, além de permitir a realização de oficinas. Novas terapias puderam ser agregadas ao Instituto aos poucos e, com a sabedoria de pessoas locais, foi possível lançar o caderno de receitas “Yoga na Maré”.

O período da pandemia de covid-19 foi bastante desafiador, exigindo a necessidade de se adaptar à nova realidade virtual, mas, por outro lado, tornou-se uma oportunidade para realizar o sonho de formação de novas professoras de Yoga moradoras da Maré. A demanda pelo cuidado tornou-se tamanha, que houve urgência em formar novas profissionais, o que significava mais pessoas gerando renda dentro da comunidade, num ciclo virtuoso em que todos ganham.

O sonho de ter uma turma para formação de 16 professores de Yoga! se concretizou em 2023. O curso de Formação de Professoras, na modalidade semipresencial, em parceria com a Escola Svadhyaya, durou 15 meses. Algumas das professoras já estão dando aulas no Instituto e em outras organizações e estúdios de Yoga. Uma primeira turma presencial fora da Maré foi aberta, em parceria com o Espaço Terra Mater, beneficiando moradores de outras favelas do Rio. Apenas como exemplo, vale informar que uma das novas professoras formada pelo curso era vendedora ambulante e a oportunidade mudou a sua vida.

Ao mesmo tempo em que as atividades se concretizavam em Nova Holanda, Ana Olívia corria atrás de parcerias nacionais e internacionais para que pudesse continuar seu projeto focado sempre em cuidar. A articulação de parcerias é uma tarefa fundamental dos cuidadores que, muitas vezes, aprendem fazendo, porque não recebem treinamento para essa atividade que consome grande parte dos seus dias. Uma habilidade que deve ser observada em quem cuida, pois, com certeza, eles têm muito a nos ensinar.

O Instituto Yoga na Maré se organiza a partir de três eixos de atuação: saúde e bem-estar; cultura e cidadania; e capacitação e geração de renda. Organiza também oficinas variadas, palestras, saídas culturais, retiros na serra e aulas ao ar livre. As aulas e os encontros formativos acontecem na sede do Instituto e em três clínicas da família dentro do Complexo. Há aulas gratuitas para moradores todos os dias, presenciais e on-line. E, se você for um apoiador do projeto, também tem direito de participar das aulas on-line.

Incansável, agora em 2024, Ana já está com obras em andamento para a construção da nova sede do NUBES, Centro de Referência de Saúde Integrativa da Maré. Um local mais amplo, planejado para ser construído aos pouquinhos, de acordo com o que é possível captar, mas sem parar de buscar - e alcançar -

“*Procuro manter uma rotina de autocuidado bastante disciplinada, porém sendo consciente de que nem sempre consigo fazer tudo como gostaria - e está tudo bem, pois dou o meu melhor a cada dia. Partindo desse lugar, sinto que o meu propósito de vida é realmente cuidar do outro - sentimento que trago comigo desde jovem.*”

melhorias para dar mais conforto à comunidade de iogues. A ideia e a ação prática é expandir cada vez mais o escopo de terapias e atendimentos oferecidos, que agora também incluem erveira (curso ministrado por doula todas as terças-feiras), doulagem, massagista, reiki, shiatsu e acupuntura, num ciclo que promove cuidado coletivo e geração de renda.

Quando perguntamos de quem Ana Olívia cuida, ela fala com brilho nos olhos: **“cuido de meus alunos e alunas de Yoga e de meus pacientes de Ayurveda. Cuido do Yoga na Maré, que é a ONG que criei, como se fosse uma filha. Cuido das minhas relações pessoais. Procuro cuidar o melhor possível da mãe Terra, refletindo a cada momento sobre minhas escolhas e prioridades, e incentivando reflexões e ações nesse sentido. Cuido da minha saúde física e mental para conseguir continuar cuidando dos outros.”**

Nesse sentido, ela explica que o primeiro passo para o cuidado é o autocuidado.[...] em primeiro lugar: eu me cuido. Sou consciente de que, se eu não priorizar o autocuidado, o autoconhecimento e meu desenvolvimento pessoal, eu não consigo dar conta de escutar, observar, acolher, cuidar de ninguém. Me faltaria saúde, força, energia, clareza mental e até mesmo legitimidade para cuidar e inspirar as pessoas se eu não me cuidasse. Então, procuro manter uma rotina de autocuidado bastante disciplinada, porém sendo consciente de que nem sempre consigo fazer tudo como gostaria - e está tudo bem, pois dou o meu melhor a cada dia. Partindo desse lugar, sinto que o meu propósito de vida é realmente cuidar do outro - sentimento que trago comigo desde jovem.

É bonito ver a empolgação de Ana Olívia ao reafirmar que veio para ficar. Com muito carinho ela fala das rodas de mulheres que começam a se conectar umas com as outras quando passam a fazer parte do espaço NUBES, que consideram suas segundas casas, porque, naquele cantinho, elas desabafam, ficam quietinhas quando têm vontade, compartilham dores e alegrias. Ana relata, ainda, a incidência de doenças mentais, como ansiedade, depressão e dores crônicas em mulheres que têm em sua rotina uma combinação de direitos à saúde negados com o histórico de sofrimento de intensa violência. De acordo com a pesquisa que desenvolveu com suas alunas, 90% apresentavam ansiedade por causa da violência, o que torna valioso a existência de um espaço de acolhimento e autocuidado, e de tempo para respirar e se conectar, tão essencial para o processo de saúde integral coletiva. A Yoga, um abraço, um toque, uma respiração, uma manobra para sair de uma crise de ansiedade, uma roda de escuta, tudo isso faz com que os moradores do Complexo da Maré estejam mais saudáveis e equilibrados para lutar por seus direitos de viver bem e com dignidade.

Ana Olívia ressalta que está rodeada de mulheres que são cuidadoras por excelência - de toda a família, da casa, dos vizinhos... É com elas que Ana troca diariamente muitos aprendizados. A roda do cuidado gira.

O Instituto Yoga na Maré compreende a saúde a partir de um conceito amplo e de uma abordagem de cada pessoa como um todo, considerando-o em seus vários aspectos: físico, psíquico, emocional e social. Ao oferecer Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como recursos terapêuticos, o instituto busca a prevenção de doenças e a recuperação da saúde, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado, levando Ana a colecionar histórias de superação de suas alunas.

“Cuidar dos outros faz parte da minha forma de existir e me realizar neste mundo. Me sinto muito feliz e realizada.”

“Falar sobre o cuidado não é suficiente. É preciso falarmos de desenvolvimento pessoal como parte de um projeto coletivo. Incluir a si mesmo no cuidado é um passo fundamental para passarmos a nos incluir no problema. Se não nos compreendermos como parte da mudança que precisamos fazer, estamos fazendo o trabalho pela metade. Só nos entendendo parte do problema é que podemos expandir, mudar as possibilidades, alargar nosso campo.”

Graciela Selamein
Diretora Executiva do Instituto Toriba

Anápuàka Tupinambá



Anápuàka começa seu depoimento esclarecendo que o nome pelo qual é conhecido hoje não é o mesmo que recebeu ao nascer - Erick Márcio Mendes Muniz -, e que só surgiu em sua vida mais tarde, durante um processo de afirmação de sua identidade.

Nascido em 6 de abril de 1974, na Zona Sul de São Paulo, próximo ao aeroporto de Congonhas, veio ao mundo no hospital Amparo Maternal, destinado a mães solteiras, mulheres pobres, mestiças, negras, prostitutas e moradores de rua. Esse cenário, marcado por uma divisão social explícita, já indicava o caminho de luta e resistência que ele trilharia.

Durante sua primeira infância, viveu em uma favela na Zona Sul de São Paulo, conhecida como Nova Divinéia. Essa comunidade, que já não existe mais devido à remoção promovida pelo governo para dar lugar a um parque e à Avenida Roberto Irineu Marinho, foi um dos lugares mais importantes de sua vida. Seu pai, Dario Muniz Tupinambá, foi um dos líderes da Associação de Moradores, e seu padrinho, o fundador da favela.

Anápuàka descreve essa experiência como sua primeira vivência real de comunidade, onde todos se conheciam e cuidavam uns dos outros. De forma natural, faz analogia com a vida em uma aldeia indígena, ressaltando como aquele ambiente foi fundamental para sua formação. “Acho que foi a primeira vez que tive uma experiência do que é realmente uma comunidade. Dificilmente encontrei, nos meus 50 anos de vida, uma comunidade como aquela dos meus primeiros anos. De conhecer as pessoas, saber os nomes, de onde elas vêm, e as pessoas cuidarem umas das outras. Olhando isso, sem dizer que eu sou indígena, parece que eu estou numa aldeia.” Essa lembrança ocorre desde que tinha apenas 3 anos. Seu pai sempre contou sobre suas raízes, sobre sua cultura e, nem sempre, eram histórias de fantasia, mas, sim, histórias de luta, violência e resistência. Dos 4 para 5 anos foi alfabetizado e, aos 6, quando corriam os anos 80, já acompanhava o pai nas reuniões do Movimento Nacional dos Povos Indígenas para ler e escrever para ele.

Seu orgulho pelo pai transborda nas suas palavras. Pedreiro que trabalhou na construção da linha azul do metrô de São Paulo, até hoje, ele é fonte de inspiração para Anápuàka, que diz sempre se emocionar ao andar pelas estações e lembrar do que o pai realizou ali.

Sua mãe, Elisete Mendes Muniz Tupinambá, mulher negra e indígena Tupinambá, vem de uma família com forte tradição matriarcal, algo que raramente se encontra em muitas culturas indígenas devido à influência das religiões cristãs. Anápuàka acredita que o patriarcado é um problema introduzido pela religião cristã, mas, que, em sua casa, as práticas espirituais permitiram que o matriarcado florescesse, permitindo que ele crescesse nessa cultura, aprendendo a cozinhar, a cuidar da casa e se envolvendo em práticas espirituais que sua mãe e a família de seu pai ensinaram, como a mandinga e a feitiçaria. Para ele, cozinhar sempre foi uma forma de magia, uma prática cheia de simbolismo.

“Acho que foi a primeira vez que tive uma experiência do que é realmente uma comunidade. Dificilmente encontrei, nos meus 50 anos de vida, uma comunidade como aquela dos meus primeiros anos. De conhecer as pessoas, saber os nomes, de onde elas vêm, e as pessoas cuidarem umas das outras. Olhando isso, sem dizer que eu sou indígena, parece que eu estou numa aldeia.”

Aos 9 anos, Anápuàka se mudou para a aldeia Caramuru (antiga fazenda São Lucas, retomada de 1982), na Terra Indígena Caramuru Catarina Paraguaçu em Pau Brasil, no sul da Bahia. Lá, ele se viu à frente de uma nova realidade, aprendendo a viver em um ambiente rural e indígena, vivenciando uma transição desafiadora, mas, ao mesmo tempo, muito rica, pois foi onde começou a entender verdadeiramente sobre suas raízes. Um período de intensa formação, em que chegava a passar de 14 a 18 horas por dia aprendendo a sobreviver na mata, praticando arco e flecha, montaria, e compreendendo as constelações e os astros de uma maneira que nunca tinha experimentado antes. Muitos e diversos são os aprendizados: plantar, lidar com animais e se orientar no meio do mato, permitiram que ele desenvolvesse uma conexão mais profunda com a natureza. Nesse momento, por orientação de seu pai, ele escolheu seu nome e re-nasceu, autodenominando-se Anápuàka Muniz Tupinambá Hã Hã Hãe: Anápuàka (em homenagem ao povo Anápuàka, pronuncia-se, “Anápú Ānkâ” e significa “rio que faz barulho próximo dos cajueiros”), Muniz (nome colonizado pelas famílias que adotaram indígenas), Tupinambá (sua etnia) e Hã Hã Hãe (que significa “outros povos”, etnia do território Caramuru):

Quando Anápuàka completou 12 anos, seus pais decidiram que ele e seu irmão deviam ir para o Rio de Janeiro, onde sua mãe estava morando. A mudança fez parte de um acordo entre seus pais, que, apesar de separados, sempre mantiveram uma relação de cooperação quanto à criação dos filhos, sendo presentes e responsáveis, algo que eles cumprem até hoje. Seu pai, então, organizou um rito de passagem para ele e seu irmão, que consistia em derrubar uma árvore quase petrificada. Depois de completar o rito, eles pegaram suas coisas e partiram.

Com lágrimas nos olhos, Anápuàka entendeu que, na cultura indígena, aos 12 anos, ele já era considerado um homem, responsável pela própria vida.

Chegando ao Rio de Janeiro, os dois irmãos foram morar em Santa Cruz, uma área rural na época. Ali, ele rapidamente se encantou pelo rádio, paixão que já cultivava desde São Paulo. O equipamento se tornou uma companhia constante e uma maneira de ele se conectar com a cultura carioca, identificando a maneira única em que os cariocas se expressam no rádio, com seu estilo descontraído e envolvente.

Adolescente, fez uma verdadeira imersão em experimentações de som, eletrônica e tecnologia. Em uma época em que a internet ainda estava surgindo, ele já mexia com computadores, além de trabalhar com áudio e vídeo. Sua mente, que ele descreve como tendo a “síndrome do cérebro acelerado” e “dislexia”, estava sempre à frente, buscando novas formas de expressão e de criação, que desaguou na produção de zines e house organs, colagens e materiais gráficos, explorando o poder da comunicação visual e impressa.

Aos 17 anos, Anápuàka começou a trabalhar como DJ e locutor, e, aos 19 anos, em uma rádio AM em Itaguaí, a Rádio Grande Rio, onde, inicialmente, atuava como operador de áudio. Um dia, um locutor faltou, e ele se ofereceu para assumir o programa. Assim, iniciou sua carreira como radialista, apresentando um programa de revista na rádio AM. Ele descreve o rádio como uma paixão tão forte que o consumiu e o fez trabalhar, até de graça, só para estar diante do microfone.

Mais tarde, migrou para as rádios comunitárias, movimento que crescia na década de 1990, indo trabalhar na Rádio Santa Cruz FM, onde conheceu e se apaixonou por uma radialista e jornalista indígena que mais tarde se tornaria sua esposa. Começaram a trabalhar juntos, tanto na rádio quanto em um jornal chamado “Black News - Notícia sem Preconceito”, em que atuou como pauteiro e diagramador. Foi na redação do “Black News”, que percebeu a necessidade de visibilizar questões indígenas e convenceu o dono do jornal a criar um caderno com essa pauta. Corria o ano de 1995.

Em 2001, Anápuàka teve contato com o site “Índios On-line”, um fórum de bate-papo em que indígenas discutiam questões cotidianas como clima, política pública indígena, agricultura e a vida na aldeia. Para ele, foi como reencontrar uma parte de si. A internet, que ele já percebia como uma ferramenta poderosa de comunicação, tornou-se um canal para fortalecer os laços com sua cultura e suas raízes.

Em 2001, Anápuàka passou a ser programador em Wordpress da “Índios On-line” transformando o fórum de bate-papo em uma plataforma de Sistema de Gestão

“*Além de ser um meio de comunicação, Anápuàka enxergou na internet o poder de preservar e difundir a cultura indígena, que, muitas vezes, é representada de maneira distorcida ou superficial na mídia tradicional. Essa percepção o impulsionou a aprofundar seu envolvimento com a tecnologia, o que lhe permitiu criar uma mídia indígena, um espaço em que as histórias dos indígenas eram contadas por eles mesmos e em que suas vozes foram amplificadas.*”

de Conteúdo, conhecido pela sigla em inglês CMS, para fins de encontros e debates. Isso tornou a “Índios On-line” um canal para discussões sobre as bases de luta dos povos indígenas. Cinco anos depois, ele decidiu deixar a “Índios On-line” para embarcar em uma nova missão: ensinar povos indígenas em todo o país a criar seus próprios blogs. Ao longo dos anos, conseguiu ajudar a desenvolver mais de 500 blogs, desdobrando conhecimento e fortalecendo a voz indígena na internet.

Passou, então, a estudar mais as ferramentas de desenvolvimento web, determinado a construir um site capaz de se tornar uma plataforma para a expressão indígena. A internet ainda era um território praticamente inexplorado pelos povos indígenas, com a maioria dos conteúdos disponíveis sendo produzidos por acadêmicos e antropólogos que, muitas vezes, não tinham conexão direta com os povos indígenas que descreviam.

Para Anápuàka, a comunicação não é apenas uma ferramenta, mas uma forma de resistência e empoderamento. Ele acredita que, ao contar suas histórias, os indígenas podem não apenas preservar sua cultura, mas também reivindicar seu lugar na sociedade contemporânea.

Toda essa inquietação e movimentação o levou a participar, em 2008, da Campus Party em São Paulo, um evento de tecnologia que o inspirou a modelar a rede social “Aldeia Brasil Indígena no Ning” e o blog “Web Rádio Brasil Indígena” no WordPress. Essa iniciativa se torna um marco definitivo em sua trajetória, levando-o a descobrir o que conceituou de “Arqueologia Digital Indígena”, explorando antigos sites descontinuados que ainda guardavam histórias e memórias importantes.

Motivado por essa experiência, começou a formular a ideia de criar a primeira rádio web indígena do Brasil, mas logo percebeu que replicar o modelo de comunicação dos não indígenas não seria suficiente. Ele entendeu que, oriundo de uma cultura rica e diversa, com mais de 300 povos e 274 línguas, era essencial criar algo para refletir essa diversidade e singularidade. Assim, desenvolveu o conceito de “Etnomídia Indígena”, uma abordagem que se baseia nos processos culturais de cada povo indígena, permitindo que cada grupo se aproprie das linguagens comunicacionais de forma adequada às suas necessidades.

Anápuàka levou esse conceito para a Universidade de Brasília (UNB) por meio de um projeto chamado “Vidas Paralelas Indígenas”, mas encontrou resistência. A coordenadora do projeto queria que ele ensinasse os indígenas a usarem dispositivos: câmeras e gravadores, mas ele insistiu que o melhor caminho era ensinar a pensar a comunicação de maneira mais profunda e culturalmente relevante. Essa visão não compreendida pela academia o levou a deixar o projeto, que estava sendo realizado na Baía da Traição (PB), território Potiguara, onde, após um ritual com a Jurema (bebida feita das folhas da planta Jurema Preta), há uma “amplificação mental”, como ele diz, que o inspirou a criar a primeira empresa de comunicação com conceito de comunicação indígena do país

De volta ao Rio de Janeiro, Anápuàka começou a procurar parceiros para essa empreitada. **A Rádio Yandê (que significa “nós, nosso e todos nós”), a primeira rádio web indígena do Brasil, nasceu de sua determinação em criar um espaço de comunicação verdadeiramente indígena.**

Para construir essa plataforma, que cresceu rapidamente e alcançou milhões de ouvintes em mais de 190 países, ele se uniu a parceiros, como Renata Machado e Denilson Baniwa. A rádio se tornou uma ferramenta poderosa para amplificar as vozes dos povos indígenas, promovendo música, arte, cultura e debates políticos. Dedicou-se, então, a ensinar outros indígenas a serem locutores, entrevistadores, influenciadores e podcasters, criando uma nova geração de comunicadores indígenas.

Hoje, ele vê a Rádio Yandê como um laboratório contínuo de inovação e impacto social, que, ao longo de mais de uma década, mudou o cenário da presença indígena na comunicação, nas políticas públicas e na Internet no Brasil.

A trajetória de Anápuàka é, portanto, marcada pela inovação e pela busca incessante da autonomia indígena na comunicação, sendo a criação da Rádio Yandê e o desenvolvimento do conceito de **“Etnomídia Indígena”**, iniciativas importantes para fortalecer a identidade e a voz dos povos indígenas no país. Mesmo com todos os desafios enfrentados, ele trabalha para garantir que a comunicação indígena seja, de fato, construída por indígenas para indígenas, respeitando e celebrando a diversidade cultural e linguística de seus povos.

As parcerias sempre foram essenciais ao longo de sua jornada e, a seu ver, o sucesso da Rádio Yandê e de suas outras iniciativas não teria sido possível sem o apoio de muitas pessoas e organizações que acreditaram em sua visão. Desde empresas de streaming que ofereceram tecnologia, até amigos que contribuíram com recursos e suporte, essas parcerias foram fundamentais para que ele pudesse continuar seu trabalho.

Ciente de que tem o desafio de conciliar a tecnologia com a cultura tradicional indígena, Anápuàka argumenta que a tecnologia deve ser vista como uma ferramenta a serviço da cultura, e não como um fim em si mesma. Para ele, a chave é usar a tecnologia para preservar e dar visibilidade às vozes e histórias dos povos indígenas, garantindo que sua cultura continue viva e relevante no mundo contemporâneo.

Para Anápuàka, a comunicação não é apenas uma ferramenta, mas uma forma de resistência e empoderamento. Ele acredita que, ao contar suas histórias, os indígenas podem não apenas preservar sua cultura, mas também reivindicar seu lugar na sociedade contemporânea.

Anápuàka reconhece que seu trabalho não é apenas uma forma de comunicação, mas um ato de cuidado. Conta que precisou refletir e conversar com seus pares para elaborar (e aceitar) melhor a ideia de ser um cuidador. E concluiu feliz que sim! Agora, olhando para toda a sua trajetória: ele se entende como um cuidador de suas tradições, dos direitos dos povos indígenas, da filosofia indígena. E é com a rádio que ele consegue materializar esse cuidado, visibilizando e divulgando sua cultura de forma legítima, pelos próprios indígenas, com autonomia, e não com assistencialismo, como até então foi tratada.

Ele acredita que cuidar é ser um “bom ancestral”, alguém que transmite conhecimento, alimenta, brinca, e, acima de tudo, vive com consciência e responsabilidade. Atitudes que se refletem em todas as suas ações, seja na comunicação, na preservação da cultura ou na vida cotidiana. Acredita também que todos devem se esforçar para ser bons ancestrais, garantindo que suas ações de hoje deixem um legado positivo para as futuras gerações.

“Nunca, em tempo algum, nossa espécie teve tamanha riqueza de bens culturais para se adaptar e se reinventar. O que nos cabe agora é honrar o melhor da nossa ancestralidade.”

Sidarta Ribeiro
Neurocientista e escritor brasileiro



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Andrea Apolonia



Andrea é mãe da Rafaela, carinhosamente chamada de Rafa, uma jovem de 25 anos, linda, forte e amorosa que nasceu com uma doença rara chamada Síndrome de Angelman. Da solidão de uma mãe de criança atípica, Andrea construiu uma ponte de conexão com outras mães atípicas. Por sentir necessidade de falar e ser ouvida, trocar informações, conhecer estratégias de cuidado e, sobretudo, lutar contra o capacitismo, Andrea criou o Juntos.

Quando tinha apenas um aninho, Andrea perdeu o pai. Criada numa família de mulheres, num aconchegante matriarcado - sua mãe e duas irmãs mais velhas -, ela faz questão de ressaltar que sua base de criação é muito forte e que as mulheres de sua família são muito unidas. Como morava na Zona Sul do Rio de Janeiro, aproveitava para praticar esportes, sua paixão desde menina. A paixão acabou virando profissão, fez faculdade de Educação Física e hoje é professora em escolas.

Casou-se, engravidou, sonhou, desejou, aguardou ansiosamente por sua bebê. Rafa veio ao mundo com saúde e rodeada de amor. Apenas com o tempo ficou claro que havia algo de diferente no desenvolvimento neuropsicomotor e cognitivo da filha.

De acordo com a Organização Internacional Rare Diseasey (RareDiseasey-day.org), há aproximadamente 13 milhões de pessoas, no Brasil, vivendo com doenças raras, que podem ser de origem genética (80%) ou de causas infecciosas, virais ou degenerativas (20%). Doenças raras são aquelas que afetam até 65 pessoas a cada 100 mil indivíduos, ou 1,3 a cada dois mil. Elas são caracterizadas por uma ampla diversidade de sinais e sintomas, que podem variar de acordo com a patologia e com a pessoa afetada pela condição.¹

O diagnóstico de doenças raras pode demorar de 4-7 anos e essa longa espera exige muito dos pais de crianças atípicas. São muitas dúvidas, ansiedades, muitos médicos, exames, medos, muitas sugestões e perguntas. Quando a família não tem recursos financeiros, a trajetória é ainda mais desafiadora e pode demorar mais tempo. Quando, enfim, chega o diagnóstico, uma nova fase se inicia para saber como melhor cuidar. Todas as organizações que se dedicam a doenças raras preconizam unanimemente: rede de apoio é fundamental nesta caminhada.

Rafa foi diagnosticada com síndrome de Angelman, uma disfunção neurológica rara que ocorre em aproximadamente um a cada 15 mil nascimentos (1:15.000). A estimativa é que existam mais de 12.000 pessoas com Angelman no Brasil. De forma resumida, a síndrome é causada por um acidente genético na região do cromossomo 15, envolvendo um único gene, o UBE3A.²

Os sintomas da síndrome de Angelman costumam aparecer aos seis meses de idade, sendo os atrasos no desenvolvimento, geralmente, os primeiros sinais. Entre outros sintomas, destacam-se hipotonia, distúrbio do sono, refluxo, epilepsia e distúrbio de equilíbrio. Infelizmente, não há, até o momento, qualquer tratamento de cura para a síndrome, mas há vários tipos de terapias que ajudam no desenvolvimento, como fisioterapia, fonoaudiologia e terapia ocupacional. Há, também, medicações para tratamento de eventuais crises convulsivas, refluxo, constipação e outras manifestações.

No entanto, o melhor remédio é sempre amor, família unida e rede de apoio. Andrea conta com orgulho sobre o suporte que recebe de sua mãe e irmãs. Mesmo tendo se separado do pai da Rafa, quando a menina tinha 11 anos, os dois continuam muito unidos e a criam em conjunto, nas alegrias e angústias.

“O problema maior não é a doença em si, mas enfrentar o capacitismo, que se traduz em discriminação e preconceito social contra qualquer deficiência. Infelizmente, o preconceito, as caras de espanto, os deboches, a falta de acessibilidade e a invisibilidade estão no dia a dia das famílias de pessoas atípicas. O simples fato de ir numa pracinha levar o filho para brincar pode gerar muito constrangimento e dor pelas atitudes dos outros.”

Segundo Andrea, o problema maior não é a doença em si, mas enfrentar o capacitismo, que se traduz em discriminação e preconceito social contra qualquer deficiência. Infelizmente, o preconceito, as caras de espanto, os deboches, a falta de acessibilidade e a invisibilidade estão no dia a dia das famílias de pessoas atípicas. O simples fato de ir numa pracinha levar o filho para brincar pode gerar muito constrangimento e dor pelas atitudes dos outros.

Andrea conta que, quando Rafa era criança, ela tinha, muitas vezes, que brincar de “A Vida é Bela”, referência ao filme de Roberto Benigni. Quando descia com a filha para a piscina, muitas crianças saíam correndo, literalmente. Ela, então, olhava imediatamente para a Rafa e dizia que eles estavam brincando de pique-pega. É muito emocionante quando Andréa fala que a Rafa vai para o mundo, porque ela a leva ao mundo, ou seja, faz a interlocução de Rafa com o mundo, sem esperar por compreensão, adequação, braços abertos. Amorosamente, ela se joga na vida com a Rafa com a força que sua menina precisa.

A escola é o grande desafio, onde as crianças atípicas e suas famílias precisam lutar diariamente por inclusão, respeito à diversidade, compreensão, empatia e por adaptações simples que podem facilitar muito a vida da criança com deficiência e neurodiversidade. Andrea diz que é preciso denunciar ao Ministério Público quando a escola não é adaptada, não criando um ambiente seguro e harmônico para que as relações possam se desenvolver com afetuosidade. Lidar com o preconceito de pais ou com a indiferença é algo muito dolorido. Ver sua criança não sendo convidada para festinhas ou para um passeio traz um peso ao coração. Ouvir das professoras: “Mãe, ela não para quieta, né?” ou “Ah, é uma criança muito difícil”, é revoltante e gera muitas outras questões na dinâmica familiar, na saúde mental dos envolvidos e exige muita determinação para garantir os direitos da sua criança.

Por tudo isso, Andrea conta que começou, em 2011, a sua militância, dando palestras em escolas e onde a chamavam, porque entende a importância de falarmos sobre o anticapacitismo - atitude ou comportamento fundamental de oposição ao capacitismo. Assim, ela passou a se envolver com outras mães, ainda de maneira informal.

¹Fonte: Organização Mundial da Saúde - OMS.
²Fonte: <https://angelmanbrasil.org.br/>.

Também foi nesse período que ela participou do desenvolvimento do filme “Um dia especial”. Lançado em 2013, com direção de Yuri Amorim, o filme acompanha o decorrer de um dia na vida de diversas famílias brasileiras com filhos autistas e outras síndromes raras. As histórias incríveis do cotidiano de mulheres cuidadoras nos atravessa e nos faz pensar como nada sabemos sobre o dia a dia de famílias atípicas e como nós, enquanto sociedade, poderíamos pensar em estratégias para, de fato, sermos inclusivos e diversos.

Esses foram os primeiros passos que levaram Andréa a criar o Juntos. Ela conta que “precisava muito de um aconchego e de troca”. Assim, de um grupo de WhatsApp, ela criou o Juntos em parceria com outras mães para que se apoiassem e se cuidassem. Nessa rede de cuidados, elas desabafam, trocam informações sobre médicos e outros especialistas, mobilizam, articulam, protestam, denunciam, pressionam por legislações que atendam às necessidades de suas crianças e educam a sociedade para um futuro anticapacitista.

Hoje, à frente do Juntos, além da Andrea estão: Cecília, mãe do Noah; Juliana, mãe do Lucas; Carla, mãe do Danilo; Carol, mãe da Liora; e Paula, mãe da Clarice. O Juntos é uma rede de apoio com 300 famílias cadastradas. O desejo delas é expandir e chegar em comunidades de baixa renda, onde a vulnerabilidade de pessoas atípicas é gigantesca e o trabalho das mães, infinito, não dando chance para o desenvolvimento socioeconômico de suas famílias.

Recentemente, o Juntos tornou-se uma Associação sem fins lucrativos da sociedade civil, o que pôde ajudar a captar recursos. Como até hoje nunca contou com investimento social, a entidade mobiliza suas redes de apoio para realizar atividades e eventos, como o Fórum Juntos, com um tema definido para cada ano em que é realizado; café de acolhimento, com mediação de psicólogas e outros profissionais; rodas de conversas em escolas, além de, como coletivo, juntar-se para fazer denúncias no Ministério Público sempre que isso é necessário.

“Nós nos mobilizamos no coletivo para pressionar por mudanças. Questões do dia a dia precisam ser levadas ao conhecimento daqueles que gerem uma empresa, que oferecem serviços, que fazem as leis e de todas as famílias. Por exemplo: uma mãe que queria levar o filho ao Jardim Botânico, mas o centro cultural não tinha elevador, apenas escada, impedindo, portanto, que cadeirantes e pessoas com pouca mobilidade pudessem circular pelo espaço. A intenção é sempre fazer com que a infraestrutura melhore, e torne-se, de fato, inclusiva para que todos possam acessar e usufruir da cidade. Porque o direito à cidade é para todas, todos, todes”, conta Andrea.

No meio da pandemia de Covid-19, as mães com filhos atípicos tiveram que fazer uma manifestação exigindo prioridade na vacinação, uma vez que pessoas com deficiência não estavam entre as prioridades. “**Se não tiver luta, a gente não consegue.**” É uma luta diária para que seus direitos sejam respeitados, e garantidos por lei, que os planos de saúde cumpram os contratos e ofereçam suporte adequado.

Uma excelente estratégia criada pelo Juntos é o desenvolvimento e lançamento de campanhas de sensibilização com vídeos baseados em histórias reais. As próprias mães criam o roteiro e acompanham cada detalhe. A primeira campanha começou a partir de um desabafo de uma mãe pelo WhatsApp, cuja história era tão absurda que elas perceberam ser fundamental compartilhar para tentar mudar a realidade. Essa foi a campanha #EsefosseSeuFilho de 2018, em que atores famosos contam as histórias reais, o que gerou grande alcance de divulgação. Para acessar os vídeos, é só entrar no site ou nas redes sociais do Juntos.

Depois do sucesso da primeira campanha, a cada ano, são lançadas campanhas, sendo algumas em parceria com outras organizações que combatem o capacitismo. É o Cuidado por meio do compartilhamento de histórias, é a força da oralidade, uma estratégia ancestral. Abaixo, compartilhamos alguns temas de campanhas lançadas:

- **#Abraçainclusao (2019)** - histórias inspiradoras sobre inclusão, pessoas que enxergam o ser humano antes da deficiência e que sabem a importância de práticas inclusivas.
- **#Ofensanaoepiada (2020) #Ofensaecrime** - histórias que demonstram o impacto negativo de piadas que utilizam termos e pessoas com deficiência para depreciar, fazer graça. Chama atenção para os termos que não devemos mais usar no nosso dia a dia.
- **#Paitajunto (2021)** - uma campanha em parceria com a #paitajunto - histórias inspiradoras de cuidado, que fazem a roda girar.
- **#Historiaspararefletir (2021) em parceria com a Paratodos.nrt.br** - histórias que chamam atenção para questões fundamentais no caminho da inclusão e do anticapacitismo.
- **#Historiasparaacreditar (2022) em parceria com #papoesspecialoficial** - histórias que mostram a potência de pessoas atípicas.
- **#Campanha Fala Irmão e Fala Irmã (2023)** - histórias em que os irmãos dão depoimentos que reforçam comportamentos anticapacitistas e exaltam todas as partes luminosas de seus irmãos e irmãs atípicos.

Andrea tem consciência dos seus privilégios por contar com uma rede de apoio excepcional, pelo pai da Rafa ser muito parceiro e presente na vida da filha e por ter condições financeiras para dar conforto e alívio para as questões de saúde da Rafa. Por isso, gostaria muito de estar mais próxima de mães atípicas em situação de vulnerabilidade social, o que é dificultado pela falta de tempo e também de recursos. As mães do grupo, além de suas jornadas domésticas, do trabalho profissional e do Juntos, também precisam cuidar dos filhos, que precisam de atenção praticamente 24 horas, porque a maioria tem dificuldades para dormir, o que deixa as mães muito cansadas.

Entender que deficiência é um dos marcadores de desigualdade é fundamental para desconstruirmos a ideia de que deficiência é sinônimo de incapacidade.

Andrea diz que o Juntos deseja muito construir uma rede de apoio com profissionais interdisciplinares que possam cuidar de forma integral não só da pessoa com deficiência ou neurodiversidade, mas também das famílias. Outro sonho é criar espaços de cuidado para os filhos depois que os pais se forem. Esta é uma grande preocupação: “E quando eu morrer? Quem cuida da Rafa?”, Andrea se pergunta.

“*É a pausa para ficar comigo. É respirar, descansar. Eu me cuido para poder cuidar da minha filha.*”. Quando repetimos a pergunta do filme “Um dia Especial”: *O que não poderia ficar de fora se sua vida fosse um filme?, Andrea responde imediatamente: “O nascimento da Rafa.”*

“A cultura do cuidado tem relação com o amor. Passa até mesmo pelo amor por nós mesmos. A mensagem-chave aos cuidadores é: cuidem de si mesmos ou esse amor que está aí não consegue transbordar para cuidar do outro.”

Isabel Pereira
Advogada, entusiasta do cuidado e da defesa dos direitos humanos.

Antonio Carlos Firmino



Antonio Carlos Firmino nasceu em Miguel Pereira, no bairro de Conrado, e, há mais de 30 anos, é morador da Rocinha, mas já morou em vários bairros do Rio de Janeiro. Caçula de 6 irmãos, sendo um de criação, desde a infância ele observava atento o cuidado da mãe com o corpo e o espírito, e por meio das ervas, rezas e de tudo o que era plantado na horta para a família comer. Não se lembra de ir com frequência ao médico quando criança, não só pela escassez de serviços de saúde na cidade, mas também porque ele e os irmãos recebiam o cuidado espiritual dos saberes ancestrais.

A participação em grupos jovens católicos da cidade fez parte da sua vida até que, aos 22 anos, após prestar o serviço militar, deixou a cidade para trabalhar em Furnas, no Rio de Janeiro. Nessa fase, começou a frequentar a Baixada Fluminense e a se engajar em grupos e movimentos como a Juventude de Ação Mariana (JAM), a Juventude Operária Católica (JOC) e as Comunidades Eclesiais de Base (CEBS), ampliando, cada vez mais, seu interesse por outros temas além do catolicismo, como organização trabalhista, direitos à educação e a melhores condições de vida. Foram anos de muitas leituras, produções e debates que lhe proporcionaram, como ele mesmo diz, **“um processo de formação muito rico”**.

Em 1994, ele decidiu cursar o pré-vestibular para negros e carentes (PVNC), na favela da Rocinha, o primeiro fora da Baixada ligado ao Movimento Negro Religioso. Com a ajuda da irmã Rita de Cassia e do Pastor Melquíades, da Igreja Metodista, Firmino, como é conhecido, decidiu organizar com amigos a manutenção do curso, que funcionava no Caminho dos Boiadeiros (e mais tarde foi transferido para o CIEP Ayrton Senna, em São Conrado) com professores voluntários e campanhas. Um período superativo da sua juventude, em que participa de movimentos pelo direito à Universidade.

Firmino morava, então, em Engenho de Dentro, subúrbio do Rio, mas, após conhecer a futura esposa no pré-vestibular, decidiu mudar-se para a Rocinha e não sair mais de lá, como forma de retribuir e contribuir com a comunidade, embora tenha sido muitas vezes questionado sobre essa opção.

Até 1998, ele representou o pré-vestibular da Rocinha. Antes disso, em 1996, recebeu um convite da Ação Social Padre Anchieta (ASPA) para coordenar a instituição que promove educação, cultura e lazer para as famílias da comunidade da Rocinha. Em 1997, ingressou na Faculdade de Geografia da Universidade Federal Fluminense (UFF).

Em 2002, ainda na ASPA, foi indicado pela direção para estabelecer parceria com o Centro Internacional de Estudos sobre a Infância (CIESPI) nos Projetos Brinquedoteca, Peteca e Rede Brincar, período em que deu início à proposta de Resgate das Brincadeiras e Cantigas, que chamava atenção e criticava o uso massivo da TV com crianças. Esse trabalho deu origem ao Centro de Cultura e Educação Lúdica, e, em 2004, como um Ponto de Cultura da Rocinha, foi selecionado por um edital do Ministério da Cultura. Firmino destaca, ainda, a oportunidade que teve de atuar nos Planos Setorial (urbanístico) e Diretor da Rocinha (saneamento básico) como mais uma frente de atuação em prol dos moradores da comunidade.

Essas múltiplas vivências com pessoas e projetos, e de intenso ativismo influenciaram suas escolhas e, hoje, ele se orgulha de ser mestrando em Memória Social pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio).

Acesso à arte, à cultura, à circulação na cidade são alguns dos cuidados que Firmino aprendeu serem importantes aliados aos direitos sociais e humanos: ao saneamento, à moradia e a cuidar da história e da memória. Uma luta constante, ressalta, pela dificuldade da sociedade e do poder público em lidar com a diversidade, com o racismo, com a desigualdade.



Temos uma política de branquitude.

Meu compromisso com as memórias e as histórias passa pelo direito às memórias, histórias e à visibilidade da população afrobrasileira e indígena.”

Muitas e diversas são as frentes em que Firmino atua: no Centro Ecumênico de Formação Educação Comunitária (PROFEC), de Duque de Caxias; no cuidado e na atenção às mães que tiveram seus filhos, jovens e pretos, desaparecidos; no Grupo de teatro Entrou por uma Porta (GEPUP); no Museu Afro Digital, cuidando das memórias com pessoas pretas, além das invisibilizadas que também constroem a cidade do Rio; como ogã candomblecista e voluntário no Instituto Águas do Amanhã, em Sepetiba; com mulheres em situação de total vulnerabilidade; e, ainda, na Ação sobre Soberania Alimentar, presidida pela Iyalorixa Roberta da Ile Aleketu Asè Awon Omo Yemonja; na Rede de Favela Sustentável, cuidando da memória das favelas, mapeando seus impactos ambientais e transformações ao longo dos anos; e na Rede de Museologia Social (memórias, histórias e narrativas).

Firmino também é cofundador e um dos coordenadores do Museu Sankofa Memória e História da Favela da Rocinha. Um museu virtual e de percurso, inspirado em algumas iniciativas similares que estavam acontecendo nas favelas, como o Museu da Maré e o Museu de Favela (MUF) das favelas Pavão, Pavãozinho e Cantagalo. O Sankofa percorre becos, vielas, portas e janelas, oferecendo acesso às informações, exposições itinerantes e publicações sobre a Rocinha, sem reproduzir a história oficial. São as memórias e as histórias de suas pessoas, de seus moradores, daqueles que a construíram. Sua origem foi o Ponto de Cultura Centro de Cultura e Educação Lúdica e o primeiro Fórum Cultural da Rocinha, em 2007.

Sobre o cuidado com a memória e a história, Firmino faz questão de frisar que: “a luta pelo direito de ter as memórias salvaguardadas é uma forma de refletir e expor o quanto temos uma sociedade desigual, apoiada em uma política de ausência de saneamento, mobilidade, educação, moradia e insegurança alimentar”. E é enfático quando diz que: “a favela é potência pela ausência, criando formas de sobrevivência, com padrões, cotidianos e estratégias.”

Firmino é viúvo e pai de 2 filhas: Kinda e Kayla, que recebem dele os valores de respeito, valorização, empatia e solidariedade para que sua localidade (ele prefere usar esse termo) tenha bem-estar e qualidade de vida. E, quando perguntado sobre sua liderança, diz que se reconhece como “um ativista social, parte do coletivo, parte do bem comum”.

Nesse sentido, cuidar para Firmino tem relação com o nome do Museu Sankofa, um adinkra de Gana, na Costa do Marfim, representado por uma ave africana mítica que voa para a frente com a cabeça voltada para trás e carregando no seu bico um ovo - o futuro, e cujo sentido se traduz em: “Se eu quero construir o presente, o futuro, eu tenho que olhar o passado”.

“

A luta pelo direito de ter as memórias salvaguardadas é uma forma de refletir e expor o quanto temos uma sociedade desigual, apoiada em uma política de ausência de saneamento, mobilidade, educação, moradia e insegurança alimentar.”

E é enfático quando diz que:

“A favela é potência pela ausência, criando formas de sobrevivência, com padrões, cotidianos e estratégias.”

Ariadne Mendes



Desconstruir muros e construir relações afetivas são especialidades de Ariadne de Moura Mendes, psicóloga, sanitária, coordenadora geral e cofundadora do Bloco Carnavalesco Loucura Suburbana. Mas quando se apresenta, ela diz logo que é psicóloga, profissão em que atuou no Ministério da Saúde até abril de 2024, quando se aposentou. Agora, sua vida é se dedicar em tempo integral à coordenação do Bloco Carnavalesco Loucura Suburbana e ao “Ponto de Cultura Loucura Suburbana: Engenho Arte e Folia”, além de exercer um cargo de confiança na direção do Instituto de Coordenação de Saúde e Cultura do Instituto Municipal Nise da Silveira.

Formada pela Escola Nacional de Saúde Pública da Fiocruz, Ariadne entrou, em 1982, como sanitária, para o Ministério da Saúde. Como também havia se formado em psicologia, em 1976, pela Pontifícia Universidade Católica (PUC-RJ), pouco depois ela passou para o cargo de psicóloga. Ela conta que, mesmo não tendo sido estimulada ao longo da faculdade a aderir ao serviço público, logo se interessou pela área da saúde pública, o que a levou a cursar especializações em Saúde Pública pela Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP).

Ariadne lembra-se de que quando foi lotada no atual Instituto Municipal Nise da Silveira, em 1983, a instituição se chamava Centro Psiquiátrico Pedro II (CPPII). Apenas no final de 1999, quando houve a municipalização dos serviços federais, os três hospitais federais do Rio de Janeiro - o CPPII, o Instituto Pinel e a Colônia Juliano Moreira - passaram a integrar a rede de serviços da Secretaria Municipal de Saúde. Essa mudança fez toda a diferença pelo aporte de recursos humanos e por ter permitido o início de um trabalho em rede.

Quando contratada pelo Ministério da Saúde, Ariadne foi trabalhar em Brasília, na Divisão Nacional da Saúde Mental (DINSAN), onde ficou por poucos meses por sentir que estava “muito desligada da realidade, dos acontecimentos” e muito ligada a números e planejamentos. Transferida de Brasília para o Rio, ela sentiu que, finalmente, entrou em contato com a vida real e pôde vivenciar o que era o tratamento de fato, as dificuldades institucionais e o sofrimento.

Na época em que voltou ao Rio, o movimento de construção do Sistema Único de Saúde (SUS) estava a pleno vapor, incluindo muitas discussões sobre a necessidade de reforma psiquiátrica brasileira.

Eram os trabalhadores de saúde mental e, juntos, começamos a tentar algumas medidas de humanização e, também, de racionalização. Essa racionalização já era o caminho do SUS: regionalizar os serviços, hierarquizar, descentralizar e universalizar. O SUS trazia uma série de princípios que a gente tentava aplicar também. Era todo mundo - trabalhadores de saúde e de saúde mental - muito misturado nesse momento em um movimento só”, conta Ariadne.

Ariadne teve o privilégio de participar de discussões que até hoje fundamentam nosso sistema de saúde e de ajudar a construir uma nova realidade para a saúde mental no Brasil, com muita luta, muito trabalho e cuidado. Orgulhosa por ter contribuído para uma nova visão do tratamento da doença mental, ela conta sobre as transformações realizadas:

Uma das primeiras coisas foi aposentar o aparelho de eletrochoque, transformar esse aparelho em um objeto de museu, e criar um ambulatório. Antigamente, era uma regra e um destino que as pessoas com sofrimento mental apenas se internassem na emergência, da emergência irem para uma enfermaria, onde podiam passar anos, e, quando não passavam anos, passavam dias, meses, voltavam para casa e não havia nenhum tipo de tratamento, a não ser o medicamentoso, e nova reinternação”. Essa, segundo ela, era basicamente a prática da psiquiatria de então.

“ Quando eu chego, me deparo com um grupo de pessoas jovens como eu na época. Eram os trabalhadores de saúde mental e, juntos, começamos a tentar algumas medidas de humanização e, também, de racionalização. Essa racionalização já era o caminho do SUS: regionalizar os serviços, hierarquizar, descentralizar e universalizar. O SUS trazia uma série de princípios que a gente tentava aplicar também. Era todo mundo - trabalhadores de saúde e de saúde mental - muito misturado nesse momento em um movimento só.”

Naquela realidade, o índice de reinternação era altíssimo. A outra luta foi em relação aos “interesses privatistas, privados”. Havia clínicas privadas, em convênio com o SUS, que recebiam privilégios para internação de pacientes. Médicos que atendiam tanto no SUS quanto em clínicas privadas acabavam internando seus pacientes no particular, mesmo tendo vaga no hospital público.

Ariadne acredita que a saúde mental reunia pessoas que pensavam a mesma coisa, mas, em contrapartida, havia aquelas pessoas que pensavam em tradições totalmente violentas e agressivas. Era um movimento unido, segundo ela, que sabia o que queria fazer de forma clara e objetiva. Queria simplesmente o fim dos hospícios, o que dá início ao movimento antimanicomial.

Para ela, em termos de atendimento e tratamento, a criação do ambulatório foi um divisor de águas. Em vez de as pessoas entrarem pela emergência, muitas vezes em crise ou trazidas compulsoriamente e até mesmo amarradas, passam a ter o ambulatório como porta de entrada.

“Com o ambulatório, o cenário do tratamento da saúde mental começa a mudar. As pessoas passam a procurar o serviço ambulatorial, onde há um grupo de recepção. A gente teve duas pessoas aqui que estimularam muito esse trabalho: o Jurandir Freire Costa e o Benilton Bezerra Junior. Tivemos o privilégio de trabalhar com eles e com o Paulo Amaranante, que foi uma pessoa importantíssima em todo esse trabalho. Isso nos permitiu ter grupos de recepção no ambulatório e, com isso, fazer encaminhamentos que não eram necessariamente uma internação, mas continuidade ambulatorial.”, conta Ariadne com orgulho.

“ Como é que isso me toca? Quando entrei no Nise da Silveira, comecei a trabalhar no planejamento, mas, por causa de uma crise institucional, em 1988, fui transferida para a Colônia Juliano Moreira, onde trabalhei por um ano como psicóloga num pavilhão, no Hospital Jurandir Manfredini e no Centro de Estudos, após um curso internacional de RH na ENSP / Fiocruz.”

Na sequência, inspirado no CAPS Alameda em São Paulo, o primeiro do Brasil, foi construído o Espaço Aberto ao Tempo, criado por Lula Wanderley. Ainda não era um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), mas já tinha toda a essência do que é conhecido hoje como CAPS. Ariadne dá uma pausa e faz a pergunta: “Como é que isso me toca? Quando entrei no Nise da Silveira, comecei a trabalhar no planejamento, mas, por causa de uma crise institucional, em 1988, fui transferida para a Colônia Juliano Moreira, onde trabalhei por um ano como psicóloga num pavilhão, no Hospital Jurandir Manfredini e no Centro de Estudos, após um curso internacional de RH na ENSP /Fiocruz.”.

Ariadne conta que não era funcionária pública, mas, sim, contratada de carteira assinada e, ali, na Juliano Moreira, começou uma reviravolta em sua vida. Muito atrasada em termos de humanização dos tratamentos, Ariadne conta que os auxiliares de enfermagem da instituição ainda eram chamados de guarda. Um atraso tão triste que ela não aguentou ficar por muito tempo. Como movimento de saída, resolveu, então, fazer o curso na Fiocruz, o que a levou para o ambulatório do Jurandir Manfredini, onde começou a clinicar com atendimento terapêutico, coisa que nunca tinha feito antes. Apaixonou-se pela clínica e, quando voltou para o Nise da Silveira, negociou para que pudesse ficar metade do tempo no setor de Planejamento e a outra metade clinicando no Ambulatório Central.

Tempos depois do Ambulatório, foi criada uma unidade, a Casa d’Engenho, com o intuito de evitar a internação das pessoas. Quem chegasse com 18 anos ou um pouquinho mais era salvo do setor de emergência, mesmo que estivesse muito mal, para não se internar. Ela diz que o espaço virou, mais tarde, um CAPS - o CAPS Torquato Neto. Então, para atendimento da saúde mental, passou-se a contar com a Casa d’ Engenho, o Ambulatório Central e o Espaço Aberto ao Tempo (EAT), permanecendo o resto do Nise da Silveira para internação.

Depois de passar muito tempo trabalhando no ambulatório, o espaço foi municipalizado e ela convidada a dirigir o serviço. Essa mudança era tudo o

que Ariadne precisava para iniciar seus processos de transformação. Uma das mudanças entrelaçadas com o cuidado foi a criação da oficina de artes, inspirada muito em Lula Wanderley e nos princípios com os quais ele conduzia sua prática no Espaço Aberto ao Tempo (EAT): o afeto, o acolhimento, o direito do paciente poder discutir a sua medicação.

“A proximidade humana com os seus pacientes me impressionou e foi me tocando muito durante toda a minha trajetória. Eu queria criar uma oficina de artes, porque eu achava que era um absurdo as pessoas ficarem um dia inteiro esperando serem atendidos pelos seus profissionais sentadas em uma cadeira. E isso deu certo porque, além de as pessoas entrarem para fazer alguma atividade durante o seu período de espera, elas começaram a criar vínculos, vínculos com a oficina e vínculos entre si.”, conta Ariadne emocionada.

Para ela, o vínculo é uma das coisas mais importantes que acontece de bom na prática de cuidados. Muito atenta, ela começou a observar como as pessoas passavam a formar grupos e agir enquanto grupos, até que, em um dia muito especial, quase mágico, um grupo propôs fazer uma festa de carnaval. Ariadne faz questão de ressaltar que a ideia não germinou da cabeça dos profissionais e, sim, dos próprios pacientes que queriam festejar o carnaval com um desfile dentro da instituição. Ela conta que, imediatamente, a ideia resgatou nela um sentimento de sua infância quando brincava carnaval no subúrbio carioca de Vila Kosmos, em Vicente de Carvalho. Havia, ali, um bloco de carnaval de rua em que todo mundo, família, vizinhos brincavam. **“A sugestão dos pacientes foi a minha inspiração, e foi, também, o que eu pude resgatar de mim para propor o Loucura Suburbana.”**, conta animada.

E foi, assim, no contexto do processo de desconstrução do modelo asilar do Instituto Municipal Nise da Silveira, que o Loucura Suburbana nasceu, em 2001, como possibilidade de resgate do carnaval de rua do Engenho de Dentro e de integração entre moradores do bairro, usuários, familiares e funcionários da rede de saúde mental. Hoje o Bloco é um “clássico” do carnaval carioca, que junta as pessoas. As atividades ao longo do ano possibilitam uma articulação entre os profissionais que estavam cada um trabalhando com seus pacientes nas suas unidades. Uma coisa muito nova foi criada com esse movimento de

“ *A proximidade humana com os seus pacientes me impressionou e foi me tocando muito durante toda a minha trajetória. Eu queria criar uma oficina de artes, porque eu achava que era um absurdo as pessoas ficarem um dia inteiro esperando serem atendidos pelos seus profissionais sentadas em uma cadeira. E isso deu certo porque, além de as pessoas entrarem para fazer alguma atividade durante o seu período de espera, elas começaram a criar vínculos, vínculos com a oficina e vínculos entre si.* ”

reunir pessoas e ir para rua, o que acabou, também, gerando uma transformação no bairro, que retomou seu carnaval de rua e passou a integrar mais os usuários dos serviços de saúde.

Ariadne fala com entusiasmo sobre a mudança ocorrida com os moradores do bairro, que tinham medo da instituição: **“Foi surpreendente ver a reação de surpresa das pessoas olhando os doidos na rua cantando. Porque a gente, depois que já tinha escolhido o nome do bloco, fez um concurso de samba enredo para o primeiro samba e já foi cantando o samba vencedor. A adesão foi incrível. Tinha uma moradora de rua que pegou um estandarte e virou uma porta-bandeira com o estandarte na mão. Um casal de pacientes também pegou outro estandarte e surgiu mais um mestre sala com sua porta-bandeira.”**

Para organizar o Bloco foi criada uma comissão de organização com participação de muitos profissionais, incluindo limpeza, porteiro, médico... Todos os que desejavam a reforma psiquiátrica chegavam naturalmente, recorda Ariadne, que acrescenta: obviamente, havia uma questão ideológica por trás de tudo.

Essa união multidisciplinar teve inspiração em Jurandir Costa que, na década de 80, criou o Curso Integrado de Saúde Mental (CISME), propondo, uma vez por mês, a realização de leituras conjuntas e de debates sobre os assuntos institucionais. A atividade durou um bom tempo e mudou de formato, eternizando, à época, as assembleias gerais em que toda a instituição participava. O aprendizado ficou. Cuidar é também reverenciar aqueles que vieram antes e honrar seus ensinamentos.

Sobre quebrar muros, Ariadne diz que, antes do muro, tem muita desconstrução de barreiras, referindo-se à separação das categorias profissionais.

“ *Olha que coisa linda: em uma instituição em que a hierarquia médica era absoluta, aliás como é normalmente nas instituições, essa hierarquia é muito poderosa, mas no Nise da Silveira deixou de ser a ponto de, até há bem pouco tempo, todas as unidades serem dirigidas por mulheres, a maioria psicólogas. Agora que a instituição não é mais um hospício - é o Parque Urbano Nise da Silveira - não há mais unidades assistenciais, exceto um ambulatório, mas, sim, equipamentos culturais, de geração de renda e esportivos. Isso é fruto também desse trabalho de quebrar barreiras.”*

Ela conta que, quando decidiram criar o bloco, os pacientes começaram a compor músicas em espaços não usuais com a ajuda de um então residente de musicoterapia, o Leandro Freixo. Criou-se logo uma comissão de organização e, quando viram, em um mês, o bloco já estava na rua. No início, era um bloco pequeno, com cerca de 200 pessoas, que foi crescendo tanto nas ruas do Engenho de Dentro a ponto de os moradores que, com seus preconceitos, temiam a instituição psiquiátrica, passarem a considerar o Loucura como “seu” bloco. O Loucura revitalizou o carnaval de rua do bairro e teve, no desfile de fevereiro de 2001, mais de 3.000 pessoas, vindas de vários cantos da cidade.

Nos dois anos seguintes, 2002 e 2003, foi criada uma escola de informática, a Escola de Informática e Cidadania Nise da Silveira (EIC) e uma editora, a Encantarte Editora, que já publicou cerca de 50 títulos, entre livros e manuais, além da confecção de peças gráficas de divulgação.

A EIC foi criada, a partir de um convênio da Secretaria Municipal de Saúde com o Comitê para a Democratização da Informática (CDI), com o objetivo de inclusão digital, com os pacientes, treinados pelo CDI, atuando como professores. Mais uma vez, hierarquias foram sendo quebradas. Ao fazer esse relato, Ariadne não se contém e vibra dizendo: **“Isso foi demais! Os funcionários tendo aula com os pacientes, conhecendo uma outra riqueza, um outro saber.”**. A escola, que funcionou até 2013, formou mais de 600 alunos.

A Encantarte Editora, que abriu espaço para que as pessoas com sofrimento mental pudessem falar de seus males, contar suas histórias de vida, faz um trabalho dedicado com os autores, sendo a maioria usuários dos serviços de saúde mental, auxiliando-os na concepção de capa, formatação de conteúdo etc. Tudo sendo feito sempre com muito cuidado para que os autores se sentissem ouvidos e respeitados.

Ariadne valoriza muito o fato de ter sido criado um tripé de forma coletiva e com a presença maciça dos usuários dos serviços da Nise da Silveira: o Bloco, a Encantarte Editora e a Escola de Informática. **“Isso é que era o gostoso da história. Hoje em dia, o Instituto Nise da Silveira não é mais hospício e, embora haja naturalmente menos usuários circulando, há ainda a presença de muitos usuários da rede de CAPs nas oficinas do Loucura Suburbana e nos espaços culturais do Nise.”**, conta alegre.

“*A gente aqui é um grupo de cultura, sem a preocupação de ser terapêutico, nem de estar cuidando, mas é óbvio que a gente está cuidando. Precisamos muito resgatar a palavra cuidado. A gente oferece espaços de liberdade para que as pessoas se expressem e o que a cultura está provando é que ela é altamente transformadora e é claro que isso é uma forma de cuidado.*”

Por meio da EIC e da Encantarte, conseguiu-se oportunidade para gerar os primeiros recursos para equipar melhor a editora, além de divulgação do trabalho na grande mídia. Sem dúvida, um importante momento de descoberta da importância e da possibilidade de captação de recursos via editais. Como consequência, ao ganhar um edital, foi possível transformar o Loucura Suburbana no primeiro Ponto de Cultura em saúde mental - o Ponto de Cultura Loucura Suburbana: Engenho, Arte e Folia -, que

permite oferecer atividades permanentes e gratuitas abertas à população, resgatando a memória do samba e do carnaval, a cidadania, e incorporando a cultura aos dispositivos de saúde mental e a população ao criativo e inovador mundo da loucura.

“*A gente aqui é um grupo de cultura, sem a preocupação de ser terapêutico, nem de estar cuidando, mas é óbvio que a gente está cuidando. Precisamos muito resgatar a palavra cuidado. A gente oferece espaços de liberdade para que as pessoas se expressem e o que a cultura está provando é que ela é altamente transformadora e é claro que isso é uma forma de cuidado.*”, comenta Ariadne.

Ela cita, como exemplo, a história da porta-bandeira do bloco Elisama: “Ela era uma pessoa que trabalhava como doméstica, fazendo faxinas.

Quando começou na escola de informática, começou a redescobrir sua capacidade de desenhar, participou do embrião da criação do Ateliê de Adereços e Fantasias e circulou pelos vários espaços culturais da instituição. Ela é uma artista incrível, que desenha, pinta, faz adereços e compõe músicas. Agora, trabalha no Centro de Memória do Instituto, por meio de uma bolsa-ressocialização, e está muito orgulhosa do seu trabalho. Várias camisetas do Bloco são estampadas com seus desenhos.”

No Loucura, a prática é dar espaço para a criatividade, e ser um espaço de convivência, de trabalho e de construção, segundo explicação de Ariadne: “As pessoas podem falar do seu sofrimento, da sua condição de usuários de saúde mental, não mais com vergonha, não mais se diminuindo, achando que por isso têm menos valor. Mas como uma forma de se colocar na vida fazendo parte de uma diversidade, sem ter vergonha de ser feliz do jeito que é. Essa voz que está saindo das pessoas, e que a gente viu mais timidamente, agora eu estou vendo com muita força porque esse espaço foi dando essa coragem, essa condição das pessoas poderem se transformar, literalmente.”

As pessoas chegam até o Loucura livremente a partir da divulgação que é feita. Em média, cerca de 70 pessoas participam das oficinas de arte e música, e mais umas 40 pessoas por semana circulam pela instituição. A frequência às atividades aumenta muito nos meses anteriores ao carnaval.

Ariadne diz que é importante destacar a excelência musical que o bloco atingiu: os músicos professores são profissionais de alta qualidade, como o Abel Luiz, que é o coordenador musical do Bloco, e o Fernando Mesquita, mestre da Bateria A insandecida. Os sambas compostos são lindos.

“*As pessoas podem falar do seu sofrimento, da sua condição de usuários de saúde mental, não mais com vergonha, não mais se diminuindo, achando que por isso têm menos valor. Mas como uma forma de se colocar na vida fazendo parte de uma diversidade, sem ter vergonha de ser feliz do jeito que é. Essa voz que está saindo das pessoas, e que a gente viu mais timidamente, agora eu estou vendo com muita força porque esse espaço foi dando essa coragem, essa condição das pessoas poderem se transformar, literalmente.*”

Em 2024, 36 sambas foram inscritos para a escolha do vencedor. Uma verdadeira explosão! Com o apoio da Brazil Foundation, em 2009, foi possível contratar o primeiro mestre de bateria. As aulas de bateria acontecem atualmente duas vezes por semana e são abertas ao público, assim como as demais oficinas.

Há sempre muito cuidado quando há necessidade de selecionar os músicos-usuários para participação em algum evento quando não é possível levar todos. Nesses casos, segundo Ariadne, o critério utilizado é o de inclusão combinado com o da qualidade.

O Loucura conseguiu desenvolver uma tecnologia de saúde mental baseada em processos de integração, inclusão, liberdade, criatividade, autogestão e organização. O cuidado vai permeando todos os espaços que a arte vai transformando. Assim é que a mesa que é de reunião de equipe está virando ateliê de pintura.

Outro exemplo que vale compartilhar é a história de Jairo Florentino. Baterista, artista e usuário do hoje CAPS Espaço Aberto ao Tempo: ele desenvolveu vários trabalhos culturais com Lula Wanderley. Jairo começou a desenhar e seus desenhos foram se transformando e ficando cheios de detalhes. Ele gosta de falar sobre o espaço do Loucura Suburbana como espaço de liberdade. Quando Ariadne o elogiou e disse que ele estava indo super bem nos desenhos, Jairo respondeu: “É porque aqui eu não tenho pressão nenhuma. Eu sou cidadão”. O cuidado resgata a cidadania.

Essa atitude e prática diária do Loucura Suburbana, em que o respeito, a liberdade e a criatividade são mediados pela arte, promovem, de verdade, uma vida mais feliz para as pessoas com sofrimento mental e suas famílias.

Bia E Shirley

Duas mulheres que se encontraram na luta pela terra.

Desde os 3 anos, ela vive em assentamentos, como diz “me formei neles”. Nascida em Nova Iguaçu, Baixada Fluminense, hoje com 43 anos, Ana Beatriz é mais conhecida como Bia Carvalho. Sua família, do interior de Minas Gerais, mudou-se para uma ocupação em 1984, na Fazenda Campo Alegre, também localizada na Baixada Fluminense. Os pais de Bia, que sempre sonharam em ter sua própria terra, juntaram-se a outras famílias nessa ocupação, apoiados pela Diocese de Nova Iguaçu.

Shirley, tem 30 anos, também nascida e criada na Baixada Fluminense, iniciou sua trajetória na luta pela terra aos 16 anos, quando sua mãe foi para um acampamento. Desde então, permaneceu engajada nesse movimento.

Bia considera-se filha da luta pela reforma agrária, pois a trajetória de sua família foi marcada pela busca por terra. Seu pai trabalhava na roça, mas nunca teve sua própria terra, no interior de Minas Gerais, onde enfrentava relações de trabalho violentas, após uma crise do café, decidiu mudar-se para o Rio de Janeiro em busca de melhores oportunidades, inicialmente trabalhando na construção civil.



Em 1984, a ocupação da Fazenda Campo Alegre proporcionou à família de Bia a chance de realizar seu sonho. Apesar de não ser reconhecido pelo Estado, o assentamento organizou muitas iniciativas coletivas, incluindo a construção de uma escola comunitária, onde Bia estudou. A escola foi construída em 1986, com a ajuda dos trabalhadores, incluindo sua família. A primeira professora de Bia, Sônia, era da Comissão Pastoral da Terra e ministrava aulas embaixo de uma árvore. A escola existe até os dias de hoje. Sua educação foi marcada pelo engajamento nas lutas sociais, participando do Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST), desde sua criação, em 1994, e fazendo parte da Pastoral da Juventude e das marchas de trabalhadores, com seu irmão militante político, Oséias José de Carvalho, morto na madrugada de 19 de março de 2009, no assentamento urbano Campo Belo.¹

Em 2001, Bia participou “organicamente”, como ela ressalta, do MST, envolvendo-se em diversas ocupações e ações no estado do Rio de Janeiro. Em 2002, após um encontro de jovens na Unicamp, onde foram debatidas questões agrárias e fundiárias em um contexto nacional, Bia reforçou seu compromisso com a luta pela terra e a necessidade de contribuir com outras famílias no Rio de Janeiro. A partir desse entendimento, ela decidiu conhecer cada canto com ocupações no estado do Rio de Janeiro, morando nelas e construindo processos de organização nesses locais.

“Quando a gente chega em um lugar, a primeira preocupação é saber onde os filhos vão estudar, onde fica a escola, onde é o posto de saúde, sempre nessa perspectiva do cuidado. A gente está acampado ou está na beira da estrada, ou está em um local com muita dificuldade, mas a gente tem que garantir minimamente a qualidade de vida para viver ali.”

Para Bia, os acampamentos e as ocupações são como “Escolas de Vida”, onde a tarefa é árdua, mas a experiência é marcada pelo cuidado humano e solidário. A cozinha comunitária, por exemplo, é um espaço de convivência e partilha. A organização das atividades é feita em conjunto e a produção de alimentos. Bia é uma das formas de garantir a sustentabilidade e a dignidade das famílias assentadas. Mas um dado valioso é que, apesar das dificuldades, há sempre uma perspectiva de futuro e de melhoria das condições de vida.

Nesse percurso, Bia conheceu seu companheiro, Cosme, que, jovem como ela, também participava da luta, atuando na região do norte fluminense. Encontravam-se em atividades do movimento e iam aprofundando sua relação. Um tempo em que Bia aprendeu ainda mais sobre a questão agrária e seus desafios no estado e conheceu outras organizações, até que ela e Cosme resolveram constituir família, “fincar raízes”. “E aí, o melhor lugar é onde a nossa família está. Estou aqui, hoje, no Terra Prometida com a minha família, mas também próxima da minha mãe, Dona Geralda, que tem 83 anos, e está no assentamento Campo Alegre até hoje, há 40 anos. Meu pai, Adir, havia falecido há cinco anos, mas deixou esse legado pra gente: de amor à terra, amor à vida, amor à coletividade. Foi algo que ele fez até seus últimos dias.”

De seu relacionamento com Cosme, nasceu Ana Sofia, hoje com 11 anos, um marco importante em sua vida, como ela relata: “[...] algo mais especial que aconteceu foi eu ter conhecido meu companheiro e o nascimento da minha filha. Então, por isso eu falo que todas as etapas, desde criança até a juventude e o amadurecimento político foi dentro da luta da reforma agrária. Então, é algo que eu não quero deixar [...]”.

O Assentamento Terra Prometida teve sua origem na ocupação da Fazenda Santana, em Miguel Pereira, em 28 de novembro de 1999. Sendo, depois, transferido para Santa Cruz devido ao interesse do Estado em construir a Companhia Siderúrgica do Atlântico (CSA) naquela área. Esse projeto causou danos ambientais e inviabilizou a instalação de um assentamento de reforma agrária. Após mais um processo de expulsão, foi negociado que as famílias seriam relocadas para uma área a 9 km de distância, conhecida como JR Paraíso. Contudo, essa área não comportava todas as famílias, levando à necessidade de ocupar também a Fazenda Sempre Verde para acomodar as 74 famílias envolvidas. O processo contínuo de deslocamento e reocupação desanimou muitas pessoas, fazendo com que a credibilidade e a confiança diminuíssem. O acordo de seis meses, prometendo infraestrutura básica como casas, estradas e energia elétrica, não se concretizou, resultando em condições de vida ainda muito precárias. Nesse sentido, Bia é afirmativa quando diz que: “reforma agrária não se resume à distribuição de terras, mas inclui também a criação de condições estruturais adequadas para viver nelas.” Além do importante desafio de manter todos os lotes ocupados para garantir a segurança, a coesão da comunidade e que as novas famílias sejam bem-vindas e integradas.

Shirley compartilhou sua história ao lado de Bia, e nos conta como foi sua entrada nas ocupações. Ela se juntou à luta ainda adolescente, influenciada por sua mãe, Dona Luzia, que trabalhava no lixão e sonhava em ter um sítio. Sua mãe conheceu o MST e se mudou para um acampamento em Paracambi.

Nesse momento, Shirley começou a se interessar pela causa. Casou-se com um companheiro de luta, Enildo Caetano, e se mudaram para o acampamento. Após enfrentarem diversas dificuldades, como reintegrações de posse e desastres ambientais, decidiram se juntar à reocupação dos lotes no Terra Prometida em 2018. Recebeu apoio e acolhimento da comunidade, especialmente, de Bia e Cosme, que a ajudaram a superar desafios pessoais e a se desenvolver. Aprendeu a liderar reuniões e a participar ativamente nas decisões comunitárias, sentindo-se, cada vez mais, parte integrante do movimento, superando as inseguranças que antes a limitavam. Ela e sua mãe participam do coletivo de saúde, produzindo fitoterápicos, sabonetes, shampoos e condicionadores, além de promover a produção agroecológica e a valorização das ervas medicinais. Seu testemunho é emocionado e revela muito sobre o poder de uma comunidade que acolhe, apoia e reconhece o potencial de seus membros.

Bia e Shirley veem-se como cuidadoras em vários aspectos: da terra, das pessoas, dos animais e da coletividade. Elas enfatizam a importância da alimentação saudável e sem veneno, e a necessidade de políticas públicas que garantam o acesso a alimentos orgânicos para todos. No assentamento, criaram o Coletivo Terra, que durante a pandemia, ajudou a organizar a distribuição de cestas Base (numa referência à base de alimentação que são as frutas, legumes e verduras), com alimentos orgânicos e produtos naturais, para as famílias urbanas e periféricas afetadas pelo isolamento e pela crise econômica. Essa ação não apenas forneceu suporte material, mas também fortaleceu os laços entre o campo e a cidade, mostrando a importância da interdependência e da cooperação em tempos de crise. Shirley reflete sobre o cuidado: “a gente tem esse cuidado ao lidar com as pessoas, quando falar da terra, quando falar da comida, também falar do amor, da amizade, da preocupação que a gente deve ter com as pessoas, da empatia, da solidariedade, acho que entram em todos os sentidos de cuidado.” E Bia complementa: **“Essa questão de um ponto que vai para além, que é o cuidar da vida na sua plenitude, porque a gente não quer só para a gente, eu não quero comida boa, só o que eu colho que eu posso comer, mas um debate que a gente já fazia anteriormente aqui no Coletivo Terra e que, na pandemia, ficou muito forte foi a questão dos orgânicos para quem não tinha acesso.”**

A importância de políticas públicas adequadas para a reforma agrária é uma questão recorrente, pois faltam exemplos bem-sucedidos no Rio de Janeiro. Bia acredita

que, com mais apoio e investimentos, muitos mais poderiam se beneficiar da vida no campo. A luta coletiva e a resistência são fundamentais para superar as dificuldades e construir uma sociedade mais justa e sustentável.

A agroecologia e o cuidado ancestral caminham juntos, como diz Bia: **“na perspectiva de cada agricultor, cada agricultora, como cuidadores da terra, como produtores dessa biodiversidade, quando a gente olha para as aldeias indígenas, para os nossos irmãos quilombolas, percebemos que eles vêm muito antes de nós já praticando agroecologia. O Nêgo Bispo chama atenção disso para a gente, que, na verdade, agroecologia, um nome dado na universidade. Mas a gente já vem praticando isso milenarmente.”**

Com sua experiência, Shirley aborda o compromisso do cuidado do agricultor com seu legado de luta e construção de valores para novas gerações: “os agricultores devem trabalhar ensinando seus filhos a ter amor pela terra, ter amor pelo que fazem, ter amor pela agricultura e, se mais tarde quiserem sair por conta de outros sonhos, que seja por opções pessoais, e não porque veem a agricultura como algo exaustivo, cansativo ou desanimador. Todo mundo precisa de uma profissão na vida e o agricultor é o que alimenta a nação.”

Bia e Shirley compartilham suas experiências, refletindo sobre os desafios e as conquistas nos assentamentos rurais. Apesar das adversidades enfrentadas, elas persistem na luta, evidenciando a resiliência e a determinação da comunidade.

“ *A gente tem esse cuidado ao lidar com as pessoas, quando falar da terra, quando falar da comida, também falar do amor, da amizade, da preocupação que a gente deve ter com as pessoas, da empatia, da solidariedade, acho que entram em todos os sentidos de cuidado.* **”**

Bia descreve Terra Prometida não apenas como um lugar de moradia, mas como um espaço de aprendizado e de fortalecimento comunitário. O assentamento, segundo ela, tem sido palco de uma intensa mobilização social e política, unindo os moradores com objetivos comuns, como a proteção ambiental e a produção sustentável. Enfatiza que **“a terra não é somente um recurso a ser explorado, mas um lar a ser cuidado, onde cada pedaço de solo e cada gota de água são valorizados.”**

A produção de alimentos orgânicos e a utilização de ervas medicinais são pilares da vida no Terra Prometida. Bia e Shirley e outras famílias do assentamento investem na agricultura agroecológica, que não apenas fornece alimentos saudáveis para a comunidade, mas também cria um modelo de sustentabilidade que pode ser replicado em outros lugares. Elas veem a terra como uma fonte de saúde e bem-estar, onde cada planta cultivada e cada produto natural desenvolvido contribui para a saúde da comunidade.

Os depoimentos de Bia e Shirley são marcados por força e resistência, por doçura e esperança em tempos melhores. Fica evidente em suas falas a importância de comunidades bem estruturadas e politicamente ativas para sucesso da reforma agrária. Elas argumentam que o verdadeiro sucesso de um assentamento não se mede apenas pela terra conquistada, mas pelo bem-estar da comunidade, pela sustentabilidade do ambiente e pelo compromisso contínuo com a justiça social. A luta por uma reforma agrária eficaz é longa e complexa, mas mulheres como Bia e Shirley nos inspiram a acreditar na possibilidade de mudanças, redefinindo o que significa viver e lutar pela terra.

“A terra não é somente um recurso a ser explorado, mas um lar a ser cuidado, onde cada pedaço de solo e cada gota de água são valorizados.”

“O cuidado a partir de algo que afeta. Pode ser motivado por um processo de ‘adesão’ a uma causa porque não tem saída ou porque é a saída.”

Carla Carvalho
Moradora de ocupação organizada pelo CDDH, em 1984, no Alto Independência. Pedagoga, coordenadora geral do Centro de Defesa dos Direitos Humanos de Petrópolis



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Eliene Vieira



Integrante de movimentos de mães que tiveram seus filhos violentados pelo Estado, Eliene Maria Vieira é uma ativa combatente na luta pelo desencarceramento. Em sua trajetória de luta, fez parte da Rede Nacional de Mães e Familiares Vítimas de Terrorismo do Estado, foi promotora legal popular, atuando como liderança comunitária capacitada para ajudar a população a reconhecer e combater a violência e a discriminação, e dá suporte para mães em todo o Brasil. Hoje, atua como perita no Mecanismo Estadual de Prevenção e Combate à Tortura, órgão público vinculado à ALERJ, resultante de diretrizes da ONU, Lei Estadual nº 5.778 de 30 de junho de 2010.

Pernambucana da cidade de Vicência, Eliene, que tem 48 anos, mudou-se ainda menina para o Rio de Janeiro, onde mora no bairro do Rocha. Típica brasileira, fruto da miscigenação entre portugueses, italianos e indígenas, ela conta que sua avó paterna falava língua indígena. Tem três filhos, dois meninos e uma menina, e dois netos. Dos seus filhos, dois são negros e um deles foi baleado e preso arbitrariamente, o que mudou a sua vida em 360 graus.

Formada pela Universidade Estácio de Sá em Gestão de Recursos Humanos, Eliene era empregada em uma empresa de telecomunicações e vivia como a maioria dos trabalhadores brasileiros: de casa para o trabalho e do trabalho direto para casa para cuidar da sua família. Essa rotina diária foi atingida de forma dolorosa quando, numa madrugada de 2016, seu telefone tocou e uma voz ofegante do outro lado disse que seu filho, de 19 anos, foi alvejado e estava caído no chão durante uma operação policial em Manguinhos, bairro onde ele morava. Desesperada, saiu de casa sem ao menos saber como e onde localizar seu menino.

Horas depois, ao encontrá-lo, ela percebeu que uma bala atravessou o tórax do filho e que ele precisará passar por uma cirurgia urgente para a retirada do projétil. Em meio a essa imensa dor, ela ainda foi informada pela polícia que seu filho era um bandido e estava preso. Indignada e sem acreditar no que ouvia, Eliene foi levada até a delegacia para prestar esclarecimentos. Em meio aos sentimentos de medo e emoção, Eliene disse à polícia que seu filho levou um tiro na rua, o que não era verdade. Eliene repetiu muitas vezes que estava com medo, muito medo. Um delegado, então, decretou a prisão de Eliene por falso testemunho de crime.

Depois de mais de 12 horas de detenção, Eliene só foi liberada pela polícia às sete horas da noite. A partir desse momento, ela começou a viver uma verdadeira saga para descobrir em qual hospital estava o filho. Após rodar exaustivamente de um lado para outro, finalmente ela conseguiu visitá-lo. Em estado cada vez mais grave, depois de 15 dias, o rapaz teve que ser levado para o Centro de Terapia Intensiva, não ficando claro para Eliene porque em vez de melhorar seu filho só piorava. Quando, finalmente, ele se recuperou, foi levado direto para o presídio, sem que Eliene soubesse sobre para qual unidade prisional ele havia sido levado. Começando assim, mais uma batalha: identificar o presídio para visitar o filho e entender o que havia acontecido.

Na primeira visita, ele contou à mãe que foi muito torturado por policiais militares, durante sua internação no hospital, o que intensificou os sentimentos de Eliene de dor, medo e indignação. Movida pela busca por justiça e para gritar ao mundo as irregularidades que estavam acontecendo no processo do filho, Eliene começou a se

articular e, por sorte, como conhecia Mônica Francisco, hoje Deputada Estadual do Rio Janeiro, foi ouvida pela parlamentar, que a levou para se juntar aos movimentos formados por mães que têm seus filhos encarcerados ou que os perderam para o braço armado do Estado. Esses movimentos realizam mobilizações pelo direito à memória, à verdade, à justiça, à reparação e à responsabilização dos agentes violadores. Com eles, Eliene entendeu o potencial da luta coletiva e que, com outras mães, poderia brigar pelos direitos do seu filho e de toda sua família.

Para compreender o processo do filho e os seus direitos, Eliene fez o curso de Promotoras Legais Populares (PLPs)¹, aprendendo noções básicas de Direito, direitos humanos de mulheres, organização do Estado e do Poder Judiciário, entre outras temáticas pertinentes, conforme o contexto local. Após essa formação, Eliene não só usou o conhecimento para si e para sua família, mas passou a atuar voluntariamente na defesa (orientação e triagem de demandas de violação de direitos); na prevenção de violações (educação sociocomunitária em mutirões e oficinas); e na promoção de direitos (participação e representação em conselhos, conferências, comissões e fóruns).

Em 2017, como fruto da sua experiência e de profundo envolvimento com o tema, Eliene começou a trabalhar no Instituto de Estudos da Religião (ISER), na área de Direitos, como pesquisadora sobre sistema de justiça criminal e direito das pessoas. Admirada pela equipe do ISER, que a chama de “Abolicionista Penal”, Eliene conta que: “Foi aí que me tornei uma cuidadora, passando a cuidar de outras mães, oferecendo acolhimento para suas histórias, orientação para os processos penais, encaminhamento para atendimentos jurídicos, muitas vezes, inclusive, em parceria com o ISER. Em outros momentos, corro atrás dos benefícios a que a família do preso tem direito, me movimento para doações de cestas básicas, busco encaminhamento para a Defensoria Pública ou, algumas vezes, faço uma roda de conversa para que todas se escutem.

“Foi aí que me tornei uma cuidadora, passando a cuidar de outras mães, oferecendo acolhimento para suas histórias, orientação para os processos penais, encaminhamento para atendimentos jurídicos, muitas vezes, inclusive, em parceria com o ISER. Em outros momentos, corro atrás dos benefícios a que a família do preso tem direito, me movimento para doações de cestas básicas, busco encaminhamento para a Defensoria Pública ou, algumas vezes, faço uma roda de conversa para que todas se escutem. Isso é muito importante, para que mães e familiares de pessoas que sofrem violência e tortura pelo Estado possam se abraçar, e se cuidar.”

“*A sociedade olha para as mães e para os familiares de quem está dentro do cárcere como bandidos. A gente é visto como tão criminoso quanto aquela pessoa que está lá dentro. Ainda que seu filho esteja preso de forma errada, a sociedade não quer saber de quem está lá dentro. As mães e os familiares sentem-se, então, sozinhos, perdidos. Como são olhados com preconceito, é fundamental que busquem apoio nas redes de acolhimento e luta.*”

Isso é muito importante, para que mães e familiares de pessoas que sofrem violência e tortura pelo Estado possam se abraçar, e se cuidar.”

“A sociedade olha para as mães e para os familiares de quem está dentro do cárcere como bandidos. A gente é visto como tão criminoso quanto aquela pessoa que está lá dentro. Ainda que seu filho esteja preso de forma errada, a sociedade não quer saber de quem está lá dentro. As mães e os familiares sentem-se, então, sozinhos, perdidos. Como são olhados com preconceito, é fundamental que busquem apoio nas redes de acolhimento e luta”, conta Eliene. Segundo ela, essas mães tão sofridas chegam até ela por indicação. Mas, não precisa ser só mãe para ser atendida. Eliene atende a todos os familiares, inclusive de outros estados, o que é possível, porque os movimentos se articulam em redes nacionais, conseguindo mobilizar parceiros locais para os atendimentos. Eliene faz questão de ressaltar que nenhum movimento busca visibilidade, mas justiça.

Eliene conta que, em meio a um processo cheio de falhas e arbitrariedades, o filho ficou dois anos e nove meses preso, e que isso despertou nela a vontade e a decisão de não correr atrás de solução para o problema vivido por sua família apenas. Em sua luta, ela identificou a existência de milhares de familiares em todo o Brasil passando por questões semelhantes: filhos e filhas presos de forma arbitrária, assassinatos nunca investigados, filhos que estão desaparecidos, filhos que são torturados e violentados pelo Estado. Inúmeros são os processos não compreendidos por muitas

famílias, que vão sendo “literalmente enroladas” por anos pelo Estado que deveria protegê-los. Ao transformar sua dor em potência para a luta, Eliene deu um passo à frente coletivamente.

Assim, em meio à sua dor, Eliene se uniu à Frente Estadual pelo Desencarceramento do Rio de Janeiro (FRENTE-RJ), uma rede fundada em janeiro de 2017 com cerca de 100 organizações da sociedade civil envolvidas, incluindo movimentos sociais de familiares e sobreviventes do cárcere. A FRENTE-RJ tem como missão o enfrentamento do encarceramento em massa e das mazelas geradas pelo cárcere, a partir de experiências concretas de pessoas que tiveram suas vidas impactadas pelo Estado penal, atuando para denunciar o projeto racista, genocida e cisheterossexista levado a cabo pelo sistema de justiça. O objetivo principal é o fortalecimento da luta das pessoas que sobreviveram ao cárcere e de seus familiares.²

Com sua experiência, Eliene está apta a se apresentar na luta por denúncias às graves violações de direitos humanos que ocorrem no cárcere, interpellando os atores do sistema de justiça e promovendo mobilizações por meio de campanhas de advocacy e litigância estratégica. Ela também é atuante na Rede Nacional de Mães e Familiares como representante do Mecanismo Estadual de Combate à Tortura do Rio de Janeiro. Uma rede que tem como objetivo denunciar o genocídio do povo negro, as chacinas em favelas, o aumento do número de homicídios no país e buscar respostas do Estado em relação a cada um desses casos.³

De forma natural, sua pauta se encontra com a Agenda Nacional pelo Desencarceramento, movimento nacional de articulação de familiares de pessoas presas e sobreviventes do sistema carcerário, que atua para fortalecer a articulação entre familiares de pessoas presas, sobreviventes do cárcere e outros movimentos de direitos humanos no Brasil. O movimento atua com ações de comunicação, litigância estratégica, orientações jurídicas, organização de eventos, construção de campanhas, e apoio de diversos tipos a movimentos locais.

Também de forma natural, os movimentos se cruzam e se fortalecem, complementando e ampliando o âmbito de atuação de Eliene. Em 2022, depois de ser aprovada em processo seletivo, Eliene passou a ser perita do Mecanismo Estadual de Combate à Tortura do Rio de Janeiro (MEPCT/RJ). Esse é um importante órgão público de direitos humanos

¹²³ Fonte: <https://wikifavelas.com.br/>.

vinculado à Assembleia Legislativa do Rio de Janeiro (ALERJ). Criado em 2010, é resultante de diretrizes da ONU e tem como principais objetivos planejar, realizar e conduzir visitas periódicas e regulares a espaços de privação de liberdade, como prisões, hospitais de custódia e tratamentos psiquiátricos, casas de repouso, entre outros, prevenindo ativamente, por meio de recomendações e da identificação de situações ou riscos de tortura, além de outros tratamentos ou penas cruéis, desumanas e degradantes. O Mecanismo tem ainda como atribuição a recomendação de medidas para adequação dos espaços de privação de liberdade aos parâmetros internacionais e nacionais, além de acompanhar as medidas implementadas.¹ Até hoje, já foram visitados mais de 360 espaços de privação de liberdade.

“Procuro cuidar de mães desamparadas, desesperadas por respostas, por justiça, por parar a violência e a tortura vinda do Estado. Outras mães cuidam de outras tantas mães. É a roda do cuidado girando e se expandindo. Eu não me imagino mais não atuando nessas frentes, isso agora é a minha vida. Eu me sinto desesperada quando vejo prisões arbitrárias acontecendo, especialmente, quando a violência é do Estado. Muitas vezes, eu me sinto frustrada, impotente e me revolto com o olhar preconceituoso da sociedade, que não entende o contexto em que está inserida. Para o futuro penso em expandir minha rede de acolhimento e promover mais formações políticas e de direitos humanos”, conta Eliene.

Quando perguntamos quem cuida dela e se ela se sente cuidada, Eliene responde com um meio sorriso: “Me cuidar é ver que meus filhos estão bem. Mas, confesso, vou ficar devendo o cuidado comigo mesma.”

“*Eu me sinto desesperada quando vejo prisões arbitrárias acontecendo, especialmente, quando a violência é do Estado. Muitas vezes, eu me sinto frustrada, impotente e me revolto com o olhar preconceituoso da sociedade, que não entende o contexto em que está inserida. Para o futuro penso em expandir minha rede de acolhimento e promover mais formações políticas e de direitos humanos.*”

“A invenção de um Brasil que a gente quer passa por uma ampla discussão sobre o direito à rua, à cidade e aos corpos.”

Luiz Antônio Simas.
Escritor e professor brasileiro

Flávia Souza



Como se fosse pouco, além de ser multiartista, dançarina, cantora, escritora, produtora cultural, coreógrafa e preparadora de elenco, Flávia também é fundadora e coordenadora da Associação Cultural Grupo Afrolaje e titular no Fórum Nacional para a Elaboração de Políticas Públicas para as Mulheres do Movimento Hip-Hop, instalado pelo Ministério das Mulheres. O objetivo do Fórum tem total sintonia com a trajetória de luta de Flávia: formular políticas públicas e campanhas pelo fim da discriminação contra a participação das mulheres no movimento Hip-Hop e pelo combate à misoginia.

São, portanto, muitas as atividades e múltiplos os talentos que Flávia carrega, sendo que, na essência de tudo, está a dança, o movimento. Para Lara Sayão, doutora em filosofia pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ): “Ninguém dança sozinho. Dança com, dança para, dança junto. Dançar é encantamento, é resistência, é movimento de dentro anunciado no corpo, este parceiro que nos permite dizer quem é que somos. Dança é expressão de que há algo vibrando, algo sendo.” Esse trecho tem muita relação com Flávia e sua arte, seu corpo, sua dança, identidade e movimento.

“Ninguém dança sozinho. Dança com, dança para, dança junto. Dançar é encantamento, é resistência, é movimento de dentro anunciado no corpo, este parceiro que nos permite dizer quem é que somos. Dança é expressão de que há algo vibrando, algo sendo.”
Lara Sayão

Flávia, que nasceu no Hospital Maternidade Carmela Dutra, no Méier, e foi criada no Engenho de Dentro, está morando, nos últimos dez anos, na Vila Militar, em Deodoro. Sua infância foi muito livre pelas ruas do subúrbio carioca, mas marcada por violência doméstica. Na década de 1980, quando estudou na Escola Brigadeiro Faria Lima, construída em cima do presídio Ary Franco, ela, mesmo muito nova, já sentia o peso da opressão e do racismo. Flávia conta que, já nessa época, destacava-se como uma liderança, e lembra de que, aos oito anos, quando um colega da escola disse que seu cabelo era “ruim”, reagiu de pronto dizendo “Meu cabelo não faz mal a ninguém.”. Com isso, a briga aumentou, o menino saiu correndo atrás dela dizendo que iria lhe bater e ela, tentando escapar, correu tanto que deu com o rosto num poste. A dor foi tanta que desmaiou e seu rostinho de menina ficou muito machucado. Esse foi apenas um de muitos episódios vividos ao longo da sua vida e, por isso, ela faz questão de ressaltar que o racismo mata e se manifesta de muitas maneiras, em diferentes camadas.

Já nessa época, Flávia dizia que queria ser artista. Vivia dançando, cantando, representando, porque não conseguia parar quieta. Sua mãe, sempre que podia, a colocava em cursos na instituição hoje chamada FAETEC. Cursos que pudessem capacitá-la para alguma atividade de geração de renda, como manicure, cabeleireiro, datilógrafa. Até que apareceu finalmente um curso de teatro e ela mesma se matriculou sem que a mãe soubesse, porque sentia que não podia de jeito algum perder

aquela oportunidade. Assim, decidiu ir estudando teatro e, só na apresentação final do curso, chamou a mãe, que simplesmente não acreditou no que via no palco. Para sorte de Flávia, naquela mesma noite, ela recebeu um convite para assinar um contrato com a companhia de teatro do SESC Madureira. Sua mãe e sua avó eram trabalhadoras domésticas há anos e naquele momento, a partir do contrato com o Sesc, Flávia, com menos de 18 anos, iria receber um salário maior do que o de sua mãe e avó juntas.

Flávia nunca mais parou de trabalhar com arte, mas sempre com muita dificuldade devido ao racismo estrutural e institucional e à baixa inserção formal de pessoas negras na cadeia produtiva da cultura à época. Determinada, claro que ela seguiu em frente, agarrando sempre todas as oportunidades que lutava para conseguir, inclusive, a de integrar a Companhia de Teatro dos Comuns.

Com muito incentivo de amigos, fez a prova para o vestibular da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), acreditando que não passaria. Mas, ela não só passou, como obteve o terceiro lugar no concurso. Assim, formou-se em Dança e é pós-graduada em Docência no Ensino Fundamental e Médio pela AVM/Universidade Cândido Mendes.

Pioneira, Flávia carrega consigo o símbolo de ser a primeira pessoa da família a se formar em um curso superior. Atuou em mais de 20 montagens de teatro e musicais, fez cinema e televisão e viajou para temporadas internacionais com grupos diversos por países da Europa e da América Latina. No entanto, Flávia ressalta que é uma carreira com altos e baixos, às vezes, até mais baixos do que altos, o que a deixa frustrada. O marido de Flávia é servidor público e, em muitos momentos, ela teve que contar com a estabilidade dele no trabalho para poder seguir em frente.

Na juventude, ela se encantou e envolveu-se com o Movimento Hip-Hop, que, por ser uma manifestação cultural plural, diversa e que envolve diferentes formas de expressões artísticas (grafite, rap, DJ, dança) e de conhecimento, expandiu ainda mais o campo de atuação de Flávia. Cantora de rap, por meio de suas músicas, ela denuncia a violência contra mulheres. E nesse campo aproveita a oportunidade para discutir a realidade social que a cerca, o papel da juventude, identidade, negritude, além de se manter ativa no combate a todas as formas de violência. O Hip-Hop entrou na sua vida como agente de mudança, como forma de compreensão e intervenção do mundo, como movimento de denúncia das desigualdades.

Fez parte da Frente Nacional pelo Hip-Hop, é representante no Rio de Janeiro e, recentemente, como titular no 1º Fórum de Mulheres no Hip-Hop tornou-se uma liderança importante nas discussões de base do movimento. Ela ressalta que com o movimento Hip-Hop aprendeu a estar pronta para a luta, mas, ao mesmo tempo, diz que, em muitos momentos, sentiu-se cansada dos “campos de disputa”. Compara o movimento Hip-Hop com os Quilombolas, enquanto o primeiro é mais “pé na porta” e imediatista por lidar com a violência nua e crua na área urbana da cidade, exigindo, portanto, respostas mais diretas às suas demandas, o segundo, a seu ver, é mais calmo, requer paciência, resiliência, acolhimento em coletividade. A vivência da verdadeira guerra diária e de denúncia do hip-hop não deixa de impactar a saúde mental.

A ancestralidade jongueira de Flávia falou mais alto e ela, que já era do movimento Hip-Hop, começou a juntar pessoas em rodas de jongo na laje da casa de sua mãe, no Méier, resgatando uma antiga tradição familiar. Sua relação com o jongo é ancestral e ela nem sabia.

“Fui fazer teste para a casa de show Plataforma e fui aprovada, porque tinha um quadro Afro e eu sabia dançar Jongo e danças Afros. Depois, na faculdade, para eu poder conseguir uma bolsa auxílio e não precisar trabalhar, fiz uma prova para uma companhia folclórica e passei também por causa do jongo.”

Flávia diz que não tinha ideia da sua história, que foi, aos poucos, sendo revelada por sua avó. A bisavó era uma grande liderança jongueira, e sofria constantes perseguições por conta de sua tradição. Ameaçada de ser queimada, com muito medo, ela precisou fugir. A bisavó, então, decidiu deixar sua filha de 8 anos com uma família branca para ser criada. Essa menina era a avó de Flávia, feita empregada em troca de casa e comida e sem qualquer tipo de pagamento, como uma “escrava do século XX”.

Com esse histórico, sua avó guardava no coração uma mágoa em relação ao jongo, porque entendia que ele mudou seu destino, afastando-a da mãe. Com os ensaios

do Jongo da Laje, os tambores, as rodas, as risadas, a alegria, sua avó foi aos poucos reencontrando sua ancestralidade e, foi lá, jogando sua saia e rodando, dançando, que ela se encontrou. E Flávia entendeu, então, que tinha a missão de cuidar dessa tradição familiar.

É muito simbólico ocupar o espaço da laje para iniciar o resgate da memória e da tradição do jongo. É uma releitura da significação da laje das casas de comunidades, lugar comumente reconhecido como um espaço de encontro de guetos e foco de resistência cultural. Além do jongo, há também a prática de Capoeira Angola e o desejo de Flávia, em coletivo, de pesquisar, preservar e divulgar a memória da cultura popular afro-brasileira.

Em 2011, Flávia fundou o Grupo AFROLAJE, em parceria com o professor Ivan Junior, seu marido, com o objetivo de cuidar da herança ancestral de manifestações culturais afro-brasileiras. **“Com o AFROLAJE, buscamos resgatar, preservar e difundir a diversidade da cultura afro-brasileira por meio da dança, música, percussão, pesquisa e expressão corporal do negro. Nosso desejo é difundir a cultura de matriz africana com apresentações em espaços públicos e/ou privados, misturando dança, percussão e pesquisa, aproveitando os momentos em grupo para o aprendizado coletivo.”**, conta Flávia.

Regularmente, no último domingo de cada mês, eles realizam, na Praça Agripino Grieco, no Méier, um Encontro Cultural de Jongo, Capoeira Angola e Manifestações Afins, com o objetivo de ocupação e utilização do espaço público como movimento de resistência, dando oportunidades às pessoas do entorno de vivenciar a cultura popular de matriz afro-brasileira, contribuindo, assim, na prática, para sua difusão, valorização, celebração e seu reconhecimento. Eles também realizam gratuitamente oficinas de danças das manifestações da cultura popular afro-brasileira, rodas de conversas e vivências com as comunidades tradicionais quilombolas.

O AFROLAJE é formado por crianças, jovens e adultos em sua maioria negros/as, que vivem em desvantagem social e econômica. Com o auxílio de pesquisas de campo, encontros e debates com mestres populares, o grupo pretende não só desenvolver o movimento, a sonoridade, mas também, e principalmente, munir de ferramentas históricas seus integrantes, visando estimular a construção da identidade e a valorização da cultura afro-brasileira. A música percussiva e as danças de

“

*O jongo veio me seguindo.
Quando estava fazendo teatro na
faculdade, o professor me colocou para
fazer aula de jongo com o Mestre Darcy.
Na época, confesso que não gostei, eu
achava muito chato. Mas o Mestre insistia,
dizendo que eu era jongueira. [...]
Demorei a dar atenção, e de repente eu
fui me envolvendo, me envolvendo.”*

matriz africana são um dos principais símbolos culturais do país, e seu aprendizado proporciona aos jovens e adultos o conhecimento e o protagonismo da história de seus ancestrais. Os encontros são embalados com tambores e berimbaus, sendo o público acolhido com brincadeiras, seja cantando, jogando, tocando e dançando, por meio de apresentações interativas, oficinas, vivências e rodas de diálogos. Por meio da arte, da dança, da música, da expressão, dos ritmos, dos toques, do canto, frutos da cultura afro-brasileira, o Afrolaje busca reforçar o respeito à diversidade cultural do Brasil, assim como contribuir para a eliminação do racismo em nossa sociedade.

Mesmo quando atravessada por uma crise de pânico e depressão, para Flávia, o mais difícil foi aceitar que, como mulher negra, estava enfrentando uma doença mental, uma vez que ainda há muito preconceito e não compreensão da doença, e como se uma mulher negra não pudesse ficar deprimida. Segundo ela, era comum ouvir que “não tem tempo para isso” ou que “é uma frescura de branco”, o que a fez compreender que vencer o preconceito é o primeiro passo.

Passei a me dedicar a pesquisar métodos físicos de danças e movimentos que pudessem ser utilizados num processo de cura. Fiz muita pesquisa e me inspirei em Inês Galvão, misturando ritmos, Kalimba, antiginástica e limites do corpo. Daí, consegui desenvolver uma metodologia de dinâmica corporal chamada MOVIMENCURE para apoiar o processo de cura de pessoas com doenças mentais, com o objetivo de desvelar, não rotular, ser transversalidade.”, conta Flávia sobre esse tempo dolorosamente vivido.

Com base na sua experiência, Flávia transformou a metodologia numa dinâmica que pode ser aplicada com 1-3 horas de duração. A técnica criada por ela - que permite refletir sobre como o corpo em movimento é fundamental para o processo de cura, de autocuidado - propõe um encontro corporal e cênico, por meio das movimen-

“Tomava um remédio atrás do outro e parecia que não saía do lugar, muitos médicos diferentes. Chegou uma hora em que eu já não aguentava mais tomar remédios. Olhei, então, pra dentro de mim, juntei forças e todos os meus conhecimentos.”

tações afro-diaspóricas. Com o uso de diversos ritmos inspirados nos orixás, no jongo, no samba e no hip-hop, entre outros, promove-se vivências diversas com exercícios de respiração, como momentos de expressão, de troca coletiva e de comunicação interpessoal, sempre centrados na conexão entre a mente e o corpo para promover a saúde e a cura. O MOVIMENCURE é um exemplo de prática de cuidado com o outro e consigo mesmo que Flávia também utiliza como metodologia para preparação de elenco.

A partir do MOVIMENCURE, Flávia criou, desenvolveu, produziu e atuou na peça “Tempestuosa Depressagem”. Dirigida pela atriz e diretora Tatiana Tibúrcio, a peça retrata as nuances e os desdobramentos da Síndrome do Pânico e da Depressão com enfoque na população negra - especialmente nas mulheres. Flávia, que é a atriz principal e conta com a participação especial da cantora e jogueira Daniella Gomes, parte da própria experiência para refletir sobre o assunto e sobre como o corpo em movimento pode ajudar a vencer esses problemas.

O espetáculo usa relatos em vídeo, música ao vivo, dança e interpretação para jogar luz sobre as vivências subjetivas do ser humano, propondo discutir as consequências dessas subjetividades a partir de um recorte racial. O objetivo é denunciar que, diante de um contexto estruturalmente racista, o negro tem o problema silenciado e invisibilizado. Contemplada com o Prêmio Cultura e Diversidade, Flávia está em negociações para a realização de um possível filme.

Ao refletir sobre seu papel de cuidadora de uma herança ancestral de manifestações culturais afro-brasileiras, Flávia se emociona muito e seus olhos se enchem de lágrimas porque, como faz questão de dizer, sua relação de cuidadora de sua cultura ancestral é muito forte.

“Eu me sinto cuidadora de almas, pessoas, energias, religião, de Ifá. De verdade, me sinto muito cuidadora, mas também muito cansada. Estava querendo parar um pouco, mas não consigo. A gente tem que cuidar de tudo para que o cuidado aconteça. O cansaço do cuidador é uma pauta fundamental quando falamos de políticas públicas de cuidado.”

“*Eu, por exemplo, não tenho qualquer apoio financeiro a maior parte do tempo. Em 12 anos, foram apenas 3 editais para o Afrolaje. Não podemos falar sobre práticas de cuidado sem falar sobre democratização do acesso a recursos financeiros que possam financiar o cuidado.*”
conclui cansada, mas nunca desmotivada.



“Eu não sou discriminada porque eu sou diferente, eu me torno diferente através da discriminação.”

Grada Kilomba
Escritora, psicóloga e artista portuguesa

Flávio E Massari



Um casal de professores, ele de Geografia, ela de Educação Física, e ambos apaixonados pela cultura suburbana. Juntos, fundaram o Centro Cultural Casa do Artista Independente (CASARTI), em Vista Alegre, Rio de Janeiro, com o objetivo de apoiar e abrir espaço para os artistas independentes de vários segmentos mostrarem seus trabalhos, além de difundir e fomentar a cultura e a educação populares de qualidade para os moradores locais. Um Ponto de Cultura, onde funciona, também, um cineclube de portas abertas para a comunidade. Cuidar do imaterial da arte da periferia, de memórias, histórias e celebrar a vida de artistas periféricos é uma verdadeira profissão de fé do casal.

Geógrafo formado pela Universidade Federal Fluminense/UFF, Flávio é professor, cantor, compositor, produtor e gestor cultural. Com orgulho, diz que veio de família preta, nasceu no antigo estado da Guanabara, mais precisamente na Rocinha, onde viveu até os dez anos de idade. Eliana Massari Simões, que se identifica como Massari Simões, nasceu em Oswaldo Cruz com um pai muito rígido e conservador, que a criou para casar e ter filhos. Muito firme nos seus propósitos, ela diz que essa educação recebida nunca a impediu de ser de vanguarda, ousada e à frente do seu tempo.

Massari é feminista desde sempre. Aos oito anos, ela já brigava na escola para fazer todos os esportes, sem limitações de gênero. Ela conta que, durante o ensino médio no Colégio Visconde de Cairu, seu horizonte político, físico, mental e cultural se abriu de vez. Também conta que foi precoce para dirigir carro, moto e para começar a trabalhar. No seu bairro, lutava pelos direitos que eram negados aos moradores e já começava a produzir seus primeiros eventos.

Era uma atleta de handebol e futebol na década de 70. Formou-se em Educação Física e se dedicou ao magistério até 1988. Hoje é produtora e gestora cultural, presidente da CASARTI.

Flávio e Massari estão juntos há 33 anos. Conheceram-se num colégio no Rio de Janeiro, onde ambos davam aula. Massari ressalta que antes mesmo de se relacionarem afetivamente, já eram produtores e gestores culturais, parceiros. O respeito e o encantamento pela arte suburbana era mais uma coisa em comum entre eles. Massari exalta a parceria que tem com Flávio e diz que ele sempre foi um homem que defende os direitos das mulheres e esteve sempre ao seu lado incondicionalmente.

A primeira produção cultural do casal foi o “Projeto Cantoria”, criado, em 1988, com o objetivo de abrir espaço para artistas independentes do subúrbio. Os dois já despontavam como uma liderança cultural, lutando pela cultura suburbana. Na reportagem do Jornal O Globo de 20 de setembro de 1988, encontramos a foto de Flávio e Massari bem jovens com a seguinte manchete: “Artistas põem na rua o Projeto Cantoria”. O projeto pretendia apoiar grupos de teatro semiprofissionais, poetas, artistas plásticos, artesãos e cantores independentes ou bandas e, por não ter um espaço fixo para realização dos eventos Flávio e Massari utilizavam o espaço de Lons Culturais ou espaços alternativos de bares, restaurantes e casas de show.

Flávio, que já era artista e, por muitas vezes, havia experimentado o descaso e o tratamento pouco respeitoso que os donos dos estabelecimentos tinham pelos profissionais artistas independentes, começou a se incomodar com as injustiças e desigualdades na cadeia da economia produtiva da cultura, como cachê baixo, falta de infraestrutura, falta de pagamento no prazo combinado e exclusão de artistas negros, entre outras questões.

Essa situação recorrente o levou a pensar em estratégias para melhorar as condições de criação artística e de trabalho dos artistas suburbanos. Seu grande desejo era gerar infraestrutura para artistas populares do subúrbio, promovendo e criando oportunidades para os artistas independentes.

Para alugar um espaço para sediar a CASARTI, na Rua Ponta Porã, em Vista Alegre/RJ, Flávio utilizou o dinheiro recebido de uma indenização trabalhista anos depois, por conta da majoração do aluguel (a CASARTI não conta com financiamento de recursos públicos), eles reformaram o galpão que havia nos fundos da casa onde moram e transformaram num local aconchegante e acolhedor para todos. Atualmente, a CASARTI está localizada em Cordovil/RJ, bairro vizinho a Vista Alegre. O espaço foi estruturado para ter um palco para shows, biblioteca, cineclube e uma sala multiuso para realizar cursos livres, além de um brechó. Entre as atividades que desenvolvem e oferecem ao público, estão oficinas de música, saraus, rodas de conversa, entrevistas, workshops, esquetes, palestras, exibição de filmes nacionais independentes, roda de leitura com crianças e aulas de reforço escolar com explicadoras locais. Massari conta que utilizam também o espaço da rua para as atividades com as crianças, incentivando-as a participarem de rodas de leituras e atividades de música. O orgulho transborda quando os dois contam que foram um dos primeiros a se tornarem um Ponto de Cultura no subúrbio carioca.

Como ativista do movimento antirracista e defensor de Políticas Públicas de cultura e educação para os subúrbios cariocas, Flávio, junto com a esposa e companheira, está há anos envolvido com movimentos que discutem e propõem políticas públicas para o setor. Juntos, fundaram, em 2006, o Centro Cultural Casa do Artista Independente (CASARTI), que abriga projetos culturais e de educação, e gera emprego para professores, mestres de ofício, artistas e técnicos.

Os dois também cuidam para que os artistas independentes possam ter melhores oportunidades para desenvolverem sua arte e de se apresentarem, e dão apoio na

Quando perguntamos de quem cuidam, eles dizem que cuidam de artistas independentes de vários segmentos e de técnicos da cadeia produtiva da cultura, além de crianças e pré-adolescentes do território. Ao mesmo tempo, não deixam de cuidar do seu território, do local onde vivem, das histórias e da arte que ali é produzida. Cuidam do imaterial da arte da periferia e fazem questão de homenagear e celebrar artistas locais e do subúrbio, em geral, fazendo pesquisas, criando espetáculos e rodas de conversas sobre eles.

negociação de contratos, observando para que estes sejam justos. Proporcionam local para que possam ensaiar e providenciam infraestrutura para ensaios e shows. Tudo é feito de forma coletiva e compartilhada. Na CASARTI, há um bar aberto ao público, quando acontecem shows e outras atividades, ele gera recursos para a preservação do espaço e das atividades ali realizadas.

Flávio explica que o trabalho é realizado em parceria com outros cuidadores: Luiz Claudio Motta Lima, do cineclube “Subúrbio em Transe”; Mano Kinho Chinfra, do projeto “Suburbagem”; Ulisses Conti, do Movimento de Integração Cultural (MIC), que é gestor da Areninha João Bosco; Amauri Oliveira da Silva, do “Movimento dos Artistas Independentes dos Subúrbios (M.A.I.S)” e Teresa Guilhon, do projeto “Diálogos Suburbanos”.

O CineClube, que funciona em parceria com o “Subúrbio em Transe”, tem como padrinho da iniciativa Eryk Rocha, filho de Glauber Rocha. É um

espaço de construção coletiva que proporciona momentos de estudos e debates sobre filmes e temas relevantes. A biblioteca comunitária da CASARTI também é bastante movimentada com rodas e mediações de leituras, conduzidas por Flávio e convidados.

Flávio faz questão de ressaltar o caráter popular da educação e da cultura que promovem no espaço do CASARTI. O Centro Cultural CASARTI é, na realidade, mais que um espaço onde se desenvolvem inúmeros projetos culturais e pedagógicos de caráter popular. Ele explica que o foco da atuação é conseguir criar uma rede de apoio às pessoas que não têm acesso aos bens imateriais na periferia do Rio de Janeiro.

São muitas as atividades e os projetos desenvolvidos na CASARTI. Durante todo o tempo, o casal inventa novas estratégias de mobilização de público, criando projetos como: “Toque Show, um talk show Diferente” (2022); “Causos, Causas & Canções” (2013 a 2024); e “Mulheres que Cantam Homens”, que homenageia poetas que têm poesias musicadas e compositores letristas; em que as canções são interpretadas por cantoras independentes. O projeto foi inaugurado com o poeta e letrista Sérgio Natureza, com o show “Natureza das Mulheres”. Outro homenageado foi o poeta Salgado Maranhão, com o show “Encantos do Maranhão”.

Em 2022, Flávio dirigiu o documentário “A Cor do Vil” e Massari fez a direção de produção executiva. O filme retrata o cotidiano de uma escola de subúrbio carioca que, por meio da Lei nº 10.639, aplica uma pedagogia freiriana e antirracista: a Escola Municipal Embaixador Barros Hurtado em Cordovil, que se tornou um grande exemplo de práticas antirracistas no ambiente escolar. São depoimentos marcantes de professores, diretores, coordenadores, alunos, pais e pessoal de apoio sobre a experiência na escola.

E é assim, com muita colaboração e interação com o território, que Flávio e Massari combatem injustiças que ocorrem na cadeia produtiva da música: cuidando do artista independente e garantindo o direito à cultura e ao lazer à população de Cordovil, Vista Alegre e arredores.

“Esses projetos se alinham e, há mais de 20 anos, realizam trabalhos de artes integradas. Essa foi a maneira que encontramos de trocarmos informações e realizações, praticando o mais genuíno fazer colaborativo.”

Sobre o ato de cuidar, Flávio destaca o valor de pertencimento com que é agraciado: **“Quando eu cuido, sinto-me um cidadão pertencente ao meu território nos meus saberes e fazeres.”**.

As atividades na CASARTI acontecem durante toda a semana. No entanto, os cuidadores Flávio e Massari recentemente tiveram que fazer algumas pausas para cuidar da saúde. Vida longa à arte do subúrbio carioca e aos cuidadores da CASARTI!

“*Cuidar faz bem para a alma e para o espírito. Eu e Flávio nos afinamos, porque compreendemos o cuidado como forma de estar no mundo. Cuidar é colaboração. A gente divide o que tem e não o que sobra. Abrir mão do que você tem para compartilhar é o que chamo de cuidado. Cuidar é olhar para o outro e entender o que ele precisa e não apenas dar aquilo que você quer dar.*”

“Existe uma relação entre cuidadores e seus territórios. É a cria do lugar. As crias cuidam dos seus territórios.”

Luciana Bezerra
Cineasta e atriz

Fleury Johnson



Fleury Johnson sonhava em ser médico desde os quatro anos de idade. Também queria ter experiência fora do Togo, país da Costa do Oeste Africana onde nasceu. Juntou, então, esses dois desejos e decidiu cursar Medicina na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Com especialidade em clínica médica e especialização em Saúde da População Negra, Dr.Fleury propõe o cuidado de forma acolhedora para que as pessoas negras sejam tratadas e “tocadas” considerando sua integridade e espiritualidade.

Togolês, com 32 anos, ele reside no Brasil há 13. Médico com especialidade em clínica médica pelo Hospital Pasteur.

Palestrante, ativista social e digital sobre saúde da população negra. Seu foco é gerar informações sobre saúde de forma simplificada e democrática.

Dr. Fleury conta ser muito comum perguntarem se ele saiu da África fugindo de uma guerra, se é um refugiado ou se saiu do seu país porque sofria muito. E esclarece:

“ Por que será que chama tanta atenção um jovem negro africano querer sair de seu país para estudar? Eu simplesmente tinha o sonho de estudar fora, assim como milhares de jovens desejam experimentar a vida fora de seus países.”

O irmão de sua avó, que também era médico, morreu antes do seu nascimento, mas na família dele há várias gerações de médicos. Dr. Fleury conta que cresceu ouvindo da avó que ele era a reencarnação de seu tio avô. Coincidentemente ou não, reencarnação ou não, conta também, que, desde os quatro anos, perguntava para todo mundo o que era preciso fazer para ser médico.

Olhando para sua história de vida, ele se recorda de que, aos 10 anos, comentou com uma professora que um dia gostaria de morar no Brasil. Naquela época, costumava ouvir que o Brasil estava crescendo economicamente, gerando oportunidades e, como sempre achou o Brasil um lugar interessante que capturava a sua imaginação, optou pelo nosso país quando decidiu estudar medicina, o que nunca havia acontecido na sua família. Como ex-colônia francesa, no Togo se fala francês e é mais comum que os jovens desejem se aventurar na França ou no Canadá. Seu tio, por exemplo, que também é médico, estudou na Rússia quando ainda era União Soviética.

No Togo, as pessoas comentavam que aqueles que estudam fora do país conseguem mais oportunidades de emprego e, conseqüentemente, ascensão social quando retornam ao país, e isso era algo que ele desejava para sua vida quando voltasse. Na adolescência, pensou em estudar no Senegal, seguindo os passos do avô que havia estudado lá. Assim, quando estava para finalizar o ensino médio e, finalmente, entrar para a tão sonhada faculdade de Medicina, tentou conseguir visto para estudar Medicina no Senegal e na França. Como não passou para a faculdade no Senegal e não o aceitaram para o curso na França sob a alegação de que já havia curso de me-

dicina no Togo, decidiu fazer a faculdade no Togo, mas, ao final do primeiro ano, um amigo lhe contou uma boa nova: a embaixada brasileira havia aberto vagas para estrangeiros cursarem Medicina no Brasil. Com essa informação, ele não perdeu tempo: no dia seguinte cedo, foi até a embaixada. Conclusão: foi selecionado em primeiro lugar para o Programa de Estudantes Estrangeiros, mas sem previsão de quando o Programa de fato seria iniciado.

Impaciente e sedento por novos voos, Fleury resolveu fazer prova para outros países. Passou para Guiné Bissau, mudou-se para o país e, uma semana depois, quando já estava instalado, soube que passou para o Senegal e que, também, seria chamado para o Brasil. Diante de tantas opções ao mesmo tempo, conta que ficou com uma dúvida enorme do caminho a seguir. Decidiu, então, conversar com o pai e com ele, em uma ligação telefônica, avaliou as perspectivas futuras em cada país e a escolha acabou sendo o Brasil.

Sorrindo, Dr. Fleury conta que não entendia uma palavra de português, e que essa era a situação da sua família e dos demais amigos e conhecidos que também haviam sido chamados pelo Programa de Intercâmbio. Mesmo assim, todos assinaram o contrato, mas achando que teriam alojamento, bolsa de estudos a partir do segundo ano e que alguém do Programa de de Intercâmbio os recepcionaria na chegada. Só que não foi bem assim que aconteceu.

Sorrindo, Dr. Fleury conta que não entendia uma palavra de português, e que essa era a situação da sua família e dos demais amigos e conhecidos que também haviam sido chamados pelo Programa de Intercâmbio os recepcionaria na chegada. Só que não foi bem assim que aconteceu.” Mesmo assim, todos assinaram o contrato, mas achando que teriam alojamento, bolsa de estudos a partir do segundo ano e que alguém do Programa de Interc.

Quando finalmente conseguiu falar com uma pessoa encarregada do programa, soube que não tinha bolsa, nem alojamento, nem apoio para comida e ninguém que os orientasse. Como chegou no Brasil com apenas U\$500.00, o que, na época, equivalia a cerca de R\$ 800,00, usou R\$ 400,00 para pagar o aluguel de um quarto no bairro de Santa Teresa, administrado por freiras, sem saber como iria sobreviver no país. Quando ligou para o pai perguntando se seria melhor voltar, ele foi categórico com o filho: **“Agora que você já está aí, melhor ficar e encarar. Acredite, vai melhorar.”** Novamente sorrindo, ele conta que ainda bem que decidiu ficar e que se soubesse dos detalhes do Programa certamente não teria vindo.

De acordo com as regras do Programa de Estudantes Estrangeiros, nenhum aluno que participa do programa pode trabalhar enquanto estuda e corre o risco de ser enviado de volta ao país de origem se descumprir essa cláusula. Um Programa que, sem dúvida, parece pouco adequado e fora da realidade para alunos com poucos recursos financeiros.

Conseguir pagar o aluguel de um espaço para morar e se manter na faculdade acabou tornando-se uma enorme batalha. Durante um tempo, seguiu morando na casa das freiras, mas, com as Olimpíadas, ele teve que sair, porque elas precisaram reformar o espaço. Diante dessa situação, a família acabou vendendo um terreno no Togo para ajudar nas suas despesas, e até alianças de casamento entraram na venda para que os pais pudessem mandar mais um dinheirinho.

No final do primeiro ano, ele finalmente conseguiu uma bolsa de estudos no valor de R\$ 622,00. Como o valor era insuficiente para se manter, ele passou a se virar como podia: começou a dar aulas de francês para alguns conhecidos e a vender roupas de tecidos africanos que sua família fazia e mandava. As roupas chegavam aqui na bagagem de clientes de um tio que tinha uma agência de turismo e aproveitava as viagens ao Brasil para enviar uma mala de roupas para ele vender.

Um período de verdadeira peregrinação, em que morou em um alojamento da UFRJ e depois em um pequeno quarto sem janelas, cheio de mofo e abafado em uma favela no Rio, em um ambiente muito precário e com muita violência ao redor. No dia de pagar o aluguel, por exemplo, o proprietário ia receber o valor do aluguel com fuzil na mão. Com isso, todo dia 10 do mês, quando vencia o aluguel, passou a ser um estresse, o suor escorrendo pelas costas até que com sorte, aos poucos, e com muita resiliência, as coisas foram melhorando.

Em relação à faculdade, Dr. Fleury diz que ficou impressionado com a falta de negros no curso. E que ele não entendia como o Brasil, com uma enorme população negra, tinha tão poucos alunos e professores negros, em especial, em uma universidade pública. Na sua sala, por exemplo, só tinha ele e mais uma aluna. A desigualdade de oportunidades era gritante. Ele diz que ficava chocado ao constatar que, enquanto ele vivia uma luta diária para pagar a passagem de ônibus para chegar até a

faculdade, assim como sua colega, também negra, chamava atenção a quantidade de pessoas brancas, ricas e muito ricas, com carros e total possibilidade de acesso a qualquer curso, congresso ou material.

Dr. Fleury diz que teve mesmo um choque ao perceber a existência de tão poucas pessoas negras não só na universidade, mas também ocupando espaços de poder, espaços de tomada de decisão.

Esse cenário, segundo ele, passou a mudar a partir da implementação de políticas públicas de ações afirmativas, como as cotas, que vem tendo como resultado o aumento do número de pessoas negras nas universidades, mas que isso, ainda, não se reflete em cursos como Medicina.

Como homem negro e oriundo de um país africano, Dr. Fleury conta que teve que ressignificar sua negritude ao se dar conta do que é ser negro em uma sociedade racista e extremamente desigual.

Ainda com um certo espanto, ele se lembra de um episódio marcante ocorrido quando o professor de bioquímica estava entregando as notas da prova. Muitos alunos se mostraram curiosos em checar qual teria sido a nota dele. Entre

eles, perguntavam-se como aquele rapaz africano teria se saído, até que um deles perguntou de forma direta: “Como a sua nota é maior que a minha?”. Mais uma vez, ficou chocado ao perceber que a maioria achava que ele não poderia ter o mesmo nível de conhecimento dos brancos da sua turma. No hospital escola, também enfrentou pacientes que não entendiam como ele podia estar ali estudando para ser médico. Muitas foram as vezes em que Dr. Fleury foi confundido com o maqueiro, enfermeiro, faxineiro. O que está por trás disso só tem um nome: racismo estrutural e institucional.

“*Nunca havia pensado que teria que enfrentar racismo no Brasil, esse país que todos me diziam ser muito aberto. Um reino da democracia racial, que nunca vi e que me forçou a construir, então, minha consciência racial.*”

“*Mesmo com todas as dificuldades, nunca pensei em desistir, e sempre falava para mim mesmo: vai passar, eu vou conseguir superar tudo isso. Vai dar certo, confie no processo. Vai fazendo as suas coisas.*”

Na faculdade sempre se interessou por temas ligados à estrutura da sociedade, sua composição, diversidade, racismo, saúde justa e igualitária para todos. Muitos dos seus colegas e professores diziam que ele tinha muita habilidade para se relacionar com os pacientes e suas famílias e facilidade para conduzir os atendimentos, ouvindo com atenção as histórias dos pacientes e criando vínculos com eles. A partir disso, decidiu se especializar em clínica médica para prestar um **“atendimento humanizado como todo atendimento tem que ser”**.

As coisas começaram a melhorar quando terminou a faculdade e começou a trabalhar. O dinheiro começou a entrar e Dr. Fleury conseguiu se estabilizar. Da especialização, definiu sua residência: Cardiologia. Mas, tão logo iniciou sua residência, resolveu dar um tempo para ampliar seus horizontes e conhecimentos em gestão médica. cursou, na Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro/PUC-RIO, o MBA de Gestão em Saúde, além de fazer uma especialização em Leadership Management pela Harvard Business School, nos Estados Unidos.

Hoje, além de atender no consultório que montou no bairro da Tijuca, também faz consultas on-line. Seu consultório está aberto a todas as pessoas, mas, em função da sua especialidade na saúde da população negra, 95% dos seus cerca de 500 clientes são afrodescendentes. A necessidade de se especializar na saúde da população negra nasceu da sua vivência clínica prática, em que constatou, e ainda constata, a desigualdade e o racismo estrutural e institucional que impacta diretamente o acesso por pessoas negras à saúde. Seu foco de atuação é potencializar a saúde da população negra, desmantelando as práticas de desigualdade e exclusão, tendo o paciente como foco do cuidado.

Ele cita alguns exemplos para ilustrar como o racismo adoce física e mentalmente as pessoas negras. **O racismo limita não só o acesso aos serviços de saúde, como limita o acesso à informação, à educação de qualidade, ao lazer, à cultura. Para Dr. Fleury, esses são direitos universais e fundamentais que compõem e constroem o bem-estar e a saúde de uma população.**

Segundo o médico, muitos são os estudos e as pesquisas no Brasil, realizados pela Fiocruz e que demonstram que a população negra tem maiores taxas de mortalidade, bem como as injustiças do sistema que parece punir mulheres negras. Comparado a mulheres brancas grávidas, as mulheres negras têm menos acesso ao serviço de pré-natal durante a gravidez, por exemplo. Dos 6-7 pré-natais ao longo de 9 meses

“No Brasil, os negros levam desvantagem em tudo e na saúde mental não é diferente. Se um autista branco tem crise, ele é amparado. Se um autista negro tem crise, corre o risco de ser preso ou morto por ser percebido como ameaça.”

(preconizados pelo Ministério da Saúde), apenas 30% das mulheres negras têm acesso a essa quantidade de consultas, enquanto 70% das mulheres brancas têm acesso às 6-7 consultas indicadas.

Dr. Fleury conta que também há estudos que demonstram que pessoas negras têm menos tempo de consulta comparados às pessoas brancas, e que elas também recebem menos anestesia e são menos tocadas nas consultas. A médica e ativista Jurema Werneck, uma das mais importantes lideranças negras do país, desenvolveu estudos e reflexões sobre esta realidade.

Para ele, outro fator importante são as condições de saúde que também são percebidas e “aceitas” de maneira diferente na sociedade dependendo da cor da pessoa.

Sua experiência como médico de pacientes em maioria negra lhe permite ter um entendimento doloroso do que é o racismo estrutural no Brasil e de suas consequências: **“O racismo faz com que as pessoas adoçam mais. Doenças crônicas não transmissíveis, como dores pelo corpo, pressão alta e diabetes, por exemplo, são mais encontradas na população negra e pobre. O lugar onde a pessoa está inserida e o seu cotidiano estão altamente ligados às condições de saúde. Um ser humano que faz uma viagem de três horas da Baixada Fluminense para a Zona Sul todos os dias e, na volta para casa, leva mais três horas, não pode estar bem de saúde. É preciso observar o sono, a alimentação, as atividades físicas e as condições da habitação, entre outros hábitos para poder avaliar de forma integral o paciente e poder, então, pensar em proposição de tratamento.”**

O racismo tem impacto na saúde em diferentes níveis e camadas. Pessoas negras morrem mais precocemente de doenças que poderiam ser tratadas e, também, mais desassistidas. É preciso olhar de forma transversal e interseccionada para os efeitos do racismo nos corpos negros. Muitos profissionais de saúde não levam em consideração esses determinantes de saúde. Dr. Fleury diz que todos os profissionais de saúde precisam entender o paciente como um todo, inserido em seu contexto de vida, para que possam propor um mecanismo que atenda à realidade individual de cada um.

A seu ver, o racismo estrutural afeta diretamente quando há uma Política Nacional da População Negra que é implementada por apenas 57 municípios em todo o Brasil. Essa política, instituída pela Portaria nº 92/2009, define princípios, diretrizes e responsabilidades para melhorar as condições de saúde da população negra. Há, também, a Lei nº 12.288, de 2010, que instituiu o Estatuto da Igualdade Racial, definindo que o direito à saúde deve acontecer por meio de políticas universais, sociais e econômicas para reduzir o risco de doenças e de outros agravos.

Dr. Fleury considera, ainda, que o funcionamento do SUS é desafiador, porque o Brasil, com suas dimensões continentais, é muito complexo, o que agiganta os problemas a serem enfrentados, exigindo muito planejamento, organização, previsão de orçamento e infraestrutura adequados, com médicos preparados para colocar o paciente no centro do atendimento. Por outro lado, **ele valoriza o fato de o SUS ser universal e aberto a todos, observando a vantagem que é sua existência, pois agora o desafio é melhorá-lo.**

Mesmo com todos os desafios do SUS, Dr. Fleury acha que é o melhor sistema público de saúde em comparação aos países que ele conhece e onde trabalha. Seu novo sonho, agora de homem adulto que enfrentou e superou adversidades, é poder um dia levar o modelo do SUS para seu país, o Togo.

Seu entendimento é de que é preciso ter conversas francas e transparentes com os pacientes, dando informações de forma clara para que eles possam participar das tomadas de decisão em relação ao tratamento a ser feito e à medicação.

Assim como é importante abrir-se a outras práticas que complementam a medicina tradicional, já que as comunidades estão repletas de pessoas que cuidam uma das outras com sabedorias ancestrais. São os erveiros, as rezadeiras, as benzedadeiras, além de espaços como terreiros, quilombos e de cultura indígena que utilizam o que a natureza nos dá para processos de cuidado e cura.

“É preciso cuidar da saúde integrando o pensamento em relação ao mundo, à natureza e às forças da natureza. Saúde é relacional e interseccional. Há algumas práticas culturais no Togo que estão intimamente ligadas à natureza. Os batizados de crianças, por exemplo, ocorrem sempre nos dias 7 ou 14. Os bebês são abençoados por um elemento da natureza que irá proteger a criança.”

“*Cuidado em saúde é uma forma de prevenção das doenças. O atendimento tem que ser acolhedor, as pessoas negras precisam ser tratadas, tocadas, ouvidas, respeitadas em suas crenças, culturas e em sua fé. Há pacientes que conseguiram partir em paz quando tiveram suas crenças de religiões de matrizes africanas respeitadas. É preciso entender a dor, entender a espiritualidade, considerar a crença e a fé das pessoas. E entender que cada um tem o seu tempo de assimilação. O importante é que o médico não desista de oferecer cuidado.”***”**

Como seu foco é informar de forma democrática sobre saúde, de forma que a informação seja acessível para todos, em especial, para as pessoas negras, Dr. Fleury criou um canal em redes sociais, passando a atuar como ativista digital. Seus posts transmitem informações sobre bem-estar e saúde, entendendo a saúde no seu conceito ampliado, integral. Para ele, a prevenção de doenças é um ponto muito importante e não há como falar em prevenção sem abordar questões como racismo, xenofobia, homofobia e outros tipos de preconceito. Numa sociedade racista, desigual e injusta, os impactos na saúde física e emocional são estatísticos.

De uma forma geral, seus posts chamam atenção para os seguintes temas: estresse crônico; racismo e câncer: uma relação prejudicial; ansiedade e racismo; doenças mais incidentes em negros; mudanças climáticas e impactos na saúde; racismo ambiental e saúde, entre outros.

Outra iniciativa do Dr. Fleury é a criação, recentemente, do Instituto de Diversidade e Inclusão em Saúde/DIS, que tem como objetivo levar mais diversidade e inclusão em saúde para as organizações de saúde, tanto públicas quanto privadas, formando profissionais para atender à população negra, à população LGBTQIAPN+, e incluindo abordagens sobre a importância do antirracismo e do combate ao machismo para que as pessoas sejam atendidas de forma digna e respeitosa. Esse jeito de ser e atuar como médico foi a forma encontrada por ele para ajudar a mudar o cenário brasileiro.

Dr. Fleury também dá aulas na Universidade Federal Fluminense/UFF, como professor convidado, em saúde coletiva. Para relaxar depois de tantas atividades, ele gosta de cuidar de plantas, praticar esportes, aproveitar atividades culturais e mostrar a culinária africana para seus amigos, inclusive porque adora cozinhar.

Para ele, práticas de cuidado em saúde significam trazer a pessoa para o centro do cuidado. A seu ver, a pessoa nasce cuidadora e, quem nasce assim, já tem um olhar diferenciado para as peculiaridades de cada pessoa, porque cada um é único e importante no todo. Anima-se em dizer que conhece muitos médicos que estão repassando suas práticas, considerando a perspectiva da desigualdade, o que enche sua vida de esperança.

*“Cuido de vidas e de pessoas.
E tenho muito orgulho de ser um
médico negro disponível para tratar
todas as pessoas, com atenção às suas
características, história, cultura,
fé e necessidades.”*

*“Para nós, o racismo se
constitui como a sintomática
que caracteriza a neurose
cultural brasileira.”*

Lelia Gonzalez
Autora e ativista brasileira

Geraldo Bastos



Geraldo da Silva Bastos não chega só: é bisneto e filho de erveira, a dona Deise, e neto de rezadeira. É filho de movimentos sociais desde os anos 80. É erveiro e aprendiz de rezador. Também é intelectual, mestre em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social e doutor pela UFRJ, pesquisador do Laboratório de Memórias, Territórios e Ocupações, Rastros Sensíveis (LABMENS). Foi fundador de diversos Pré-Vestibulares na Baixada Fluminense (RJ) e cuidou para que muitos jovens tivessem seus direitos à educação garantidos. Coordenou projetos no sindicato da UERJ e na Catedral de Nova Iguaçu, além de criar e coordenar o Projeto de Educação Popular Quilombo Kilombá no terreiro Ilê Asé Ogun Alakoro.

Sua formação política e de vida está entrelaçada com a histórias dos Movimentos Sociais do nosso país e, mais especificamente, daqueles que tinham ação em Nova Iguaçu e em outros locais da Baixada Fluminense. Influenciado pela Teologia da Libertação, Geraldo decidiu ir à luta ao lado do povo, sem terras, sem casas, sindicalistas, empregadas domésticas, operários. E foi ali, nas Comunidades Eclesiais de Base, que deu início à sua luta pelos direitos humanos, sendo muito influenciado pela orientação filosófica de Dom Adriano Hipólito, bispo da Diocese de Nova Iguaçu, que era muito combativo e comprometido com as questões populares.

Ao contar a sua história, faz questão de dizer que três personagens foram muito importantes na sua formação e mudaram sua vida: Padre Matteo Vivalda (catequista da crisma de Geraldo), Padre João Martins e a Irmã Maria Oderda. Geraldo destaca que o entendimento dos três religiosos sempre foi que o Cristo que deveria ser reverenciado era um Cristo comprometido com a luta dos trabalhadores, das mulheres, dos marginalizados, aquele Jesus Cristo das primeiras comunidades.

“ *O padre João falava comigo: Geraldinho, se quisermos chegar até Cristo, precisamos olhar os mais pobres, os mendigos, as prostitutas, aqueles que nada têm e que ninguém quer. É esse o caminho que nos faz chegar até Cristo. E isso me marcou muito, pois eu tinha somente 14 anos.* ”

Aos 15 anos, Geraldo participou de uma ocupação com os padres no mutirão de Nova Aurora, em Belford Roxo (RJ), que se tornou o maior mutirão urbano da América Latina. Na década de 70 para 80, a questão da falta de habitação havia explodido no Brasil e movimentos sociais, influenciados pelo Movimento dos Camponeses, começaram a se mobilizar para pressionar por mudanças por meio da ocupação da terra. Geraldo lembra-se de que o exército apareceu e bateu em todo mundo, mas que, depois que os militares saíram, todos voltaram a ocupar o local. Em 1983, Leonel Brizola, então Governador do Estado do Rio, comprometeu-se com a luta após intensa pressão popular, e fez a cessão das terras do mutirão de Nova Aurora. Infelizmente, a regularização fundiária desse assentamento não aconteceu até hoje, assim como não foi regularizado o assentamento de Campo Alegre. E como nem sempre as terras eram do estado, Brizola fez, na época, uma cessão de uso das terras para que aquelas pessoas pudessem viver no local.

Com a igreja católica, Geraldo também se envolveu na criação do Sindicato das Domésticas de Nova Iguaçu. Considerando-se “filho” da junção entre a Teologia da Libertação, a luta dos trabalhadores sem-terra e sem-teto e a luta das empregadas domésticas, ele diz que, por meio da Pastoral Operária, viu de perto a luta dos sindicatos dos metalúrgicos.

Ao longo da entrevista, por muitas vezes, ele retomou as frases do Bispo Dom Hipólito, como: “Se queria estar do lado de Cristo e encontrar ele, vai ao encontro do trabalhador, vai ao encontro da mulher que sofre violência, vai ao encontro dos menores abandonados, do idoso... Aí, sim, você vai encontrar Cristo.”

Aos 22 anos, Geraldo se filiou ao Partido dos Trabalhadores. Em 1984, ele foi para a Itália como integrante de um Intercâmbio Político Cultural, após ser selecionado com mais duas pessoas que tinham militância política na igreja, para falar com os jovens da juventude católica italiana. Acabou indo parar nos campos de futebol e jogando na segunda divisão do futebol italiano e, só depois de um tempo, voltou por saudade da mãe.

No retorno ao Brasil, decidiu fazer um curso com Dom Paulo Evaristo Arns, na Diocese de São Paulo, que teve Luís Inácio Lula da Silva como palestrante. Ao acabar o curso, ele diz que saiu com a certeza de que precisava ajudar a eleger Lula presidente da República.

Com a voz emocionada e vibrante, Geraldo afirma: **“A gente participa um pouco desses movimentos e vai-se formando enquanto pessoa, cidadão político, cidadão atuante na mudança da sociedade. Eu confesso que, mesmo sendo hoje no candomblé, quem me trouxe inicialmente essa perspectiva de compromisso com mudança da estrutura social foi a igreja católica com a Teologia da Libertação. Essa corrente me fez enxergar a sociedade de uma outra forma.** Ao mesmo tempo, também é a Teologia da Libertação que me tirou essa perspectiva de que eu deveria vivenciar na igreja uma religião. Isso porque, na Teologia da Libertação, a gente falava muito da luta com o compromisso com a mudança social. A gente não falava de religião quase.

Tinham as celebrações, mas a palavra de compromisso era muito forte naquela época. E o compromisso com Deus estava ligado ao seu compromisso com a luta social. Então, essa coisa do culto, da missa e da liturgia passou muito ao largo de mim. Eu comecei a me comprometer muito com essa ideia de que ser cristão é ter compromisso com a luta. E aí, eu fui lutar.”

Durante 50 anos, ele conta que foi católico, mas, há 10, abraçou o Candomblé. Diz que tinha muita curiosidade sobre a diversidade, e que as religiões de matriz africana sempre chamaram sua atenção e mesmo quando atuava como catequista, levava os alunos da crisma para conhecer os terreiros e as entidades como forma de combater o racismo religioso. Alguns padres ficavam bravos e queriam expulsá-lo da igreja, mas Geraldo conta que seguiu com essa prática, porque achava que os alunos e alunas tinham o direito de conhecer diferentes visões de mundo.

Geraldo lembra que foi preso diversas vezes. Na década de 80, foi preso por fazer greve, porque fechava a via Dutra e fazia boicote às empresas como parte da luta dos metalúrgicos e dos comerciários por aumento de salário. Outras vezes foi preso por vadiagem, o que era comum porque, na década de 80, havia ainda a cultura da polícia prender as pessoas com base no art.59 da Lei nº 3.688, promulgada em 1941.

“Na realidade, a gente era preso por ser preto. O racismo sempre norteou a ação policial no Brasil. Como eu estudava à noite, o camburão passava e pedia carteira assinada e, como eu não tinha, porque estava estudando ainda, eles me prendiam. Por diversas vezes, fui conduzido à delegacia e fiquei detido no quartel acusado pelos militares de comunismo.”

Junto à Pastoral Operária e à Pastoral da Juventude, Geraldo fez militância política e, depois, se envolveu com o sindicalismo.

“Em 1994, a convite do Frei Davi, uma liderança muito importante no movimento de educação popular, fundamos com mais um grupo de pessoas um projeto de pré-vestibular na Catedral de Nova Iguaçu, que existe até hoje. Quando começamos a primeira turma, fomos surpreendidos com o tamanho do problema: a gente tinha 40 vagas e apenas 13 negros inscritos. O pré-vestibular era para negros (PVN), mas havia poucos com nível médio, porque a população preta costuma parar os estudos para trabalhar. Como atrair e buscar esses jovens? Com Frei David, decidimos abrir o pré-vestibular para negros e pessoas carentes, mudando a sigla para PVNC (pré-vestibular para negros e carentes), acolhendo, também, os brancos e pobres.”, conta Geraldo.

A partir desse início, ele se dedicou a ajudar a fundar outros 15 núcleos na Baixada, incluindo vários bairros de Nova Iguaçu, Belford Roxo e Mesquita, entre outros.

Com orgulho, ele conta que o núcleo de educação popular criado conseguiu aprovar alguns alunos para a universidade pública e, pouco depois, Frei David se articulou com seus contatos para a obtenção de bolsa de 100% na PUC-Rio para os alunos aprovados no vestibular. Em 1998, Geraldo foi convidado a fundar e coordenar um curso pré-vestibular na Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ). Os vários anos de muito trabalho e conquistas o levaram a organizar e fundar o Projeto de Educação Popular Quilombo Kilombá, no terreiro Ilê Asé Ogun Alakoro, em Magé (RJ).

Com Síndrome de Burnout, em 2002, Geraldo teve que pedir licença do trabalho, porque passava por momentos de violência psicológica e assédio moral vindos do grupo político que havia vencido as eleições no Sindicato dos Trabalhadores da UERJ. Afastado para cuidar da sua saúde mental, Geraldo foi acolhido pela família e pela psicóloga Conceição Pereira das Chagas, Dra. da Universidade Federal do Rio de Janeiro, e pela Dra. Isabela Vieira, psiquiatra da UFRJ. Seis anos depois, quando teve alta do tratamento, usou sua experiência para elaborar uma pesquisa, resultando na produção da primeira Cartilha sobre assédio moral no Rio de Janeiro. Em pesquisas, descobriu que muitos trabalhadores dos sindicatos também sofriam assédio moral.

“Acredito que saí muito fortalecido porque, apesar de ter ficado em tratamento por seis anos, isso me deu uma base e uma estrutura de identidade e de força porque nunca mais passei por isso. É muito difícil algo hoje me derrubar porque eu me fortaleci muito.”

Em 2008, Geraldo atuou como Chefe de Gabinete do Secretário da Ciência e Tecnologia de Belford Roxo e, em seguida, na Subsecretaria de Educação do governo do prefeito Lindbergh Farias (PT), em Nova Iguaçu, e na Assistência Social da mesma cidade.

Geraldo conta que passou três vezes no vestibular da UERJ, mas nunca encontrava tempo para seguir adiante, porque estava sempre trabalhando muito. Em 2010, no entanto, ele decidiu focar em fazer faculdade para dar início a uma trajetória acadêmica. E como queria liderar pessoas e equipes, optou por cursar a Universidade Iguaçu (UNIG) para Recursos Humanos, passando, desde o início, a se envolver com pesquisas.

Encorajado pelo amigo Celso Sanches, professor da UNIRIO, em 2017, Geraldo decidiu fazer mestrado no Programa de Psicossociologia da Faculdade de Psicologia da UFRJ, o que se estendeu de 2018 a 2020. Ele diz que não acreditava ser capaz de entrar no mestrado de uma universidade pública, mas que Celso discordava dele e se colocou à disposição para estudar com ele. Mais uma vez, Geraldo sentiu a força e a importância do cuidado na sua vida. Reforçando a crença do seu amigo, ele passou em primeiro lugar no concurso para o mestrado e, logo depois que concluiu, descobriu que estava aberto o concurso para doutorado. **“Daí, pensei: Aí, já é demais para um preto, periférico, nascido na Baixada, morador de favela. Mas, estimulado pela Claudia Miranda, que era da Unirio e “colocou fogo”, resolvi fazer e passei em primeiro de novo.”**, conta emocionado.

No Laboratório de Memórias, Territórios e Ocupações, Rastros Sensíveis (LABMENS), Geraldo pesquisou sobre resistências e violências, rezadeiras e benzedoras e tantas outras temáticas ligadas à realidade da Baixada Fluminense. Sua pesquisa do mestrado, aliás, foi sobre as rezadeiras e benzedoras com o tema “Mulheres que rezam e curam: narrativas e resistências em Nova Iguaçu, Baixada Fluminense (RJ)”. No doutorado, desenvolveu a tese sobre o processo de resistência na Baixada Fluminense a partir da conjuntura de violência formada pelo Estado, a milícia e os “traficantes de Jesus” nos terreiros e assentamentos rurais.

Geraldo demonstra com sua pesquisa sobre as rezadeiras e benzedoras que elas sempre cuidaram de forma holística das pessoas nas suas comunidades. Ele conta que, infelizmente, estamos assistindo à redução do número de rezadeiras e benzedoras em decorrência dos ataques violentos de praticantes extremistas de outras religiões, o que está fazendo elas pararem por medo das agressões físicas e psicológicas que muitas sofrem.

Geraldo tem identificado, na prática, que os processos de cura e reza que ocorrem no seio das comunidades têm muita predominância de mulheres rezadeiras. Em sua tese, ele explica que “é uma intervenção social de grande importância na medida em que há uma grande carência de acesso aos serviços de saúde para a população, sobretudo da população que mora na periferia da cidade, composta majoritaria-

mente pela raça negra em uma região de fortes disputas política e religiosa, onde acontecem o maior número de ataques aos terreiros de matriz africana.” Em sua pesquisa, Geraldo buscou compreender de que forma o racismo e a intolerância religiosa se articulam no atual cenário de violência em Nova Iguaçu e como isso afeta as mulheres que rezam e curam.

Sobre o papel da violência na Baixada, ele entende que “a violência é um sintoma muito presente no cotidiano da região da Baixada Fluminense, atingindo, de maneira contundente, um número grande de mulheres, seja de forma direta por meio do feminicídio, seja de forma indireta, como no caso das rezadeiras, por meio do preconceito e da discriminação, que têm no racismo religioso seu principal suporte.”

A partir desse entendimento, Geraldo conclui:

“Essa é a minha trajetória, de um homem preto, da periferia, que perdeu um irmão assassinado, que perdeu 15 amigos assassinados pelos grupos de extermínio, pela polícia, sendo 13 negros. E a gente vai trazendo essas marcas. Elas nos marcaram, mas elas também nos potencializaram para entender o processo político e o quanto que o desenvolvimento do capitalismo na nossa sociedade provoca a ruptura da vida, né?”

Em sua análise, Geraldo mostrou que o sincretismo e o racismo religioso atravessam as atividades das mulheres que rezam e curam na cidade de Nova Iguaçu. O racismo impacta diretamente as práticas de cuidado tanto gerando o aumento da necessidade de cuidado, seja do físico ou do espírito, quanto diminuindo o número de pessoas que cuidam por conta do medo de sofrerem perseguição, violência, extermínio. A partir desse entendimento, Geraldo conclui: De forma natural, ele conecta sua trajetória com sua percepção sobre o cuidado: **“Por isso, para mim, o cuidado é essa reconexão com a vida. O cuidado é um respeito à própria vida e à vida do outro. O cuidado é uma maneira de amor que a gente tem, e de respeito ao universo que nos possibilitou existir. E a gente cuidar do outro é como se a gente continuasse essa magia. Então, cada vez que a gente cuida do outro a gente está continuando essa magia da criação.”**

Ao falar de vida, Geraldo refere-se a todas as formas de vida: “E aí eu falo da vida como um todo, não só a vida do ser humano ou a vida ancestral, mas a vida dos animais, a vida das águas, dos rios, dos mares, a vida do ar.

Sua prática como erveiro, portanto, vem da sua ancestralidade, da força do matriarcado que regeu sua vida. E ele dá continuidade a esse legado de sabedoria, ele faz a roda girar e compartilha seu cuidado com a natureza e com as pessoas da mesma forma que elas o ensinaram. Geraldo conta que foi um encontro na Itália que o despertou para seu destino de erveiro.

“Eu tive contato com as ervas a partir do encontro com uma rezadeira na Itália. E essa coisa nunca mais me largou. Todo dia a gente faz chá, todo dia a gente vai atrás de uma planta, eu e minha mãe. A gente não sabe viver sem estar cuidando. Já fui lá, já fiz massagem nela, já passei remédio nela, porque ela está cheia de dor. Ela já me trouxe chá. Na medida em que as pessoas precisam, eu cuido das pessoas. Como o vizinho aqui, ele ia perder o dedo que estava cheio de bicho, cuidei dele e fomos para o hospital.”

Seu trabalho de cuidado com as ervas funciona de maneira orgânica. Sempre que batem em sua porta, sempre que percebe que pode intervir em algum caso, Geraldo inicia um processo de cuidado utilizando as ervas e a sabedoria que herdou. Ressalta que não é um trabalho de curar, porque são vários fatores que fazem com que uma doença seja curada. Mas é um cuidado fundamental para restabelecer o elo cognitivo da pessoa, a espiritualidade.

Aos 60 anos, com três filhos e três netos, Geraldo se diz um senhor que teve um processo de amadurecimento e que ainda vai ter outros, pois espera viver no mínimo mais 40 anos. Em relação às suas pesquisas, explica que está trabalhando muito a questão da subjetividade, porque tem interesse em entender de que forma a violência afeta a subjetividade das pessoas e quais mecanismos podemos criar a partir desse encontro da violência com a resistência. “Como é que a gente cria mecanismo de superação desse processo? Por que aqui existe um número de pessoas muito grande que usam drogas, que são alcoólatras, pessoas que falam sozinhas no meio da rua? Quero entender se essas coisas têm a ver com essa violência que vivemos. Para isso, uso os ensinamentos de Frantz Fanon, em Peles Negras, Máscara Branca. Para Fanon, a violência colonial é o que provoca esse número de pessoas na psiquiatria. A loucura é fruto da violência colonial. Acho que essa tese ainda serve para os dias de hoje, que isso não mudou muito.”

Geraldo reverencia Antônio Bispo dos Santos no livro “A terra dá, a terra quer”, e sua tese sobre confluência e transfluência em colonização e quilombos. Ele fala sobre a importância de cruzar pensamentos, de perspectivas de vidas diferentes, de ir ao encontro de outras possibilidades que não sejam só as suas. Conta que teve o prazer de participar de uma palestra na UFRJ com Nego Bispo e, novamente, cita sua trajetória como exemplo para explicar o conceito de confluência de Bispo.

“*A vida de um ser humano é importante, mas eu não sei se é mais importante que a de um cachorro, de um gato, de uma árvore, de um leito de um rio, de uma onda de uma praia. Todas as formas de vida, se elas foram criadas pelo universo, elas precisam existir. Isso é o cuidado para mim e é nisso que vou me envolvendo, até por conta da tradição familiar. Eu sou bisneto de rezadeira, eu sou neto de rezadeira e minha mãe é uma erveira.*”

“Quando você me pergunta como os brancos podem colaborar, eu acho que é preciso confluir. Eu sou um homem negro que teve uma relação com os brancos de forma muito profunda, como o padre Matteo, o padre João e a irmã Maria. Eu fui criado por um homem branco, porque minha mãe se separou muito nova do meu pai e quem me criou foi um homem branco, o Bastos, que, inclusive, me deu seu nome. Eu acho que a gente precisa estar disponível para a luta do outro, a partir do outro, a gente não deve fazer pelo outro, mas fazer a nossa parte, a partir de um processo em que a gente tenha solidariedade, sempre a partir do outro. Eu tenho um filho com deficiência. Então, eu fico tentando entender de que forma que ele, com a potencialidade que tem, pode me mostrar e apontar caminhos para que eu seja solidário na luta dele como pessoa com deficiência. Quando escrevi minha dissertação sobre mulheres rezadeiras, fiz a partir da perspectiva delas, tanto que não mexi no depoimento delas. Eu coloquei na íntegra, pois quando uma mulher fala, um homem não pode mexer no texto dela, ele não pode ficar interpretando o que ela está dizendo.

É isso que quem é branco e a favor do negro na luta antirracismo precisa fazer. É estar junto em uma perspectiva a partir do outro, não a partir dele, porque a formação do branco passa por uma perspectiva de que são superiores. Então, é preciso sair desse lugar de raça superior e se colocar como uma raça apenas.

Na tese de doutorado, eu trago um pouco dessa discussão na antropologia. Então, quando pego a antropologia a partir de Luzia, me dá uma revolta no meio da tese, porque quando fiz uns estudos a respeito dela, descobri que ela esteve aqui há 13 mil anos atrás, aqui na região Sudeste, em MG. Ela é uma mulher ancestral e a gente vai perceber que o que diferencia você, Raquel, e eu é só a maneira como a gente se adaptou ao clima de cada região, mas não tem mais nada que nos diferencie biologicamente falando. Muitos testes de DNA feitos hoje em dia mostram que muitos negros têm DNA de europeu e muitos brancos têm DNA de africanos. Então, não existe essa diferença que criaram na Biologia, a partir de Lineu, em 1738, quando ele fez a classificação dos seres vivos. Não tem comprovação científica, mas foi o que perdurou até agora. A gente foi diferente por muito tempo, mas agora a gente precisa ser igual em perspectivas, em fraquezas e em força. **Ninguém é melhor do que o outro, inclusive em âmbito de gênero. E isso serve para branco e negro, e para homem e mulher também.**”

Para Geraldo, a fronteira é um lugar de encontro, não um lugar de limite. Ele conta que atualmente está gerenciando um projeto de cultura em três municípios diferentes. É o projeto Cultura na Faixa que ocorre dentro de comunidades conflagradas pela violência do tráfico e da milícia. Conta, também, que vai publicar seu primeiro livro com sua dissertação de mestrado, e está começando a escrever outro livro sobre sua tese do doutorado, com foco na violência contra os terreiros e assentamentos rurais.

Na realização de suas pesquisas, Geraldo conta que encontra muitos cuidadores, o que o deixa muito feliz. Por meio de seus estudos e da divulgação da riqueza da sabedoria ancestral afro-brasileira, Geraldo é um cuidador da espiritualidade, do imaterial e dos encantados. Luta contra o racismo e as desigualdades em todas as suas facetas.

“*Tem muita gente fazendo esse trabalho de cuidado que pode salvar tantas pessoas. E é esse cuidado, esse amor que a gente tem pelo outro que não nos deixa sucumbir. Eu vou copiar vocês. Quero fazer um mapa afetivo das comunidades e vou replicar nossa pesquisa sobre a cultura do cuidado no seu município e arredores. Sabe que tem muitos cuidadores construindo rede de proteção e cura para a população marginalizada e invisibilizada? Oxalá possamos achá-los, honrá-los e aprender com eles.*”
afirma animado com essa nova possibilidade de escuta.

“Cuidar é diálogo, participar do mundo, é estar no mundo, é perceber que tudo que está ao nosso redor está vivo.”

Guto Gutierrez
Biólogo de gente e Jardineiro
de organizações

Gilza Rosa



Gilza Rosa Moraes dos Santos nasceu e cresceu em Japeri, cidade da Baixada Fluminense de características rurais onde seus avós, tios e pais, vindos de São Fidélis, no Norte Fluminense, estabeleceram-se há cerca de 60 anos em busca de uma vida melhor. Ali, todos plantaram e cuidaram de animais.

Com uma infância típica da periferia rural, hoje, aos 54 anos, Gilza relembra que, durante grande parte de sua vida adulta, trabalhou como empregada doméstica, além de ter realizado atividades com vendas e trabalhado em um home studio no centro do Rio de Janeiro. Por muitos anos, ela enfrentou a longa e desgastante jornada de viagem entre Japeri e a Zona Sul do Rio de Janeiro, o que a privou de aproveitar plenamente a infância e a adolescência de seus filhos. Para ter mais qualidade de vida, começou a buscar oportunidades de trabalho mais próximas de sua casa.

“*Eu conhecia bem pouco meu município, mas, quando passei a trabalhar menos na Zona Sul, passei a ter mais tempo para conhecê-lo. Porque quando a gente trabalha de segunda a sexta na Zona Sul, no fim de semana, só queremos descansar. Não sobra tempo para passear, e isso aconteceu comigo durante muitos anos.*”

Há cerca de 10 anos, levada por uma amiga, Gilza conheceu o Fórum de Economia Solidária, despertando-a para um novo interesse e uma visão diferentes sobre seu município.

Inicialmente, não compreendia completamente o conceito de economia solidária, mas, ao participar das reuniões e estudar sobre o tema, começou a perceber as inúmeras possibilidades que essa iniciativa poderia trazer para sua vida e para a comunidade local. Aos poucos, envolveu-se mais profundamente, fazendo cursos de Eco-design, bijuteria e outros

relacionados à economia solidária. “E lá eu fui na primeira reunião. Vi que os participantes eram artesãos, e eu não era artesã e não sabia nada de artesanato, mas gostei porque falavam um pouco de políticas públicas e várias outras coisas. Então, fui na primeira, na segunda, na terceira, passando a tomar gosto por aquele assunto, que, até então, eu não conhecia.”

Com o tempo, Gilza se tornou uma figura central no movimento, participando de diversos conselhos municipais, como os de Cultura, Meio Ambiente e Assistência Social. Em pouco tempo, assumiu um papel de liderança, sendo eleita presidente do Conselho de Economia Solidária. Orgulhosa, ele lembra que uma das maiores conquistas foi a aprovação do Fundo de Economia Solidária na Câmara Municipal, que garantiu recursos para a continuidade dos projetos, mesmo quando ela não estiver mais à frente do movimento.

Gilza vê seu trabalho como um ato de cuidar, não apenas das pessoas, mas também do seu município, de seu território. Com talento nato para se desenvolver e desenvolver o outro, ela se orgulha muito de ajudar as pessoas a descobrirem suas capacidades, superarem desafios e encontrarem novas formas de gerar renda e melhorar suas vidas. Para ela, cuidar significa se despir de preconceitos e olhar para o outro com empatia, oferecendo suporte e encorajamento. Destaca os momentos de vitória coletiva, como quando conseguem aprovar leis ou implementar melhorias

no município por meio de suas participações nos conselhos. Esses momentos a fortalecem e reafirmam sua convicção de que está no caminho certo. Acredita, assim, estar contribuindo para que as futuras gerações tenham uma vida mais digna, com melhores oportunidades, sem precisar enfrentar os mesmos sacrifícios que ela e muitos outros enfrentaram.

Reconhecendo que sozinha não é possível conseguir atender a todas as demandas que surgem em sua comunidade, Gilza entende suas ações de cuidado como um ato coletivo e, exatamente por isso, valoriza a importância de ter um grupo de pessoas que colabora e se articula na interlocução entre a comunidade e as autoridades. Enfatiza, também, que é fundamental contar com o apoio de outras organizações e grupos para conseguir resultados efetivos.

Para Gilza, cuidar significa identificar as necessidades de cada pessoa e atender a essas demandas da melhor forma possível. Ela acredita que o cuidado deve levar em consideração o que cada indivíduo realmente precisa, e não apenas o que parece ser necessário sob uma perspectiva externa.

Em sua atuação como cuidadora e articuladora, ela aprendeu a enfrentar desafios constantes. A dificuldade financeira é um dos principais obstáculos, assim como a falta de mobilidade no município, que, muitas vezes, impede a entrega rápida de cestas básicas ou de outros recursos. Além disso, Gilza observa que muitos gestores veem os articuladores comunitários como inimigos, quando, na verdade, eles são parceiros que querem o melhor para o município. A necessidade de equilibrar suas responsabilidades financeiras com suas atividades voluntárias nos conselhos também é um desafio diário.

Ela confessa que já pensou em desistir, especialmente nos momentos em que as adversidades parecem insuperáveis. No entanto, o que a impede de desistir é a percepção de que muitas pessoas contam com ela e com seu trabalho.

Entre os parceiros que Gilza menciona, estão o Fórum de Economia Solidária, a FAMEJA (um grupo de produtores rurais de Japeri), o MOBILIZA (focado em questões de mobilidade), associações de moradores e camponeses, e grupos religiosos como os Vicentinos e a Pastoral Afro. Esses parceiros trabalham juntos para fortalecer o município, abordando e lutando por diversos temas, desde a mobilidade até a cultura.

Gilza sabe que, se desistir, estará abandonando não apenas sua própria luta, mas também a luta de muitos outros que contam com sua liderança e seu cuidado.

Nesses momentos de cansaço e dúvidas, ela faz questão de olhar para o futuro com o objetivo de seguir em frente na sua luta de contribuir para melhorar ainda mais as políticas públicas em Japeri, especialmente por meio da criação e implementação de leis que garantam que as melhorias realmente cheguem à base, às pessoas mais necessitadas. Ela reconhece que as conferências de economia solidária e do Conselho da Cidade são passos importantes nesse caminho, e ressalta a importância de visibilizar Japeri positivamente: sua natureza, sua cultura, seu potencial de artesanato, contribuindo para as mulheres se sentirem mais empoderadas por meio de uma melhor qualidade de vida, do aprimoramento do seu ofício artesanal e de suas “rodas” de conversas e acolhimento.

Ao final de seu depoimento, Gilza nos deixa uma mensagem: ela acredita que, ao cuidar do outro, está cuidando de si mesma. E afirma convicta: **“Nunca desista de cuidar do outro, porque toda vez que você está cuidando do outro, você está cuidando de si mesmo.”**

Para Gilza, cuidar significa identificar as necessidades de cada pessoa e atender a essas demandas da melhor forma possível. Ela acredita que o cuidado deve levar em consideração o que cada indivíduo realmente precisa, e não apenas o que parece ser necessário sob uma perspectiva externa.

*“Cuidar é “enxergar” o outro, cuidar de si e do outro, ter “escuta”.
E a arte, o teatro pode ser um caminho de entendimentos, de despertar novos e outros olhares para o mundo. Todo mundo tem o direito de fluir e fazer arte.”*

Leandro Santanna
Ator, produtor cultural e gestor público



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Johari, Shirley E Davlyn



Uma trinca perfeita formada por Shirley, Johari e Davlyn dá sustentação à Casa Dulce Seixas, que é o primeiro espaço de acolhimento LGBTQIAPN+ na Baixada Fluminense, oferecendo um lar para pessoas em situação de rua, ou que estão vivendo em vulnerabilidade social e/ou em insegurança alimentar. O trio fundou a Casa Dulce e hoje estão à frente da política pública de acolhimento e cuidado LGBTQIAPN+ em Nova Iguaçu, município do estado do Rio de Janeiro, trabalhando pela garantia do direito à vida da população LGBTQIAPN+ e prestando um serviço altamente relevante para a comunidade.

Shirley Maria de Souza, também conhecida como Shirley Maria Padilha, tem 48 anos, nasceu em Acopiara, no Ceará. Aos 14, decidiu tentar melhores oportunidades de vida no Rio de Janeiro. O sonho logo se transformou em pesadelo e Shirley vivenciou a fome, o preconceito e a falta de moradia. Como teve que morar nas ruas por um tempo, precisou recorrer à prostituição até se estabelecer como Iyalorixá (Mãe de Santo) em Nova Iguaçu. Hoje, preside a Casa Dulce. É uma “traviarca”, como ela gosta de falar, uma matriarca travesti.

Shirley conhece bem as vulnerabilidades e injustiças sociais enfrentadas pelos acolhidos da Casa Dulce Seixas, porque já esteve nesse lugar de abandono. Como Iyalorixá do terreiro de candomblé Ilê Omim Dewa Asé Odé, Shirley já acolhia pessoas há mais de 14 anos. Uma de suas Filhas de Santo mais devotas chamada Dulce Seixas Cordeiro não só a incentivou a abrir uma casa de acolhimento e a dar continuidade ao trabalho que já fazia, como ainda doou o terreno e a casa para Shirley acolher com qualidade pessoas LGBTQIAPN+. Pela sua compaixão e carinho com a causa, ela foi homenageada e o espaço tem o nome dela.

Johari Silva, que é vice-presidente da Casa Dulce Seixas e se identifica como trans não binário, é cria de Nova Iguaçu. Com formação em Políticas Públicas pela Casa Fluminense, é uma importante liderança da sociedade civil na região da Baixada Fluminense, ampliando a voz e a causa da Casa Dulce Seixas. Também é produtor artístico da Parada do Orgulho LGBT+ de Nova Iguaçu e exerce o papel de assistente de redes e campanhas na ONG Ação da Cidadania.

Davlyn Lótus é mulher trans, psicóloga formada pela Uniabeu de Belford Roxo. Poetisa e produtora cultural, faz a gestão financeira e dos projetos da Casa. Chegou em 2021, utilizando sua experiência como produtora no Centro Cultural Dona para ampliar os horizontes da Casa Dulce e dialogando com outras organizações de cultura e com a academia.

A Casa Dulce Seixas é um espaço de acolhimento, por tempo indeterminado, de pessoas LGBTQIAPN+ em situação de rua, vulnerabilidade socioeconômica ou violência doméstica, que recebe, também, mulheres heterocisnormativas vítimas de

violência de gênero ou em situação de vulnerabilidade. É a primeira e única casa de acolhimento na Baixada Fluminense, território onde as cuidadoras vêm atuando nos últimos quatro anos, mas o trabalho é realizado como se tivesse muito mais anos em operação, dada à capacidade de articulação e incidência das três cuidadoras.

A missão da Casa é salvar vidas, assegurando que pessoas LGBTQIAPN+ e os demais grupos minorizados vivam bem, com dignidade e acesso à alimentação, à saúde, à educação e à cultura. A missão também inclui construir políticas e ações públicas que reduzam as desigualdades sociais, garantindo os Direitos Humanos e a cidadania plena a todes.

Desde que abriu as portas, a Casa Dulce Seixas já acolheu mais de 200 pessoas de todo o país, não apenas da Baixada Fluminense. Johari conta que há pessoas que vêm de longe, porque já sabem que ali serão acolhidas com carinho, e sem julgamento. Cerca de 20 pessoas moram na casa, onde ficarão pelo período que precisarem, e outras vêm e vão para usufruírem da alimentação ofertada, tomar banho, participar das oficinas formativas e rodas de conversa, ou seja, para serem cuidadas pela Casa Dulce.

Ao reforçar o fato de que não há limite de tempo para as pessoas ficarem na Casa, Johari acrescenta que, obviamente, a Casa tem regras de convivência que objetivam prover um espaço de liberdade e autonomia. Vale ressaltar que a instituição fica dentro de uma Casa de Santo, um Ilê Axé, que é um barracão de candomblé, mas sem vínculo ou viés religioso. A prática da religião não envolve os acolhidos, mas quando algum dos acolhidos é da religião, isso se torna opcional.

“Cuidamos de pessoas LGBTQIAPN+ em situação de rua, vulnerabilidade socioeconômica e/ou vítimas de violência doméstica. Também cuidamos das pessoas que moram no entorno da Casa, que, na maioria dos casos, são mulheres responsáveis pelas suas famílias.”

A negligência do poder público - que não promove políticas públicas de apoio às pessoas LGBTQIAPN+ vítimas de violência doméstica; em vulnerabilidade socioeconômica ou situação de rua; que sofrem ou sofreram com a violência de famílias que não as aceitam como são, e tudo isso combinado com as atitudes de preconceito, transfobia e racismo da sociedade - resulta em vidas extremamente atravessadas pela pobreza, desigualdade e por injustiças sociais.

“O projeto da Casa Dulce vinha sendo desenhado há alguns anos, mas foi durante a pandemia, ao observar o aumento de pessoas LGBT+ que estavam perdendo suas casas, por não terem como se manter, que nós decidimos que era preciso ajudar aqueles que nada tinham.”

Soma-se a esse fato relatado por Shirley a promessa que ela fez, em 2021, quando contraiu COVID-19 e ficou em estado muito grave. “Como meu processo de recuperação foi muito difícil, fiz um trato com o Orixá Omolú de que, se sobrevivesse à doença, dedicaria meu tempo e minhas forças para cuidar de pessoas da comunidade de que faço parte: LGBTQIAPN+.”

Shirley conta que sua história pessoal, marcada pelo preconceito e pela brutalidade do pai, impacta diretamente nas atividades da Casa: “Meu pai foi horrível comigo,

sempre me ameaçando com um facão e dizendo que, se um dia descobrisse que tinha um filho “baitola” - como são chamados os gays na minha terra - ele cortaria igual cortava o fumo de rolo que vendia nas ruas, o que me traumatizou bastante. Saí de casa com 13 anos e fui trabalhar como doméstica. Com 14, vim para o Rio de Janeiro de carona em uma viagem que durou nove dias. Convivi com pessoas em situação de rua, pessoas que estavam no vício das drogas justamente pelo desprezo e abandono por parte das famílias. Juntando um pouco de cada coisa, foi o que me fez iniciar esse trabalho. Coloquei na minha cabeça que, quando tivesse condições, ajudaria outras pessoas na mesma situação. Não desejo o que eu passei pra ninguém. E o que tiver ao meu alcance, eu farei.”, conta ela, determinada.

As três cuidadoras afirmam que desejam consolidar a Casa Dulce Seixas como uma entidade de transformação social, sendo referência nacional e internacional de

acolhimento, capacitação e reabilitação de pessoas LGBTQIAPN+. A luta diária delas é prover oportunidades para que as pessoas tenham suas necessidades básicas preenchidas em um espaço para chamar de casa, com acesso à comida e num local limpo, cheio de amor e escuta. E querem ir além, trabalhando a cultura com eixo transformador, porque muitos são os desafios, mas também muitos são os sonhos.

Davlyn fala com tristeza do grande número de casos de pessoas trans e travestis que permanecem sendo mortas brutalmente não só na região onde atuam, mas em todo o país. É uma luta existir e sobreviver. De acordo com dados do Dossiê de LGBTIfobia Letal, durante o ano de 2023 ocorreram 230 mortes violentas de pessoas LGBT no país.

O trabalho da Casa Dulce Seixas se divide em 4 eixos: Acolhida, Assistência Social, Capacitação e Cultura. Além disso, por meio da incidência política no território, a organização realiza, também, ações socioassistenciais com a Secretaria Municipal de Assistência Social, promovendo o acesso dos grupos minorizados às políticas públicas. É por meio do principal programa, o Dulce’mente Acolhedora, que os residentes e usuários da casa - jovens, adultos e idosos - recebem um lar, uma família, comida, suporte emocional e psicológico, além de perspectivas de futuro.

Por meio do programa Dulce’mente Capacitadora, a Casa Dulce Seixas oferece oficinas e capacitações voltadas para o acesso ao mercado de trabalho formal ou para o fortalecimento de empreendimentos dos assistidos. Uma forma prática de promover a autonomia financeira dos envolvidos.

Outra frente de atuação é a articulação de parcerias com redes de saúde - como Centros de Atenção Psicossocial/CAPS, UPA psiquiátrica e FIOCRUZ -, para garantir o acompanhamento e o controle de ISTs, que incluem HIV/Aids, hepatite e sífilis, entre outras doenças. Todas as ações objetivam proteger a população LGBTQIAPN+ e garantir seus direitos à saúde e à informação.

“Queremos ser um espaço para democratização do acesso ao livro e à leitura, valorizando as diversas formas de expressão cultural e as múltiplas expressões de arte.”

Davlyn explica que, muitas vezes, é a própria Shirley quem leva todos os que precisam ao Caps e aos atendimentos médicos, acompanhando cuidadosamente e incentivando para que sigam todo o tratamento. Os acolhidos também são encaminhados para que tirem seus documentos, pois muitos deles estão sem documentação, já que alguns nunca tiveram, perderam ou estão com os documentos desatualizados. Shirley costuma dizer que se coloca à disposição para escutar ativamente e dar o suporte necessário. O trio busca compreender o processo de vida de cada residente da casa para analisar se há algo que possam fazer para direcionar a ajuda de que precisam. A Casa Dulce oferece apoio psicológico, uma vez que a maioria chega com traumas das violências físicas ou psicológicas que já sofreram ao longo de suas trajetórias.

A segurança alimentar é outra ponta do cuidado. Toda a alimentação é cuidadosamente pensada para que todes tenham o alimento em quantidade e qualidade adequadas para regenerar sua saúde física e mental. A organização realiza semanalmente o Almoço Solidário, em que fornece 100 refeições para famílias em insegurança alimentar no entorno da Casa. Além disso, por meio do programa Dulce'mente Solidária, a equipe da Casa já distribuiu mais de 800 cestas básicas.

Um dos maiores desafios da organização, hoje, é a captação de recursos para a expansão do acolhimento, a manutenção de atividades e programas já existentes e os pagamentos das despesas mensais. Ao longo de sua atuação, a Casa Dulce já conseguiu parcerias com o: International Trans Fund, o Fondo de Acción Urgente de América Latina y el Caribe, o Consulado Alemão e, recentemente, o Ministério de Direitos Humanos e Cidadania.

Sobre a colheita de resultados ao longo dessa caminhada, Johari afirma:

“A Casa Dulce Seixas mudou a vida de todos nós que estamos na linha de frente atuando na coordenação desse importante projeto. Poder proporcionar o acolhimento para pessoas que estão passando por algo que nós já vivenciamos é algo que muda a gente de múltiplas maneiras e isso é bom demais.”

Johari também conta que a Casa Dulce Seixas faz parte da Rede Brasileira de Casas de Acolhimento LGBTI+ (REBRACA), o que permite a oportunidade de troca de afeto, desabafo e divisão de experiências. *“Apesar de cada um estar em um estado diferente, as vivências em coordenar uma casa de acolhimento para pessoas LGBTQIA+ são muito parecidas e o nosso perfil é, de fato, muito parecido.”*, relata Johari.

A organização também faz parte do Conselho Estadual de Políticas LGBTQIAPN+ do Rio de Janeiro, o que é considerado pelo trio de cuidadoras uma atividade fundamental para a necessária luta por políticas públicas para sua comunidade. No futuro, a Casa quer se tornar um ponto de encontro e troca, onde as pessoas do território possam frequentar, aprimorar-se com as oficinas e desconstruir preconceitos.

“Cuidar de pessoas feridas, com traumas causados pela violência física e psicológica, é algo muito complexo e exige muito do nosso psicológico. Ao mesmo tempo que nos sentimos muito realizados pelo trabalho que fazemos, também ficamos atordoados quando ouvimos múltiplos relatos que nos fazem refletir sobre como a nossa luta ainda é grande. Contudo, nós não vamos desistir, ós não vamos deitar!”

Utilizando a cultura como mediadora. Shirley, Johari e Davlyn acreditam que a melhor forma de integrar a população LGBTQIAPN+ com o território é estimulando a troca de saberes e ampliando o debate sobre liberdade de gênero e de orientação sexual.

Na Casa Dulce Seixas, são muitas as histórias que estão sendo transformadas e compartilhadas. Mais que uma casa, é um lar que possibilita às pessoas terem tempo para se recuperar, descobrir-se, compreender sua sexualidade e seu lugar no mundo. Um tempo necessário para que possam aprender onde acessar equipamentos públicos que lhe deem suporte e buscar empregos estáveis, já que podem dar um endereço de referência e receber orientações para o trabalho. Um tempo para se concentrar, um tempo para estudar.

“Tempo para trocas e para silêncios, longe das ruas e da violência, em que cada um pode ficar mais conectado a uma “família” que favorece o tempo da conexão, cria rotinas e laços que constroem um ambiente mais favorável à diversidade, à inclusão e ao respeito mútuo. Porque o tempo do cuidado é transformador.”

“O cuidado é um exercício de gratidão por você estar neste lugar, por você pertencer. Exercitar o cuidado é exercitar a humanidade.”

Denise Silva
Pantaneira, empreendedora social e entusiasta de futuros possíveis

Joyce Santos



Joyce, que é natural de Campinas - São Paulo, mudou-se para o Rio de Janeiro em 2004, em busca do sonho de fazer uma faculdade, sendo a primeira pessoa da sua família a cursar ensino superior. Empregadas domésticas, sua mãe, avó e tias tiveram seus direitos à educação negados e, portanto, a oportunidade de escolher suas profissões. Hoje, Joyce é gestora de projetos no Olabi/PretaLab e cuida para que mulheres negras e indígenas possam ter igualdade de oportunidades, autonomia e poder de escolha: de ser e estar em qualquer lugar.

Joyce faz questão de contar que vem de uma família muito unida e amorosa, e que foi difícil deixar o aconchego de casa para se lançar no Rio de Janeiro. Com muita coragem e com o sonho de entrar num curso superior na mala, ela chegou às terras cariocas para estudar Letras na Universidade Federal do Rio de Janeiro. Ela conta que essa decisão foi tomada porque, em Campinas, a concorrência para entrar na faculdade era muito alta, tornando difícil para uma aluna de escola pública conseguir uma vaga.

Incentivada pelos pais a correr atrás da tão sonhada faculdade, Joyce diz que teve todo o suporte para construir seu próprio caminho.

“Minha mãe queria muito que mudássemos nosso destino. E o cuidado nessas horas é fundamental para pavimentar o próximo passo.”

Depois de passar para o curso de Letras, acabou mudando para Biblioteconomia. Ela diz que logo Joyce percebeu que o desafio maior não era entrar na faculdade, mas se manter estudando, o que conseguiu com a venda da sua arte em crochê nas feiras e praias do Rio e, mais adiante, quando começou a trabalhar em áreas administrativas de empresas e, depois, como bibliotecária para o SESI e SENAI.

Durante a Pandemia de COVID -19, Joyce vivenciou o que chamou de uma grande revolução na sua vida. Por intermédio de uma amiga, conheceu Sil Bahia, jornalista, diretora-executiva da OLABI, organização social focada em tecnologia, inovação e diversidade. Na OLABI, Sil criou em 2017, a Pretalab, uma plataforma que conecta mulheres negras e indígenas que são ou gostariam de ser da área da tecnologia. A Pretalab foi criada com dois objetivos iniciais: o primeiro, pesquisar sobre quem são os detentores de tecnologia no Brasil e quem são as mulheres negras que estão produzindo e pensando tecnologia; e o segundo objetivo era produzir ações que aproximassem essas mulheres por meio de uma rede de fortalecimento que desse visibilidade para as profissionais tecnologistas e para as interessadas em fazer a transição de carreira.

Super interessada, Joyce perguntou a Sil se haveria algum trabalho no qual pudesse se envolver naquele universo que, apesar de desconhecido para ela, parecia inovador e encantador. Imaginem a potência de trabalhar com mulheres negras e indígenas? Joyce começou fazendo freela e, em 2022, passou a integrar a equipe, tornando-se gestora na Pretalab. **“Quando percebi, já tinha tomado para mim a luta para democratizar o acesso à tecnologia para mulheres negras e indígenas e combater as desigualdades de oportunidade de gênero. Mergulhei, então, cada vez mais, em estudos sobre tecnologia, sobre desigualdades de raça e gênero para fortalecer essa militância”**, conta Joyce.

Com os estudos realizados pelo Olabi/Pretalab e com os primeiros ciclos formativos em andamento, ela percebeu que esse não era apenas um projeto, mas um projeto-causa, dada a emergência e a urgência da inclusão de mulheres negras no debate e na produção da tecnologia. Ficou evidente a necessidade de discutir a ausência das mulheres negras e indígenas na área, as barreiras criadas para que elas tenham acesso a oportunidades de estudar nessa área, os silenciamentos, e o que era preciso fazer para estimular e manter mulheres na tecnologia. E, claro, celebrar quem já está inserida!

A Pretalab faz pesquisas, mentorias, formações, curadoria de eventos e, quanto mais seus membros caminham por esse campo fértil, mais aprendem sobre a importância da causa para o fortalecimento da democracia e da equidade. Assim, a Pretalab tornou-se um link eficaz entre mulheres negras e indígenas para a tecnologia e o mercado de trabalho, dialogando para quebrar práticas que promovem desigualdade, como diferença salarial, falta de representatividade e voz. Por meio da plataforma, é possível ter acesso ao perfil das profissionais em tecnologia: Você precisa de uma programadora de games? De uma engenheira de TI? Corre lá no site da Pretalab e busque a fornecedora de que você precisa.

Joyce, como gestora de projetos, oferece ciclos formativos e workshops para formar tecnologistas num espaço seguro para o desenvolvimento delas. A partir de sua vivência prática, ressalta a importância de oferecer, ao longo dos ciclos formativos, um espaço seguro e acolhedor para as participantes, em contraste com o que o mercado de tecnologia normalmente oferece para as mulheres, sendo, por vezes, hostil, desigual e marcado por muitas formas de assédio.

Por meio dos encontros com as mulheres, com muita escuta ativa e muito acolhimento, Joyce e sua equipe perceberam que, para além das formações técnicas, era fundamental criar espaços de autoconhecimento para que as mulheres se desenvolvessem emocionalmente; pudessem falar abertamente sobre seus medos, traumas; e fortalecessem sua voz em um mercado em expansão, mas ainda muito branco e masculino. O autoconhecimento é, assim, um dos pilares fundamentais dos ciclos formativos.

Para isso, foram criados encontros mediados por uma psicóloga com o objetivo de apoiar a jornada de autoconhecimento e a formação de novas habilidades. Foram muitos os depoimentos de mulheres machucadas e traumatizadas pelo racismo e por misoginia, atitudes que se traduzem no dia a dia como assédio. Emocionada, Joyce conta inúmeras histórias de superação de mulheres que chegaram deprimidas, muitas vezes, caladinhas e sem autoconfiança, mas que, uma vez que compartilhavam suas histórias, passando a ouvir umas às outras, a roda girava e gerava-se pertencimento. **As vozes se identificam, compreendem que não estão sós, que não é apenas um problema particular, mas de uma sociedade adoecida, com muitas falhas de desenvolvimento.**

Mais de 800 mulheres negras e indígenas de todo o Brasil já passaram pelas formações. Será que teriam o mesmo resultado se as mulheres atendidas não tivessem o cuidado de abrir espaço para escuta ao longo do período de formação profissional? - pergunta-se Joyce para, em seguida, dizer:

“Vejo sempre nos grupos o poder transformador da autonomia de uma mulher negra, que sempre transborda para o coletivo. Porque quando uma mulher negra consegue ascender, ela leva com ela muitas outras pessoas.”

Para Joyce, a tecnologia é também um lugar político e, sendo assim, esta precisa ter a cara das mulheres pretas, que são a maioria da população brasileira. Assim, é exatamente por isso, que se pode afirmar que a produção de tecnologia e de conteúdo são estratégias de combate às desigualdades. Essa constatação levou a Pretalab a desenvolver, em conjunto com o Movimento Mulheres Negras Decidem (MND), um Guia de Cuidados Digitais - aprendizados da formação de Ciberativismos e Cuidados Digitais. Um material de excelente qualidade, cuja leitura é recomendada por ela.

A meta atual da Pretalab é abrir mais turmas on-line para mulheres negras e indígenas de todo Brasil; fazer mais cursos e eventos presenciais e locais, utilizando uma rede de parceiros; além de formações e eventos em tecnologia específicos para incluir as mulheres mães.

Joyce destacou que se sente cuidadora de sua família, em especial, de seus sobrinhos e afilhados. Com muito carinho e respeito, fala de sua religião: a Barquinha, doutrina fundada por Frei Daniel, um homem que nasceu no estado do Maranhão e que se mudou para Rio Branco, capital do Acre, onde fundou a primeira casa da Barquinha. É um sistema religioso sincrético que incorpora elementos de um cristianismo bastante devocional com outros oriundos das crenças afro-brasileiras e ameríndias. A Barquinha tem o cuidado como forma de estar no mundo, onde, segundo Joyce, o cuidado com o outro e com a comunidade é a essência. Diz que também é preciso proteger os saberes e as práticas de sua religião contra a intolerância religiosa.

“Cuidado é olhar para mulheres negras e encorajá-las a ocupar qualquer espaço que queiram. E dar um espaço seguro para que possam exercer seu potencial ou descobrir novas possibilidades. Trabalho todos os dias para colocar mulheres negras no mercado de trabalho formal de tecnologia.”

Jurema



ficialmente, ela se chama Adelina da Silva D'oria, mas diz que só se reconhece como Jurema, apelido recebido ainda criança quando seus amiguinhos a chamavam de Cabocla Jurema. Desde os seis anos, ela planta e colhe aipim e, hoje aos 70, ela é uma referência na cidade de Japeri como expert na cultura culinária desse tubérculo típico do Brasil. Muitas receitas foram desenvolvidas por sua mãe; outras, ela inventou; e tantas outras vêm sendo testadas por Jurema de forma a valorizar o principal produto agrícola da cidade. Com muito orgulho e dignidade, ela conta sua história de vida, valorizando o cuidado para que a cultura do cultivo e a cultura alimentar do aipim seja preservada e passada de geração em geração.

Filha de pais indígenas, Jurema diz que nasceu e cresceu no mato. **“Fui criada na vida de roça, dentro da mata, comendo banana verde, batata cozida, inhame, beiju de tapioca.”**, conta.

Seus pais tiveram 11 filhos, e todos receberam nome com a inicial A. Jurema não sabe dizer a etnia indígena dos seus pais, mas sabe contar sobre a sabedoria ancestral de sua mãe e de sua avó. Diz que sabiam fazer remédios de todas as ervas, tinham sempre uma solução para as doenças que acometiam a família e a vizinhança, usavam apenas o que a natureza provia.

Quando tinha alguém com perna quebrada, a mãe ralava o aipim na hora para ficar fresquinho e não dar febre, misturava com tabatinga e fazia uma espécie de “barro”. Em seguida, adicionava uma folha novinha que nasce no pé dos coqueiros e forrava com o “barro” dentro. Depois, era só amarrar com o cipó e, pronto, ali estava um gesso natural, durinho igual ao que é feito em hospital. Após uma semana com o gesso natural, a perna já sarava. Já o antibiótico, a mãe extraía das ervas e fazia garrafada.

O pai criou seus 11 filhos, plantando, fazendo farinha, vendendo nas cidades vizinhas ou trocando por outros produtos. A alimentação da família era à base de aipim, batatas, arroz que plantavam e tinham umas vaquinhas para tirar o leite. Jurema se lembra de que, desde os seis anos, plantava com o pai, a mata era bem fechada e tinha muitas onças. A família dormia sob a proteção de folhas de bananeiras e os mais pequeninos dormiam dentro de um balaio pendurado no alto por causa do risco de cobras.

Você já ouviu falar de pó de café de aipim? Pois a mãe de Jurema desenvolveu algo especial para quem era hipertenso: plantava, colhia os cafés, secava e, na hora de torrar, juntava com fubá e com a massa do aipim depois de ser lavado para tirar a goma. Tudo era socado junto e dali saía um pó de café especial. Ela conta que ainda não testou essa receita para fazer para o público, mas que fará isso em breve.

Com muito carinho, Jurema fala dessa vida em família, e diz que até hoje gosta de sentar-se em roda com seus irmãos para ficar recordando da sua infância. Com orgulho, ela conta que raramente ficou doente na vida e que não tem doença alguma graças aos cuidados que recebeu. Aos 12 anos, teve que sair de casa para ajudar no sustento da família, o que a levou a trabalhar em um circo em Silva Jardim, por três anos, domando animais. É isso mesmo: Jurema tornou-se: domadoras de animais, mas, logo depois, casou-se e o circo ficou para trás.

Como não deu muita sorte com o primeiro casamento, Jurema acabou logo se separando e foi trabalhar na cidade, onde aproveitou para aprimorar seu português e para aprender a lidar melhor com pessoas, segundo ela conta. Estudava à noite e chegou a trabalhar em salão de beleza como cabeleireira. Nessa época, ela diz que se olhava no espelho do salão, que se achava bonita e gostava muito do trabalho que fazia, mas sabia que lá no fundo, bem no fundo, tinha um vazio. A verdade é que ela sentia muita falta da roça.

Para cuidar de sua família, precisou mudar de emprego muitas vezes. Após a separação, casou-se mais duas vezes e teve três filhos e dois netos. Determinada, conta que sempre teve muita coragem para enfrentar todas as situações da sua vida, mas que não foi fácil. Mas, por não ter medo da vida, ela diz que aprendeu muito e soube aproveitar todas as oportunidades que surgiram.

Com altivez, Jurema fala que aprendeu muito a lidar com a natureza, e que sabe fazer muitas coisas de artesanato e culinária, sempre com base na agroecologia. De jeito algum, usa agrotóxicos e respeita os tempos da mãe natureza. Assim, cuida da natureza para poder ser cuidada por ela de volta. Outro tubérculo que ela considera importante são as batatas, valiosa, segundo Jurema, para garantir a segurança alimentar das famílias, além de serem muito nutritivas, fáceis de plantar e possibilitarem fazer uma grande diversidade de receitas, incluindo sorvete.

Quando diz que sua agricultura é orgânica, familiar e ancestral, ela enche o peito de orgulho. Fabio, o filho mais velho, trabalha também com plantação de aipim e, hoje, ela conta com Igor e Maralice como sua equipe para lhe ajudarem no dia a dia.

Do aipim, ela garante o seu sustento e faz questão de distribuir seus quitutes e seu conhecimento ancestral. Faz maionese, sorvete, pastel, empadões variados, sucos, quibe, cocada, mingau, panetone, tudo com aipim, do qual usa até a casca em muitas receitas. Com seu enorme talento, também faz pratos com outros tubérculos, como farinha de beterraba. Muito solicitada para eventos, festas e feiras, ela se sente feliz de sempre ter a oportunidade de mostrar suas comidinhas, porque é pelo boca a boca, que ela faz a sua comunicação.

“A natureza é meu pé, é meu chão, é minha vida. Por isso, há mais de 15 anos, voltei a morar na minha roça, na área rural de Japeri. Aqui, eu me dedico a cuidar de mim e do produto principal que planto e colho da natureza: o aipim, que me permite fazer uma variedade de pratos.”

Seu talento também desponta no artesanato, atividade em que desenvolveu uma argamassa com base no aipim para fazer contrapiso e artefatos de decoração. Depois de explicar que combina massa de aipim sem a goma com cimento branco, Jurema faz questão de convidar a entrevistadora para visitar sua casa e ver ao vivo sua obra de arte. Ali, o fogão de lenha é o rei na sua cozinha, onde faz tudo da forma mais natural possível, evitando colocar produtos industrializados nos seus quitutes.

Atual secretário de cultura de Japeri, Jorge Braga estava junto com o secretário de Agricultura explorando a Zona Rural do município quando conheceram Jurema. Ambos ficaram surpresos e encantados com a delícia e a variedade não só da sua culinária, mas com a sua sabedoria alimentar. Como tudo era tão gostoso, eles a convidaram para participar de nove eventos na cidade para mostrar sua arte.

Orgulhosamente, Jurema diz que é uma educadora que ensina o aproveitamento integral dos alimentos e contribui para a diminuição de desperdício alimentar. Nesse ofício, é nas escolas públicas que gosta muito de dar suas oficinas, onde ensina desde o melhor cultivo do aipim até suas tradições, sempre contando com alegria que agricultura tem história. Claro, que não faltam as suas receitas, e ela jura que ensina tudo sem segredos!

“Sim, me sinto uma cuidadora. Passo adiante o conhecimento que me foi dado pelos meus pais e meus avós. Cuido para que as pessoas tenham mais amor à natureza e aos alimentos que essa terra nos dá. Sinto que é minha obrigação repassar para quem precisa. Eu ensino a preparar a terra, a plantar, a colher, e o que fazer com a casca, com a água do aipim, com a goma, enfim, com tudo. Porque do aipim, tudo se aproveita.”

Em 2022, Jurema foi reconhecida pelo Prêmio Lei Aldir Blanc da cultura alimentar. Um reconhecimento muito importante, porque valoriza suas crenças, seus conhecimentos, sua identidade, a coesão social e as práticas ancestrais como modo de vida, demonstrando a dimensão sagrada das culturas alimentares. Feliz, ela conta que, desde 2023, o principal produto agrícola de Japeri ganha uma festa própria: a Festa do Aipim.

De maneira intuitiva, Jurema cuida e luta por sistemas alimentares saudáveis e para que suas tradições sejam transmitidas para as novas gerações e adaptadas à realidade, sempre pensando em evolução e sentido. Afinal, a produção do alimento está ligada aos nossos modos de vida. Para o futuro, Jurema deseja continuar multiplicando seu conhecimento. Quem sabe agora também para merendeiras de escolas, nutricionistas, aquelas que cuidam da segurança alimentar de crianças? É só chamar que ela vai de braços abertos.

Generosa, Jurema faz questão de compartilhar algumas de suas receitas. Ah, e quer ouvir comentários depois que forem testadas!

Bolo de aipim doce

Ingredientes:

- 1kg de aipim ralado em partes grossas (como batata palha)
- 100g de queijo parmesão ralado
- 100g de requeijão
- 200g de queijo minas
- 1 lata ou caixinha de leite condensado
- 200g de coco ralado
- Meio litro de leite
- 1 colher de chá de sal
- 4 claras de ovo
- 4 colheres de chá de fermento biológico

Modo de fazer:

- Misture tudo em uma bacia ou pirex e bata tudo muito bem.
- Deixe a massa descansar por 15 minutos.
- Unte a forma com manteiga ou margarina.
- Leve ao forno e deixe a assar ao seu gosto.
- Deixe esfriar.

Cobertura do bolo

- 200g de leite em pó (ela indica o Ninho)
- 100g de creme de leite
- 100g de coco ralado bem fininho (sempre dê preferência ao natural, não industrializado)
- Utilize o suco de meia laranja para complementar o glacê
- Açúcar a gosto

Uma dica: esse bolo é ótimo para aniversários, encontros familiares, confraternizações, ou qualquer outro evento, podendo ser feito dois a três dias antes e utilizando recheio a gosto entre uma massa e a outra.

Vitamina de Aipim

Ingredientes:

- 1l de leite
- 5 biscoitos de maizena
- 4 colheres de farinha de aveia
- 100g de aipim cozido, sem o fiapo

Modo de fazer:

Bata tudo no liquidificador e está pronto! É só beber!

Café derivado de aipim e milho

Ingredientes:

- 700g de grãos de café sem a casca
- 100g de açúcar cristal
- 100g de grãos de milho
- 100g de aipim ralado

Modo de fazer:

- Leve ao fogo em uma panela de ferro.
- Mexa até ficar crocante e solto do fundo da panela.
- Triture no liquidificador, deixe esfriar e está pronto.

Uma recomendação:

sempre dê preferência aos produtos naturais, sem processamento industrial.

“*Sim, me sinto uma cuidadora. Passo adiante o conhecimento que me foi dado pelos meus pais e meus avós. Cuido para que as pessoas tenham mais amor à natureza e aos alimentos que essa terra nos dá. Sinto que é minha obrigação repassar para quem precisa. Eu ensino a preparar a terra, a plantar, a colher, e o que fazer com a casca, com a água do aipim, com a goma, enfim, com tudo. Porque do aipim tudo se aproveita.*”

“Temos que parar de nos desenvolver e começar a nos envolver.”

Ailton Krenak
Líder indígena, ambientalista,
filósofo, poeta e escritor

Laura Torres



Laura Ramos Torres, nasceu e mora no Jardim Catarina, em São Gonçalo, RJ, tem 28 anos, é doula, pesquisadora e diretora do Espaço Gaia. Sua família, que descreve como um forte matriarcado, tem origem no interior do Ceará, e é composta por sete mulheres, com apenas uma figura paterna - seu avô, já falecido. Para ela, a prática do cuidado sempre esteve presente em sua família, pois foi criada com um grande senso comunitário, em que todos são responsáveis uns pelos outros.

Dessa vivência familiar, Laura retirou o sentido de ser doula. Em conversas com parentes, descobriu que havia uma parteira em sua família, que ajudou no parto de todas as mulheres, incluindo sua avó, que teve 18 filhos. Isso a fez entender por que a doulagem despertou algo tão forte dentro dela.

Inicialmente, Laura trabalhou na área de turismo, mas percebeu que a atividade não a fazia feliz. Então, em um momento que não consegue precisar exatamente, ela se deu conta de que isso fez **seus olhos brilharem e seu coração pulsar**. Ao conhecer uma doula chamada Gabriela Garbin, de São Paulo, decidida, pediu demissão do trabalho e com o dinheiro da rescisão pagou seu curso de doula.

Laura explica, de forma didática, mas simples, que a doula é uma profissional que possui uma classificação no mercado de trabalho na Classificação Brasileira de Ocupações (CBO) e que a atividade vai muito além do parto. Ela ressalta a importância da atuação da doula em contextos diversos, como na educação perinatal, informando às gestantes sobre o que é uma violência obstétrica, esclarecendo sobre o funcionamento do corpo durante a gestação, e orientando a reconexão das mulheres com seus próprios corpos, algo que, como enfatiza, **“o patriarcado historicamente tentou romper para que as mulheres perdessem autonomia sobre si mesmas.”**

Durante a gestação, as doulas oferecem suporte emocional, físico e informativo, ajudando as gestantes a entenderem o que esperar do parto, a reconhecerem o que é uma contração e a não temerem o processo. No pós-parto, essa profissional continua a oferecer apoio, ajudando com as principais demandas do bebê e da mãe e mantendo o vínculo com as mulheres que acompanha.

Ao longo dos anos, a profissão ganhou mais espaço e reconhecimento, com disponibilidade de uma formação mais adequada, inclusive com cursos gratuitos, como o da Fundação Oswaldo Cruz/Fiocruz, onde Laura atua como preceptora. A formação gratuita, aliás, é, na opinião de Laura, essencial para abrir portas a pessoas que não teriam condições financeiras de pagar por um curso de doula, permitindo que mais mulheres possam se capacitar nessa profissão.

Por outro lado, ainda há resistência, como acontece em São Gonçalo, onde ainda é difícil para as doulas entrarem nas maternidades públicas. Apesar de existir uma lei desde 2016 que permite a entrada das doulas, só em 2021, ela conseguiu autorização para entrar pela primeira vez em uma maternidade de São Gonçalo. Em sua análise, a resistência ocorre, em parte, pelo fato de as doulas informarem às gestantes sobre seus direitos, e por essa informação ser vista como uma ameaça.

Ela conta que a entrada das doulas nas maternidades foi conquistada com muita luta, e não por meio de diálogos pacíficos.

“É muito importante garantir que todas as mulheres, independentemente de sua condição financeira, tenham acesso ao apoio de uma doula, mas, infelizmente, o serviço ainda é visto como um artigo de luxo.”

Foi com essa sensibilidade e determinação que Laura criou a Gaia, uma organização da sociedade civil sem fins lucrativos, atualmente em processo de formalização. Começou de forma orgânica e despretensiosa, como ela relata, com rodas de conversas sob uma árvore próxima a um antigo lixão, em São Gonçalo. Nessas rodas, em que conversava sobre temas como violência obstétrica e educação menstrual, ela já acolheu mais de 60 mulheres. Houve momentos em que ela se questionou sobre esse trabalho fazer diferença na vida das mulheres acolhidas, mas quando muitas delas retornaram para compartilhar suas experiências de parto e de como se sentiram mais fortalecidas com as orientações e informações recebidas, falando do desejo de buscar a continuidade dos encontros, ela percebeu que estava no caminho certo, pois o impacto na vida dessas mulheres é real.

Foi exatamente nessa época que Laura fez um curso de políticas públicas na Casa Fluminense, que lhe permitiu dar mais um passo à frente no cuidado com as mulheres: **“Aí eu conheci a Paola, uma advogada que tem um projeto também em São Gonçalo. Conteí da minha insatisfação com todas as coisas ruins que estavam acontecendo em São Gonçalo, com a dor de ver pessoas sendo mortas, com pessoas sendo violentadas... Propus, então, fazermos uma cartilha e a primeira que elaboramos abordava temas relevantes para a dignidade das mulheres, como a questão menstrual, a violência obstétrica e a violência doméstica.”**

O lançamento da cartilha foi um marco, que teve grande repercussão e abriu as portas com a chegada de novos editais de financiamento para as rodas de conversa e produção de novos materiais informativos, como a cartilha Da Menarca à Gestação, que fala sobre educação menstrual, direitos sexuais e reprodutivos. Sobre essa cartilha, Laura lembra do convite para apresentar seu trabalho na Argentina, feito pela organização La Poderosa, e da oportunidade que teve, na ocasião, de mostrá-la ao Ministro dos Direitos Humanos e da Cidadania, Silvio Almeida: **“Eu lembro do dia que entreguei nas mãos dele me tremendo toda. Super atencioso, ele abriu e ficou folheando página por página. Daí, pensei emocionada: meu Deus, ele está lendo a minha cartilha. Sua avaliação veio rápida e me motivou a seguir em frente: Se eu fosse você, apresentaria para o Ministério das Mulheres, porque é um material muito bom e de fácil acesso.”**

De volta ao Brasil, estimulada pela opinião do Ministro, Laura decidiu com sua equipe lutar para, em com a colaboração com outros projetos, conseguir um espaço físico para a Gaia, com o trabalho voltado, primeiramente, para a perspectiva da violência de gênero. Rapidamente, no entanto, ao se dar conta de que muitas outras questões estavam interligadas - como a falta de água, de saneamento básico e de transporte adequado -, viu que tinha que expandir o escopo de atuação da Gaia, para incluir justiça climática, direitos ao saneamento básico, e saúde integral, buscando garantir o mínimo de dignidade para essas mulheres. Seu depoimento explica de forma simples sua decisão: **“Essas questões afetam diretamente a saúde mental e a qualidade de vida das mulheres. Em uma roda de saúde mental, muitas mulheres choravam ao falar sobre a falta de água em suas casas. A situação era tão grave que elas precisavam buscar água em mangueiras que atravessavam um antigo lixão, com a água saindo em pingos. Essa realidade impacta profundamente suas vidas, dificultando, até mesmo, a possibilidade de uma gestação saudável.”**

A sustentabilidade da Gaia depende de editais para financiar seus projetos, o que gera desafios difíceis de transpor, pois, muitas vezes, as necessidades que Laura e sua equipe identificam que trariam melhorias ao seu território não coincidem com o que os editais oferecem. Mas Laura tem exemplos de conquistas, como de uma agrofloresta implementada na sede da Gaia, iniciada com um curso de agrofloreteira que ajuda a combater a insegurança alimentar na comunidade que tem acesso aos produtos. Além disso, a Gaia conseguiu desenvolver uma pesquisa e realizar um relatório de monitoramento com dados socioeconômicos e socioambientais das famílias que vivem nos fundos do antigo lixão, com o objetivo de denunciar a situação e propor mudanças.

Laura é muito intensa e viva ao falar de suas atividades, propósitos e expectativas. Mas admite que, muitas vezes, sente-se cansada de tanta entrega. Nessas horas, recebe o cuidado de sua equipe, o que tem sido um aprendizado: delegar tarefas e cuidar de si. Sonha em expandir Gaia, criando outras unidades em diferentes lugares para que mais pessoas possam se beneficiar desse espaço de acolhimento e empoderamento.

Cuidado para Laura é

“ *Movimento, algo que faz as coisas acontecerem. Entende o cuidado por meio de um olhar integral, onde todos cuidam de todos, não apenas dentro de uma família, mas em toda a comunidade.”*



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Lorena Froz



"A Maré para mim não é só o lugar onde eu cresci.
A Maré faz parte de mim, somos uma coisa só."

Essa afirmação é o sentimento que alinhava todo o percurso da fala de Lorena Froz, uma jovem e obstinada educadora ambiental, de 22 anos.

Lorena nasceu em Belém - PA, mas seus pais e familiares são de Santa Helena, cidade do interior do Maranhão. Quando tinha seis meses, seus pais decidiram se mudar para o Rio de Janeiro, buscando melhores oportunidades de estudo e uma vida diferente daquela que levavam. A madrinha de Lorena, que já morava no Rio, ofereceu sua casa na favela Nova Holanda para que pudessem se estabelecer. Na época, a família era grande e se reunia frequentemente em torno do bar que seu tio, marido de sua madrinha, possuía em uma das ruas mais movimentadas da comunidade. As lembranças das reuniões em família, os churrascos colaborativos e a convivência com todos da rua são marcantes para Lorena.

Seu pai, que era jogador de futebol no Maranhão e não tinha uma profissão, ao chegar ao Rio, começou a vender açaí. Talvez, por isso, uma das memórias mais queridas de Lorena seja de, ainda criança, passar o tempo com ele na barraquinha, assistindo ao jornal do meio-dia em uma pequena televisão enquanto comiam açaí juntos.

Durante a infância, Lorena era uma criança caseira, que sempre preferia ficar em casa a brincar nas ruas. Hoje candomblecista, ela cresceu na Igreja Católica e frequentou uma escola particular na favela, vinculada ao Colégio Santa Mônica, onde estudou até o quinto ano. A escola oferecia bolsas de estudo para as crianças que se destacavam, permitindo que continuassem seus estudos até o pré-vestibular. Sua mãe sempre sonhou que ela estudasse nessa escola. Ao terminar o ensino fundamental, Lorena se destacou e continuou seus estudos até o primeiro ano do ensino médio, quando passou para o Colégio Pedro II, pois, apesar de ter uma bolsa no colégio particular, todas as despesas com livros eram muito altas e impossíveis de serem bancadas pelo pai, que, nesta época, trabalhava duro como mototaxista na comunidade.

Lorena passou para o Pedro II na reclassificação, optando pelo curso técnico de Meio Ambiente, inspirada por sua paixão por biologia. E, também, pela memória de sua bisavó, que teve oportunidade de visitar quando já era crescida, no interior do Maranhão, onde sentiu uma conexão especial com a natureza e o meio ambiente rural; e por sua mãe, que amava plantas. No entanto, o início do curso foi frustrante, pois as aulas sobre impactos ambientais apresentavam questões muito diferentes das que ela vivenciava na Maré, como a falta de saneamento básico e o acúmulo de lixo. Essa insatisfação a motivou a buscar mais informações, participando das atividades e discussões políticas e sociais, promovidas pela Redes de Desenvolvimento da Maré, organização próxima de sua casa. Lorena enfatiza o quanto sua participação nos projetos da Redes influenciou

sua formação de uma forma geral, e inspirou seu interesse pelo meio ambiente, que, inicialmente, surgiu de uma revolta com o distanciamento entre o que aprendia na escola e a realidade da comunidade onde vivia.

Lorena enfatiza o quanto sua participação nos projetos da Redes influenciou sua formação de uma forma geral, e inspirou seu interesse pelo meio ambiente, que, inicialmente, surgiu de uma revolta com o distanciamento entre o que aprendia na escola e a realidade da comunidade onde vivia.

Nessa época, o projeto de saneamento “Ecomaré” começou a tomar forma na comunidade, gerando discussões cada vez mais presentes sobre questões ambientais. Atraída pelos temas que estavam sendo discutidos, Lorena mergulhou no Ecomaré e em outras iniciativas

ambientais na Redes, o que a ajudou a dar corpo e direção à sua indignação. Ao mesmo tempo, ela frequentava a Luta pela Paz, uma organização na Maré em que se pratica judô e Muay Thai. Enquanto isso, na Redes, ela aprendia a estruturar as questões que a mobilizavam e a transformá-las em ações concretas.

Após se formar no Pedro II, Lorena teve a oportunidade de começar a estagiar na área de meio ambiente da Petrobras, mas rapidamente percebeu que o ambiente corporativo não era para ela. Decidiu, então, focar no Terceiro Setor, que lhe trazia mais satisfação. Logo após essa decisão, ela reencontrou a coordenadora de um curso preparatório que havia feito anos antes e, percebendo que existia uma lacuna na área de educação ambiental, sugeriu a criação desse curso. A coordenadora, interessada, a incentiva a desenvolver o projeto, e assim, Lorena começou a trabalhar como educadora ambiental.

Em 2020, com a Pandemia de COVID-19, Lorena enfrentou o desafio de continuar seu trabalho sem estar em sala de aula. Ao mesmo tempo, ela observou uma desinformação crescente sobre as causas da pandemia, o que a inquietava. Essa inquietação a impulsionou a criar a “Faveleira”, um projeto de educação ambiental com o objetivo de falar sobre o meio ambiente de uma forma acessível e relevante para todos, especialmente para as pessoas da Maré.

“Então, a partir da constatação de que eu não tenho comida para comer nem água boa pra beber nem ar para respirar [...] entendi que tudo isso estava relacionado a questões ambientais.”

Daí, criei a Faveleira para eu poder falar sobre isso, especialmente, porque eu não aguentava mais ver as pessoas discutindo isso de um outro ponto de vista, de um ponto ONU-Maré. E não, eu não quero falar da ONU agora, deixa a ONU resolver a parada dela que é bem importante, em outros lugares [...] O que eu quero falar agora é da Maré para, em algum momento, a Maré chegar até a ONU. **Esse era meu ponto de vista: partir do que estava acontecendo na nossa comunidade até chegar ao macro, sair do micro para o macro e não o contrário. Isso me levou a discutir as coisas, a pensar em clima, em meio ambiente, educação.**”

A Faveleira nasceu como uma plataforma nas redes sociais, principalmente no Instagram, onde Lorena publicava vídeos e conteúdos informativos. Sua intenção é simplificar as informações complexas sobre meio ambiente, conectando essas questões com a realidade das pessoas que vivem nas favelas. Lorena quer desmistificar

a ideia de que os problemas ambientais são responsabilidade das pessoas que vivem nas comunidades, quando, na verdade, esses problemas são estruturais e relacionados à falta de saneamento básico, à falta de acesso a alimentos saudáveis e a políticas públicas ineficazes.

Conforme a pandemia foi diminuindo seus efeitos, Lorena começou a ser convidada para palestras e projetos presenciais, ampliando o alcance da Faveleira. Sua atuação a levou a participar da elaboração da “Carta de Saneamento da Maré”, em parceria com a Casa Fluminense, e da “Carta de Direitos Climáticos da Maré”, com o apoio do Climate Reality Project e do Data Labe, e do projeto “Cocozap”, voltado para saneamento básico na Maré.

Dividindo-se entre conteúdos digitais e participações presenciais em eventos e projetos de impacto local, Lorena conta com Luan, seu marido, especialista em programação e análise de dados, e com sua amiga Bia, fotógrafa que documenta os eventos. Juntos, eles usam dados do censo populacional da Maré e outros estudos para analisar as questões climáticas e de saúde que afetam a comunidade. “Luan pegou os dados do Censo Populacional da Maré, feito em parceria com a Redes em 2016, voltados para saneamento, e a gente cruzou com alguns outros dados voltados para a saúde. Com isso, a gente pôde fazer um panorama de leitura desses dados para entendermos o que eles querem dizer para a gente em relação à saúde, em relação ao clima da Maré? O que eles querem dizer sobre as pessoas? Para tentarmos chegar às respostas, Luan pegou cada um desses gráficos, cada um desses números, fez uma conferência meticulosa e elaborou um dashboard para apresentar no Laboratório de Inovação Cidadã da UFRJ (Labic), conversando e entendendo sobre esses dados.”

Entre as muitas questões que Lorena levanta, uma das principais é o impacto racial, social e econômico nas favelas. **Ela observa, por exemplo, que a Nova Holanda, onde a maioria das pessoas se autodeclara preta ou parda, enfrenta problemas mais severos de saneamento básico e a presença de um lixão a céu aberto, em comparação com a favela vizinha, Parque União, que é mais estruturada, a partir de loteamentos. Esses contrastes a levam a questionar as razões por trás das disparidades entre as diferentes comunidades da Maré e a refletir sobre como elas estão profundamente enraizadas nas dinâmicas sociais, culturais, políticas e ambientais.**

Com a Faveleira, Lorena busca questionar e provocar reflexões sobre as condições de vida na Maré e o impacto das questões ambientais nas comunidades periféricas.

Enfatiza que não apresenta respostas prontas, mas muitas perguntas que desafiam as pessoas a pensarem criticamente sobre o ambiente em que vivem e as políticas que afetam suas vidas. E fala, com muita satisfação, do quanto o conteúdo produzido pela Faveleira, especialmente vídeos explicativos e publicações em redes sociais, tornou-se uma fonte de informação acessível e compreensível para muitas pessoas que não encontram respostas em outros lugares.

Além da Faveleira, Lorena trabalha na Ação da Cidadania, onde atua com lideranças locais de diversas regiões do Rio de Janeiro, como a Zona Oeste, Ilha, Maré, Mangueiros, Grande Méier e Grande Tijuca, com foco em segurança alimentar. Trabalha, também, na Petfive, no setor de sustentabilidade. Multidisciplinar, Lorena também é artista e busca encontrar tempo para pintar quadros. No momento, terminando o curso de Gestão Ambiental, ao ser perguntada sobre seus sonhos e perspectivas, ela expressa o desejo de que sua arte, que faz por paixão, ganhe mais visibilidade, permita que ela se sustente financeiramente. Incansável, sonha em transformar a Faveleira em uma plataforma de pesquisa estruturada sobre a memória ambiental do território da Maré, tornando-se um projeto de extensão, com maior foco em pesquisa e educação e, ainda, que a Maré deixe de ser alvo de operações policiais, uma realidade dolorosa que afeta diretamente sua comunidade e sua família.

Lorena não se via como uma cuidadora, mas o convite para participar deste estudo sobre o cuidar a fez refletir e perceber que seu trabalho, seja na Faveleira ou em outras atuações, está profundamente ligado ao cuidado - com a Maré e com as pessoas que vivem ali. A Maré não é apenas o lugar onde cresceu, mas parte essencial de sua identidade, tanto que sente as dores e violências que afetam a comunidade como se fossem suas, e, exatamente por isso, seu trabalho tem uma perspectiva de zelo e de preservação da memória e do ambiente que compõe aquele território.

“*Eu conheci a Maré com um campo verde enorme, que cruzava quase todas as favelas; que tinha criação de coelho, pato, cavalo, periquito, pássaro tudo junto; o que hoje não acontece mais. Então, acho que o cuidado para mim é eu falar assim: tem como isso aqui ser diferente? Vamos cuidar disso aqui de outro jeito? Vamos pensar nisso aqui de outra forma?”*

Para ela, sua religiosidade é uma fonte crucial de força e resiliência para continuar seu ativismo. Em muitos momentos, quando sente que não aguenta mais, encontra conforto e renovação ao buscar o apoio espiritual no barracão de candomblé. É nesse espaço que se reconecta com os motivos e o propósito do que faz, e destaca a importância de seu orixá, Ossain, o pai de todas as folhas, o que sabe os segredos das plantas que são usadas como remédios. Para ela, é significativo ser filha de uma entidade que representa a natureza e a cura, pois o candomblé, em essência, celebra as grandes forças naturais. Cada elemento da natureza tem corpo, nome e significado, e essa visão reforça seu compromisso com a causa ambiental.

Refletindo sobre as mudanças que ocorreram em sua vida, Lorena fala que o ativismo a ajudou a amadurecer, aprendendo a articular suas ideias e a expressar suas preocupações de maneira construtiva, levando não apenas problemas, mas também soluções para as discussões. Esse processo a ensinou a pensar de forma.

Esse processo a ensinou a pensar de forma crítica e a olhar para o outro com mais empatia, compreendendo que os problemas são complexos e não se resumem a uma pessoa ou entidade apenas. Aprendeu a ouvir as dores dos outros, reconhecendo que todos têm suas próprias lutas e que a união é essencial para enfrentar os desafios, bem como a acreditar na importância do coletivo, de que não faz sentido alcançar uma vitória se for para celebrá-la sozinha. Para Lorena, cuidar é zelar, pensar no outro, ouvir, viver em coletivo.

“O futuro são muitos e resultarão de arranjos diferentes, segundo o nosso grau de consciência, entre o reino das possibilidades e o reino da vontade.”

Milton Santos
Geógrafo e escritor brasileiro



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Lourdes Brazil



Foi a partir de um pequeno fragmento urbano de Mata Atlântica que ela vislumbrou uma floresta. Foi plantando, plantando, mobilizando crianças para mutirões de plantio, que Lourdes Brazil restaurou a cobertura vegetal do solo de um fragmento de Mata Atlântica e criou uma ilha de frescor em São Gonçalo, no bairro da Água Mineral. Lá ela criou o Centro de Educação Ambiental Gênese com a missão de educar para a sustentabilidade.

Lourdes Brazil gosta de se apresentar como mulher negra, de 68 anos, descendente de uma linhagem de mulheres “valentes e poderosas” que não aceitavam o papel que a sociedade lhes reservava, e, por isso, resistiram e lutaram bravamente. Acredita que sua força e coragem vêm das mulheres da família, em especial, de suas avós e mãe, que lhes deixaram grandes ensinamentos.

A avó materna lutava contra a violência doméstica nos anos 60. A avó paterna, que morava no interior de Campos, largou, na década de 1930, o marido para trás na fazenda onde moravam e, com nove filhos debaixo do seu abraço, foi buscar uma nova vida. As relações de trabalho na fazenda eram ainda permeadas pela violência e pela ausência de direitos dos trabalhadores, como se ainda estivessem sob o regime da escravidão. Sua avó não suportava mais viver daquela forma.

Essas duas mulheres se encontraram em Vila Isabel, bairro do Rio de Janeiro, e viraram uma só família com a união de seus filhos Darcy dos Santos e Aldacy Brazil, pais de Lourdes. Aldacy - depois de uma vida exercendo trabalhos que, costumeiramente, eram destinados a mulheres negras, como os de empregada doméstica, babá e lavanderia - criou seu próprio negócio de costureira e modelista, até que, em 1985, voltou a estudar, formando-se em Direito aos 70 anos, realizando, assim, seu grande sonho de fazer faculdade. E foi com essas mulheres fortes que Lourdes Brazil aprendeu desde cedo a não se conformar com a localização social e territorial reservada para as mulheres pretas.

Quando Lourdes tinha um ano de idade, seus pais se mudaram para Engenheiro Pedreira, hoje bairro de Japeri. Aos 7, quando entrou para a escola, diz que ficou muito impressionada com a diferença que havia entre as professoras “bonitas e cheirosas” e as mulheres com quem convivia. Depois de muito pensar no porquê dessa diferença, concluiu que “eram bonitas e cheirosas porque estudavam”, e que isso era o que ela mais desejava fazer: estudar.

Aos 11 anos, terminou o ensino fundamental, e quando disse que queria continuar a estudar, precisou de muita determinação já que, naquele tempo, finalizar o fundamental já estava “mais do que bom” e era preciso ir trabalhar. No contexto em que morava, muitos eram analfabetos ou tinham apenas três ou quatro anos de estudo. A educação não era para todos. Mas, determinada, ela bateu o pé e foi lutar para realizar seu desejo. Sua vida acadêmica começou e nunca mais parou.

Durante sua infância, acompanhou, muitas vezes, a mãe Aldacy e as tias que trabalhavam como empregadas domésticas em casas na Zona Sul do Rio de Janeiro, indo e vindo de trem e bonde de Japeri para Copacabana, Botafogo, Ipanema. Os olhos curiosos e a mente questionadora de Lourdes não poderiam deixar de reparar as desigualdades entre os territórios. Conta que com indignação perguntava: por que eu moro numa cidade feia e distante? Por que na minha cidade não tem coisas bonitas? Não tem bibliotecas, teatro, museus? Por que minha cidade não é tão iluminada ou limpa como a Zona Sul? Ela reparava que no corre-corre da vida,

Ela reparava que no corre-corre da vida, as pessoas não paravam para pensar sobre o impacto dessas desigualdades e violências cotidianas na vida das pessoas mais pobres e, sobretudo, das mulheres negras. Foi crescendo com a meta de sair da sua cidade, sentia que ali não poderia se desenvolver, sentia-se oprimida.

as pessoas não paravam para pensar sobre o impacto dessas desigualdades e violências cotidianas na vida das pessoas mais pobres e, sobretudo, das mulheres negras. Foi crescendo com a meta de sair da sua cidade,

sentia que ali não poderia se desenvolver, sentia-se oprimida. Por que havia tanta opressão? Hoje, ela enxerga essa sensação como violência: seu direito à cidade estava sendo violado.

Em 1978, ao passar para Economia da Universidade Federal Fluminense (UFF), Lourdes percebeu que era uma das únicas mulheres e a única negra. O racismo era violento demais e, quando saiu de férias após o primeiro ano, achou que não voltaria mais. Sentia que seus colegas achavam que ela não pertencia àquele lugar. Conta que, não era ouvida nem mesmo vista. Mas, deparando-se com a dura realidade que passava na juventude de Japeri, com tantos assassinatos e extermínios, resolveu não desistir da faculdade. Assim, em março de 1979, quando retornaram as aulas, ela conta que voltou como uma mulher negra segura para enfrentar a misoginia e o racismo. Partindo da resistência e do inconformismo, Lourdes seguiu em frente na sua carreira acadêmica, fazendo especialização em Planejamento Ambiental, Mestrado e Doutorado em Ecologia Social pela UFRJ. Pesquisadora e educadora ambiental, vem dedicando uma vida inteira a projetos de pesquisa e extensão que buscam responder às suas inquietações, sempre trabalhando a questão da cidade como objeto de estudo: “O que eu posso fazer para melhorar territórios?”. Inconformada, ela conta que seu incômodo com a falta da garantia de direito à cidade, que é tamanho, a ponto de ela sentir “dor no fígado”.

Lourdes Brazil participa de muitas palestras e de eventos, em especial, para público feminino, com o objetivo de sensibilizar e mobilizar as pessoas para temas como violência, desigualdades, direito à cidade, educação ambiental, racismo e direito das mulheres, entre outros. Chama atenção para a importância de falarmos de violência de forma ampliada, interseccionada: física, psicológica, sexual, emocional, patrimonial, moral e, em especial, prestar atenção à violência territorial. Ela acha importante explicar que, quando dizia sentir-se oprimida na sua cidade é porque o impacto da violência territorial, que ocorre pelas mãos do Estado, impede que as pessoas tenham acesso aos seus direitos básicos: saúde, educação, trabalho seguro e decente, segurança, transporte. Ela entende que as violências cotidianas aprofundam ainda mais as desigualdades e, por isso, esse é um dos seus campos do cuidado.

Um dos livros que Lourdes escreveu - e que tem como título “Tudo o que ficou para trás e tudo que virá pela frente” - aborda perdas concretas e simbólicas que a população negra, em especial mulheres negras, tiveram ao serem desalojadas das áreas urbanas revitalizadas durante o processo de urbanização brasileira. Também escreveu “Atividades de Educação Ambiental na Educação Infantil”, escrito com Maria Lindalva Fernandes, e “Fragmentos Urbanos da Mata Atlântica”.

Atualmente, é, em meio a ingás, jatobás, ipês, paus-brasil, jabuticabas, goiabas, camboatás e muitas outras espécies da Mata Atlântica, que Lourdes passa a maior parte do seu tempo. Esse foi um projeto sonhado desde 1986, quando, com seu marido, resolveu comprar um terreno no bairro da Água Mineral, em São Gonçalo. Ela tinha se apaixonado pelas quaresmeiras e pelo riacho que passava pelo terreno. E, mesmo que muitas pessoas dissessem que ela estava ficando louca, por comprar um terreno num local que, na época, era conhecido por muita violência, foi ali que ela começou a plantar seu sonho.

Após a “**Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente e Desenvolvimento**”, conhecida como “**ECO-92**”, na cidade do Rio de Janeiro, e com os **diálogos sobre o desenvolvimento sustentável**, Lourdes Brazil teve a ideia de criar no local um **Centro de Educação Ambiental - o Centro Gênesis**, entremeadado

por um fragmento de Mata Atlântica com 60.000 m2, cursos d’águas e nascentes.

Quando ela e o marido chegaram, a área estava degradada devido à extração de areia, madeira para fabricação de carvão e queimadas frequentes. Também havia caça de pequenos animais e derrubada de árvores para construções. Hoje, o cenário é de um rico ecossistema, repleto de vida e cores, que, com muito cuidado, fortaleceu-se ao longo da restauração da cobertura vegetal do solo e, com isso, está ajudando a natureza a se recompor de maneira ainda instintiva. A maior parte das sementes das árvores plantadas foi coletada em parques, ruas, jardins e algumas foram compradas. Mais recentemente, o Centro passou a contar com o trabalho da bióloga Samira Oliveira e com outros pesquisadores da área.

O Centro Gênesis é um empreendimento de impacto socioambiental, com a missão de educar para a sustentabilidade. Ali, são recebidos muitos grupos de crianças de escolas, sobretudo de escolas públicas, empresas e instituições religiosas, mas, muito em breve, deverá ser aberto também para todos que tenham interesse em conhecer o espaço. Em meio à natureza, os visitantes recebem estímulos e são introduzidos à educação ambiental. Um passeio pelo Centro é uma verdadeira experiência sensorial: todos podem sentir cheiros, tocar

nas diversas texturas dos diferentes troncos e das folhas, experimentar uma fruta, ouvir o canto e as “conversas” dos animais que ali residem. Tudo foi pensado com muito cuidado para acolher quem chega em diferentes jardins, viveiros, laguinhas e na sede, chamada de Casa do Visitante. Num dos espaços, em destaque, pode-se ler em uma placa bem grande: Cuidado com o planeta.

Lourdes Brazil oferece cuidado ao seu território e ao meio ambiente, e a natureza responde com serviços ecossistêmicos que estão sendo oferecidos à comunidade, como o enfrentamento dos extremos climáticos, pois a área do Centro Gênesis, quando comparada ao entorno, tem uma diferença perceptível de temperatura. É mais fresco e, por isso, fala-se em “ilha de frescor” ou desenvolvimento de um microclima local. O aumento da biodiversidade e a cobertura de vegetação na encosta contribuem para evitar deslizamentos e, como Lourdes Brazil gosta de afirmar, estão contribuindo para o empoderamento comunitário. Hoje os moradores do bairro podem dizer que têm um bosque de Mata Atlântica, tornando-se referência e exemplo para outros bairros de uso de estratégia de mitigação e adaptação às mudanças climáticas.

Lourdes Brazil oferece cuidado ao seu território e ao meio ambiente e a natureza responde com serviços ecossistêmicos que estão sendo oferecidos à comunidade, como o enfrentamento dos extremos climáticos, pois a área do Centro Gênesis, quando comparada com o entorno, tem uma diferença perceptível de temperatura.

Segundo ela, os moradores dizem: “Lá tem pau-brasil, tem plantas, tem flores, tem sementes!”. Lourdes Brazil complementa dizendo que “Cuidar é arborizar e arborizar é uma questão de saúde pública.”

Sempre muito ativa e inquieta, Lourdes Brazil movimenta grupos de pesquisadores para fazerem seus estudos no Centro Gênesis, estabeleceu parceria com a Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e trabalha com a Universidade Nacional Autônoma do México (UNAM), a Universidade Veracruzana e com uma Fundação Colombiana. A comunidade é convidada a interagir e integrar-se com as atividades, e ela ainda aproveita o espaço para trabalhar as histórias e memórias do bairro e de São Gonçalo.

“É preciso cuidar dessas histórias e valorizar as pessoas, principalmente pretas, que estiveram envolvidas em fatos importantes e que construíram nossas cidades. Cuidar das histórias é também lutar contra o racismo ambiental.”

O projeto “Construindo Caminhos para a Sustentabilidade” ganhou o Prêmio de Boas Práticas de Sustentabilidade da ONU-HABITAT, além de ter sido premiado pela UFF, e pela Petrobras. Além disso, ele foi classificado entre as 90 melhores práticas de sustentabilidade, em 2010, pela ONU-HABITAT INTERNACIONAL, e selecionado pela UNESCO para ser apresentado em Bonn, na Alemanha, na I Conferência de Educação para a Sustentabilidade em 2010. Outras conquistas do Centro Gênesis foram duas premiações para o projeto de “Recuperação da Cobertura Vegetal”, que ganhou o 3º lugar no concurso da Linketrin, Austrália, e o 2º lugar no prêmio Immensità, em São Paulo, em 2023.

Lourdes Brazil cuida do território, da Mata Atlântica, de cada árvore plantada, de cada ser que habita aquele fragmento da mata a qual ela pertence, assim como cuida para que tenhamos um futuro regenerativo e para que tenhamos direito à cidade. Num futuro próximo, ela deseja implantar a Universidade da Mata Atlântica, em parceria com universidades.

“ De onde vem o cuidado? Isso começou com a implicação. Porque eu sempre fui uma pessoa implicada, nunca me conformei com as desigualdades, com as diferenças entre territórios, com as violências e com o racismo ambiental. Meu objeto de estudo sempre foi permeado pela pergunta: o que eu posso fazer para melhorar os territórios?”

“Cuidar é simbiose. O Cuidador e aquele que é cuidado tornam-se um só em uma dinâmica de sistema. E isso é radical.”

Lisa Gunn
Mulher, mãe, filha, neta, gestora de organização da sociedade civil.
É diretora executiva da Proteção Animal Mundial no Brasil

Luciana Petersen



Luciana Petersen tem 27 anos e é natural de Santa Isabel, uma pequena cidade do interior de São Paulo. Atualmente trabalha como jornalista e coordenadora de comunicação do Instituto de Estudos da Religião (ISER), além de fazer parte do movimento Novas Narrativas Evangélicas, que busca redefinir o que significa ser evangélico e cristão no Brasil. Ela é líder da comunidade Oásis, uma comunidade de fé no Rio de Janeiro, onde as pessoas se reúnem para discutir e explorar novas espiritualidades e se cuidarem mutuamente.

Luciana nasceu em um ambiente profundamente religioso, com um pai pastor e uma mãe ministra de música, ambos sempre imersos em atividades de cuidado na igreja. Desde pequena, participava de atividades comunitárias, acompanhando seus pais em visitas a doentes e a pessoas solitárias, imprimindo em sua visão de mundo a compreensão do cuidado como parte integral da vida. Ciosa da importância do cuidado, ela conta que: “A religião e a igreja sempre foram espaços de conhecer as pessoas, de caminhar com as pessoas, de viver uma vida mais comunitária e menos isolada.”. Assim, ela cresceu junto com os dois irmãos mais velhos, influenciando-a culturalmente, em especial, em relação à música e à leitura.

Quando criança, Luciana era fascinada pelo mundo digital, aproveitando ao máximo os computadores e a internet, além de nutrir um grande amor pela música, algo que aprendeu em casa e na escola de música. Sua família, originária do Espírito Santo, passava os verões em Guarapari, onde ela desfrutava da companhia de seus avós e primos, sempre em um ambiente comunitário e acolhedor.

Ao longo de sua vida, Luciana mudou-se diversas vezes. Após morar em Santa Isabel e Taubaté, em São Paulo, passou oito anos em Minas Gerais, onde cursou Jornalismo na Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), após ter começado sua formação acadêmica em Engenharia Civil. A troca se justificou porque, rapidamente, percebeu que sua verdadeira paixão estava em contar histórias e se conectar com as pessoas, o que a levou ao jornalismo.

Há um ano, mudou-se para o Rio de Janeiro, buscando expandir seus horizontes e encontrar novas oportunidades de trabalho e vida. No Rio, ela encontrou uma comunidade de amigos que se tornaram sua rede de apoio e têm explorado a cidade e suas complexidades. Apesar do caos e da intensidade, ela se sente conectada à cidade e às pessoas que encontrou, transformando o que poderia ser uma experiência solitária em uma vida comunitária rica e significativa.

Sua identificação com a fé cristã evangélica sempre foi muito forte, mas, desde a adolescência, começou a questionar certos discursos e práticas na igreja, que considerava machistas, racistas e preconceituosos. Incentivada a questionar e transformar a sociedade de acordo com os princípios de justiça e igualdade que aprendeu na fé, ela se tornou uma ativista dentro da igreja, buscando mudanças. No entanto, essa postura crítica nem sempre foi bem recebida, levando-a

Incentivada a questionar e transformar a sociedade de acordo com os princípios de justiça e igualdade que aprendeu na fé, ela se tornou uma ativista dentro da igreja, buscando mudanças.

a se afastar de algumas instituições religiosas e a encontrar pessoas com visões semelhantes, principalmente por meio da internet.

Essas conexões resultaram na criação de novas comunidades de fé, como o movimento Novas Narrativas Evangélicas e a comunidade Oásis, que oferecem um espaço seguro para discussões honestas e transformadoras sobre espiritualidade e justiça social.

O movimento Novas Narrativas Evangélicas começou em 2021 motivado pela insatisfação de muitos evangélicos com o rumo que a religião estava tomando, especialmente com o fortalecimento do fundamentalismo religioso e a associação dos evangélicos à extrema-direita no Brasil. Para aqueles que não se identificavam com essas correntes conservadoras - mulheres, pessoas pretas e pessoas identificadas como LGBTQPN+, entre outros -, a experiência de estar na igreja tornou-se sufocante e excludente. Para lidar com esse

contexto, Luciana e outros líderes, ativistas e influenciadores se reuniram para discutir como a juventude evangélica poderia contribuir para que essas experiências fossem mais justas e inclusivas.

O encontro inicial reuniu cerca de 80 pessoas e deu origem a diversas ideias e conteúdos, com a missão de continuar o trabalho de contar novas histórias e criar outras formas de ser cristão no Brasil. Embora Luciana não tenha idealizado o movimento, ela logo se envolveu ativamente, ajudando a construir a estratégia de comunicação das Novas Narrativas Evangélicas.

“Foi um pouco nesse espírito que a gente começou a comunidade Oásis, que, na verdade, surgiu como alguns eventos, que eram as vigílias do Novas, que a gente chamava de espiritualidade para pessoas machucadas.”

O movimento, com atuação maior em espaços digitais, desenvolve ideias inovadoras, de justiça e liberdade, alcançando pessoas que, muitas vezes, sentem-se desconectadas ou excluídas pelas formas tradicionais da religião.

Para Luciana, a internet é uma ferramenta poderosa para conectar pessoas e criar comunidades. Durante a pandemia de COVID-19, ela formou uma comunidade on-line no WhatsApp com outras mulheres LGBTQPN+ que estavam isoladas e frustradas. Juntas, elas passaram a realizar cultos on-line, oferecendo apoio mútuo e criando uma espécie de igreja virtual. No entanto percebeu que, apesar da eficácia do on-line, o encontro presencial era necessário, nascendo assim a comunidade Oásis, que começou como uma série de eventos e evoluiu para uma comunidade de fé que se reúne regularmente no Rio de Janeiro.

A comunidade Oásis, liderada por Luciana e seu amigo Mathews Machado, é um espaço de acolhimento e cuidado, em que as pessoas podem explorar sua espiritualidade e encontrar apoio. Embora, inicialmente, tenha resistido ao título de pastora, devido ao peso e às conotações negativas associadas a ele, ela tem aceitado esse papel ao perceber que pode redefinir seu significado. Ela se vê como alguém que cuida, que acolhe, que busca resgatar e apoiar aqueles que se sentem perdidos ou excluídos.

Para Luciana, o cuidado é central no ofício pastoral e cita a metáfora bíblica do pastor que deixa suas 99 ovelhas para buscar a que se perdeu, cuidando dela até que esteja segura. Entende o cuidado também como vocação de vida, algo que ela já pratica, independentemente de títulos ou instituições, transcendendo a religião e alcançando todas as pessoas ao seu redor, não importando qual é a sua fé. Reconhece que esse caminho que escolheu é desafiador, especialmente no meio evangélico, que, muitas vezes, dita normas rígidas e excludentes. Ao romper com esses padrões, Luciana conta que enfrenta resistência e até hostilidade, sendo frequentemente alvo de ataques e críticas. No entanto, ela vê sua luta por justiça

e inclusão como a expressão mais profunda de sua fé, e acredita que a igreja deve ser um lugar de acolhimento, não de exclusão.

Ao romper com esses padrões, Luciana conta que enfrenta resistência e até hostilidade, sendo frequentemente alvo de ataques e críticas. No entanto, ela vê sua luta por justiça e inclusão como a expressão mais profunda de sua fé, e acredita que a igreja deve ser um lugar de acolhimento, não de exclusão.

Apesar das dificuldades, Luciana encontra força na comunidade que a apoia, tanto on-line quanto presencialmente. Recentemente, uma matéria publicada sobre ela na revista Marie Claire gerou uma onda de comentários negativos, mas também mobilizou amigos e aliados que a defenderam. Para Luciana, saber que pode contar com essa rede é fundamental para continuar sua jornada na busca por uma redefinição do que significa ser cristão e pastor no Brasil contemporâneo. A seu ver, só assim as igrejas serão espaços inclusivos, onde todas as pessoas, independentemente de sua identidade ou orientação, possam encontrar amor, apoio e um senso de pertencimento.

Ela reconhece que, embora dedique muito de seu tempo e energia ao cuidado com a comunidade, ter práticas pessoais de autocuidado, como a terapia e a busca por um equilíbrio entre sua militância e sua saúde mental, são necessários e pontua a importância de desacelerar e se cuidar, especialmente, quando o ativismo pode ser tão desgastante.

Faz questão de citar os que a inspiraram ao longo de sua vida, como Martin Luther King, Bel Hooks, Sojourner Truth e o pastor Lutero Negro, que fundou a primeira igreja negra protestante no Brasil. Essas figuras de resistência e justiça social são referências para Luciana, que vê nelas exemplos de como a igreja pode ser um espaço de luta e transformação.

Luciana ressalta as parcerias e articulações que sustentam os projetos de que faz parte. É o caso do apoio da Open Society, que tem sido crucial para a realização de eventos e conferências, como as ocorridas em São Paulo e Recife, em que temas diversos - gênero, raça e questões ambientais - foram discutidos. Ela enfatiza que estar em rede e trabalhar em conjunto com outras pessoas e organizações é essencial para alcançar resultados significativos.

Um dos momentos mais marcantes para Luciana foi a Conferência Novas, realizada em Recife. Ela relembra com emoção o reencontro de três pastoras negras que não se viam há anos, e o simbolismo de duas pessoas trans servirem a ceia, um dos rituais mais importantes no cristianismo. Esse momento, para Luciana, abraça tudo o que ela e sua comunidade acreditam: a inclusão, o acolhimento e a justiça.

Embora os desafios sejam muitos, como a falta de recursos e de tempo, ela continua movida em chegar até as pessoas que foram machucadas pela religião, oferecendo-lhes uma nova possibilidade de continuar sua caminhada de fé em um espaço que as acolha verdadeiramente.

Para Luciana, cuidar é estar presente, ouvir, acolher, caminhar e descobrir juntos, mesmo que as respostas não estejam claras.

“*Eu acho que é mais sobre o caminho do que sobre a chegada. O cuidado está no processo.*”
convicta, ela afirma.

“Cuidado se aprende? Sim, pela sociabilidade, pela necessidade de sobrevivência.

É um processo complexo e transversal, não sendo igual para todas as instâncias (macro ou micro política), governos, pessoas, grupos e seus modos de vida: camponeses, negros, LGBTQIA+, mulheres, indígenas...”

Cynthia Mendonça
Artista e gestora



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Lucimar Ferreira



Em uma bela noite, Lucimar teve um sonho com jovens envolvidos com o tráfico de drogas, no qual ela lhes oferecia uma alternativa para deixar aquela vida difícil por meio do esporte. E por muito tempo, ela não conseguiu esquecer essas imagens.

Durante uma viagem a Magé com o grupo da igreja, ela sentiu um “chamado” e decidiu deixar São João de Meriti para iniciar ali, em Magé, um projeto social para crianças e adolescentes do bairro de Piedade. Ela estava apenas começando a construir sua rede de cuidados na região, relacionando esporte com pesca, cultura, memória e comunidades tradicionais.

Lucimar se apresenta como uma mulher de luta, com 48 anos, mãe “solo” de Luan e Thainara, avó de Theo e faixa preta em kickboxing. Apaixonada pela comunidade local dos bairros de Piedade, Canal e Barbuda, está sempre em movimento e é uma articuladora comunitária com várias frentes de atuação.

Ela conta que tudo começou quando resolveu oferecer aulas de kickboxing no píer de frente para a Baía de Guanabara. Sua ideia foi um sucesso e chamou a atenção da comunidade. Feliz com o interesse e a demanda de crianças e adultos, Lucimar conseguiu negociar a utilização de um espaço para as aulas em um terreno com piscina e uma pequena sede, exatamente o que ela precisava para oferecer aulas e oficinas de esporte no contraturno escolar.

Parecia que seu sonho estava se tornando realidade e, oficialmente, ela iniciou o projeto “Luthando pela Vida”. Lucimar explica que a escolha do nome está relacionada à sua vida de luta, ao nome dos seus filhos (Lu+Tha) e às famílias do entorno que passou a conhecer e admirar, famílias que lutam todos os dias por dignidade.

Um ano após o início do projeto, o dono do terreno decidiu vender o espaço que ele havia cedido, mas Lucimar não desistiu. Articulou-se localmente, negociou e conseguiu uma doação em dinheiro para dar entrada na compra da sede do projeto, dividindo o restante em muitas parcelas. Parecia que tudo estava resolvido, mas como pagaria essas parcelas e, ainda, sustentaria as atividades do projeto?

Para complementar sua renda familiar e manter o projeto, Lucimar, em 2014, juntou-se ao marido na Baía de Guanabara para pescar. Aprendeu técnicas de pesca artesanal, ancestrais, utilizadas por indígenas caiçaras que ali habitavam. A pesca artesanal é caracterizada principalmente pela mão de obra familiar e por pequenas embarcações que operam mais próximas à costa.

Seus olhos brilham quando ela pega uma maquete e explica o que é a pesca de curral, uma armadilha que utiliza o princípio de aprisionamento, em que o peixe não consegue sair depois que entra.

Nesse movimento, ela percebeu que muitos pescadores idosos podiam se aposentar, mas não sabiam como, e que muitos deles já com 60 anos

desconheciam o benefício chamado Seguro Defeso, disponível no período de reprodução dos peixes, quando a pesca é proibida. Cada vez mais consciente, foi ao lado dos pescadores que Lucimar começou a garantir que seus direitos fossem respeitados.

Ela também notou que havia poucas mulheres pescadoras e que as poucas que existiam dependiam de barcos de seus maridos ou de terceiros para exercerem seu ofício, ou seja, não tinham autonomia e pouco lucravam com a venda dos pescados e caranguejos. Decidida a cuidar da comunidade tradicional de pescadores de Magé, Lucimar leu, estudou, conheceu outras associações de pescadores, identificou as necessidades da população local e, em 2016, fundou a Associação Pescador Desportivo Luthando pela Vida. Hoje, a associação conta com mais de 360 associados (pescadores, marisqueiros e caranguejeiros), sendo 60 mulheres. Os associados são, em maioria, de Magé, mas também há pescadores do Rio de Janeiro, de Duque de Caxias, Itaboraí e outros municípios localizados ao redor da Baía de Guanabara.

Nesse período, Lucimar aproveitou todas as oportunidades para aprender mais sobre pesca e meio ambiente. Integrou o projeto Meros do Brasil, que monitora os peixes na Baía de Guanabara, e o Projeto PEA BG, de mitigação para fortalecimento da pesca artesanal, ambos em parceria com a Petrobras. Também já fez cursos de gestão ambiental e recebeu um pequeno investimento da Fundação O Boticário.

Lucimar acabou por se envolver profundamente com o mundo pesqueiro e, quanto mais conhecia os pescadores e ouvia suas histórias, mais se comprometia. Muitos pescadores artesanais vivem em situação econômica precária, com baixa escolaridade e enfrentando problemas de armazenamento, beneficiamento e comercialização dos pescados e caranguejos.

Lucimar conta que a situação da pesca mudou muito nos últimos oito anos, com uma redução impressionante na quantidade de peixes, porque a Baía está muito assoreada, afastando os peixes e mariscos da região. O assoreamento é o processo que torna a baía cada vez mais rasa pela deposição de sedimentos e resíduos urbanos, afetando a circulação das águas no fundo dela. Sem a troca das águas, começam a aparecer zonas mortas, o que torna a luta pela despoluição da Baía de Guanabara cada vez mais urgente.

Quantas pessoas dependem da baía para sobreviver? Ela explica que, há dez anos, os pescadores ganhavam em média R\$6 mil por mês com as vendas, mas hoje se esforçam muito para ganhar entre R\$ 600 e R\$ 800 por mês, o que vem empobrecendo essa população e tornando-a mais vulnerável socialmente.

Para enfrentar esse cenário, a intenção dela é criar um espaço na sede da associação para o beneficiamento dos pescados, agregando valor aos produtos e vendendo-os como filé, hambúrguer, nugget e croquete de peixe. Lucimar também deseja mobilizar mais pescadoras e mariscadoras para se tornarem protagonistas, buscando emancipá-las, até porque a maioria já é chefe de família.

Da intenção, partiu para a prática ao decidir fazer com algumas pescadoras um curso de construção naval para que pudessem começar a construir seus próprios barcos. Neste momento, estão em busca de parcerias para comprar e construir seus próprios instrumentos de trabalho.

Lucimar entende que, para melhorar o desenvolvimento local, é preciso se envolver com políticas públicas. Assim, articulou-se com a comunidade e lançou uma “Carta Manifesto” entregue à Prefeitura para ser encaminhada à Coordenadoria de Pesca. Como parte da luta, também querem abrir a Casa do Pescador, um local onde se concentrará a oferta de serviços públicos aos pescadores.

A outra ponta da rede que ela constrói está relacionada à cultura, à memória e à possibilidade de geração de renda local com práticas alternativas e complementares à pesca. Lucimar foi descobrindo a rica história de Magé, que inclui populações indígenas, um porto que trazia e levava pessoas escravizadas e as riquezas da colônia, a estrada de ferro, entre outras histórias que ela agora começa a contar por meio de atividades de Turismo de Base Comunitária, unindo a geração de renda para a população local à valorização do território e da ancestralidade. Para isso, ela faz parte do Conselho Municipal de Cultura, onde discute políticas públicas que valorizem a cultura local e garantam que as vozes dos pescadores sejam ouvidas.

Com orgulho, Lucimar conta que se tornou, também, uma Guia de Turismo de Base Comunitária. Uma das atividades que oferece aos turistas é o passeio de caiaque e barco de madeira pelo manguezal, onde explica a importância dos manguezais para o ecossistema e a preservação desse bioma. Como parte do projeto, que se chama “Remando no Manguezal”, são realizados passeios que incluem educação ambiental e histórias que valorizam a cultura indígena e negra, sempre

finalizando com um passeio pelo píer, onde há um busto de Maria Congo. Ela faz questão de ressaltar que pessoas com deficiência não pagam pelo passeio e são sempre muito bem-vindas.

“Eu sinto orgulho de mostrar para as pessoas este lado da Baía de Guanabara que é limpo e cheio de histórias. As pessoas chegam aqui e não acreditam na beleza e na potência desse lugar. Quero que todos venham conhecer e que possamos cuidar melhor dos nossos territórios.”

“ *Eu cuido para manter viva a cultura e a tradição da pesca e para que as mulheres possam ter sua autonomia financeira. Podemos fazer isso cuidando do nosso território, da nossa cultura e do meio ambiente.”*

O Turismo de Base Comunitária é uma prática que defende culturas, modos de vida tradicionais e os territórios”.

É um exemplo de desenvolvimento local com base nos valores dos territórios, visando a autonomia dos moradores. Neste modelo de turismo, as comunidades do entorno são envolvidas no processo criativo de preposição de atividades, na execução e se beneficiam dos resultados das atividades turísticas. Lucimar acredita que valorizar a memória local tem um efeito extremamente positivo na autoestima dos moradores que podem ser tocados e cuidar mais do seu entorno e a se envolverem em questões decisivas para seus municípios.

É uma alternativa de renda para as mulheres, mães, chefes de família, de todas as idades, para se engajarem em atividades de geração de renda em suas localidades. Quem é que não gostaria de trabalhar perto de casa? Sem precisar gastar duas a três horas na sofrência dos deslocamentos entre Baixada Fluminense e Rio, podendo acompanhar de perto o dia a dia de seus filhos. Mais pessoas informadas e orgulhosas de seus territórios, geram espaços mais saudáveis e regenerativos.

Atualmente Lucimar está cursando educação física em um curso de gestão ambiental. Super ativa, ela costuma aproveitar todas as chances para ampliar seus conhecimentos, especialmente porque deseja melhorar cada vez mais seu trabalho na comunidade. Múltipla, ela também é artesã, faz biojóias de escama de peixes e participa de feiras para vender sua arte e divulgar a potencialidade de seu município.

Lucimar faz questão de contar como iniciou seu novo negócio social de biojóias. Foi um dia no shopping center, se apaixonou por um brinco feito de escamas de peixe, mas quando descobriu o preço quase caiu para trás. Saiu reflexiva com o fato de todos os dias jogar escamas dos peixes que pesca no lixo (no orgânico claro!). Compartilhou sua inquietação com sua filha e pensaram juntas em convidar um artesão para dar aulas para mulheres locais, pescadoras ou não, para que pudessem desenvolver uma linha de biojóias. Conseguiu contar com algumas pessoas, mas como moravam longe ficaria muito caro trazê-las para Magé. Sem desistir de sua idéia, com o incentivo de sua filha e com suas habilidades de artesã, resolveu tentar fazer uns brincos. Passou a madrugada trabalhando em seis brincos e "tantantantan": assim nasceu uma nova empreitada! No dia seguinte ela vendeu as seis peças.

“ Eu sinto orgulho de mostrar para as pessoas este lado da Baía de Guanabara que é limpo e cheio de histórias. As pessoas chegam aqui e não acreditam na beleza e na potência desse lugar. Quero que todos venham conhecer e que possamos cuidar melhor dos nossos territórios.”

Biojóias são acessórios de moda sustentável produzidos a partir de insumos orgânicos, retirados da natureza sem ou com o mínimo de impacto. Essas peças são artesanais e criadas a partir de elementos orgânicos retirados da natureza sem qualquer agressão. Lucimar reconhece que vender as seis peças no dia seguinte foi uma pitada de sorte e um "sinal" para continuar, pois ainda não é tão fácil vender peças artesanais e sustentáveis. No entanto, acredite que é um mercado em expansão. E, ela segue inventando.

Como costuma dizer nosso parceiro Charles Siqueira, o cuidador é um conector que promove diálogos. E é exatamente isso que Lucimar faz: ela articula e mobiliza em prol de seu território e da comunidade pesqueira. Ela diz que cuidar é sua vida, que não consegue fazer outra coisa porque cuidar é a energia que tem para continuar.

“O cuidado é contrário ao sistema, é decolonial. Mesmo sendo incentivados a resolverem apenas o ‘seu’, os cuidadores resolvem cuidar do outro ou do meio ambiente.”

Julio Ledo
Especialista em sair para ver

Mãe Flávia



Flávia da Silva Pinto, 49 anos, é a Babá (Mãe de Santo) Mãe Flávia da Casa do Perdão, localizada em Seropédica, no Rio de Janeiro. Nascida em Vila Vintém, em Padre Miguel, formou-se socióloga, é mestranda em Sociologia Política e foi coordenadora de Diversidade Religiosa da Prefeitura do Rio de Janeiro, além de ganhadora do Prêmio Nacional de Direitos Humanos (2011). Mas conseguir estudar e obter tantas conquistas exigiu muita determinação, resiliência e estar sempre atenta para ouvir sua intuição. Filha de um casal apaixonado que, apesar de viver situações violentas, sempre priorizou o amor. Na infância, viu seus pais serem assassinados.

O pai era traficante e foi morto, enquanto a mãe foi vítima de feminicídio, assassinada pelo seu padrasto. Ela, com 10 anos, e o irmão, com três, ficaram três dias com a mãe morta em casa, sem entender o que tinha acontecido.

Sobrevivente de tragédias tão dolorosas, Mãe Flávia acredita que essas experiências de sofrimento a prepararam para entender seu propósito no mundo. Ao contrário de muitas pessoas que enfrentam violência e acabam sucumbindo às drogas, à loucura, ao vício ou à depressão, ela encontrou força em sua ancestralidade africana para seguir em frente. Ancestralidade que ela tem como uma filosofia de vida, que a protege e fortalece.

O desejo imenso de querer conhecer sua história a fez descobrir que é uma mulher yorubá. A descoberta a levou a fazer sua iniciação no território nigeriano e, alguns anos depois, comprovou, pelo DNA, que vem da África. “Quando soube que vim do útero da África, pude entender que eu sou uma africana em diáspora. Então, chegar até aqui significa saber que um ancestral meu foi traficado, e esse lugar da minha ancestralidade é retomado a partir do momento que eu pactuo com essa fé.”

Dois momentos da sua história foram marcantes para Mãe Flávia entender seu papel no mundo. O primeiro, quando, aos cinco anos, discutia questões políticas e sociais com seu avô: **“Eu me lembro nitidamente que ali veio muita informação para mim. Sabe um ditado popular que a gente fala assim: Ah, quando eu me entendi por gente? Então, esse foi o meu entendimento por gente. Ali, eu entendi que estou no planeta Terra, que renasci, que meu nome agora é Flávia e o lugar onde eu estava.”**

O segundo momento aconteceu quando sua mãe foi assassinada: **“Eu olhei para o céu e comecei a conversar com uma estrela. E essa estrela foi me contando tudo o que tinha acontecido. Não precisou ninguém me contar que minha mãe estava morta. Isso me fez entender que não era para eu estancar**

“ Quando soube que vim do útero da África, pude entender que eu sou uma africana em diáspora. Então, chegar até aqui significa saber que um ancestral meu foi traficado, e esse lugar da minha ancestralidade é retomado a partir do momento que eu pactuo com essa fé. **”**

a minha vida com dez anos de idade. Ali, na conversa com aquela estrela, me foi dito quase tudo o que eu estou vivendo até hoje. Claro que não com toda nitidez, mas me permitindo entender que era uma situação que eu estava vivendo para aprender a ter força e superar.”

Mãe Flávia se vê como uma cuidadora. Uma responsabilidade que ela assume com sua ancestralidade e seu destino. Ela tem a missão de transformar vidas de maneira espiritual e material. Diferentemente do papel que o patriarcado impôs às mulheres, ela se orgulha de pertencer a uma tradição religiosa de matriz africana, em que as mulheres têm autoridade e exercem o papel de matriarcas. Cuida de homens e mulheres, pois acredita que cuidar de um homem é também cuidar de uma mulher e é enfática ao falar sobre a importância de cuidar de si, citando as filosofias iorubá e indígena:

“ Quem não está bem consigo mesmo não pode ajudar os outros. Temos que nos cuidar sempre para que corpo, mente e espírito estejam em equilíbrio, pois uma pessoa infeliz ou doente não pode trazer felicidade ou saúde para os outros. **”**

Casa do Perdão foi fundada há 25 anos, e é lá que ela recebe e cuida das pessoas que a procuram. Ali, utiliza seus conhecimentos de medicina ancestral africana com ervas e rituais, porque acredita que, enquanto a sociedade capitalista prega que a cura só é possível com o uso de medicamentos da indústria farmacêutica, ela pode ressignificar a cura com valores ancestrais, recuperando conhecimentos roubados durante 400 anos de escravidão. Ela explica que: “Essa prática de saúde em que acredito implica em muita leitura, em estudo constante, em busca permanente de conhecimento, em prática incansável e em retorno à África, como já tive a oportunidade de ir duas vezes e conhecer três países para realizar minha iniciação e poder resgatar esse conhecimento dos meus ancestrais.”

No terreiro, Mãe Flávia também cuida das mulheres - que chegam, muitas vezes, atravessadas por violência doméstica, dificuldades financeiras ou abortos inseguros - e de homens vítimas de situações familiares desestruturadas.

Dentro do terreiro, elas encontram um novo sentido e uma nova função, seja cuidando de ervas, preparando banhos curativos ou praticando outras ações de cuidado que ajudam as pessoas a se curarem e entenderem uma nova forma de organização social e filosofia de vida:

“*Uma ação importante é as pessoas forrarem a cama em que vão deitar no Amaci - da palavra ‘amaciar’, ‘tornar receptivo’. Trata-se de um ritual composto por uso do sangue vegetal de ervas que refrescam a cabeça, uma espécie de iniciação e fortalecimento que umbandistas, iniciantes ou não, passam nos terreiros de umbanda; no Obi - fruto africano consagrado em oferenda para dar equilíbrio ao Ori (cabeça); e no BORI - ritual das religiões de matrizes africanas no qual é cultuado o Ori de cada pessoa por meio de rezas, cânticos e oferendas para fortalecimento da cabeça; ou numa feitura, em que se oferece uma comida.”*

Além da espiritualidade, Mãe Flávia coordena projetos sociais no terreiro, como corte e costura, reforço escolar e capoeira, quando consegue recursos, e é categórica em seu relato sobre o compromisso de distribuir cestas básicas e de combater a fome, que ela entende como uma forma de violência. Atualmente, está conseguindo atender a 30 famílias, mas há épocas em que só consegue doar para dez. Para ela, o importante é que, em 25 anos, nunca deixou de distribuir alimento. Ela também realiza um trabalho importante em duas unidades prisionais femininas: Talavera Bruce e Santo Expedito. Segundo o Departamento Nacional de Administração Penitenciária, seu terreiro é o único a representar as afroreligiosidades dentro do sistema prisional.

Como sacerdotisa, ela oferece um tipo de cuidado que as detentas não encontram em outras religiões, levando conforto e dignidade, por meio de entrega de itens de higiene pessoal (absorventes, shampoos e roupas) e de conversas para suporte emocional, uma atenção que se estende às mulheres homoafetivas e a homens trans. Nesse trabalho de acolhimento, faz questão de não pregar conversão religiosa, mas diz que muitas mulheres ao deixarem a prisão a procuram, e algumas se tornam filhas de santo.

Mãe Flávia reconhece os limites de tantas frentes e desafios, mas diz que nunca desanima, porque é alegre e otimista, sentimentos que explica como sendo resultado da profunda conexão com a natureza e as suas forças sagradas. Sua crença, que transformou em verdadeira profissão de fé, é que o amor por Deus, pela criação e pelas divindades africanas lhe dá força para enfrentar qualquer dificuldade. Sua fala é um forte apelo para que todos cuidem da natureza, pois ela é parte essencial de nós mesmos, e sua destruição resulta em desequilíbrios e doenças: “*Por isso temos que cuidar e reverenciar a natureza, que está em toda a parte. Temos que buscar nos ensinamentos ancestrais, no cuidado com o mundo e com as pessoas. Não é só uma questão de religiosidade, é uma filosofia de vida”*.

Cuidar, para Mãe Flávia, é um ato de amor. Ela ama tanto que sobra amor para doar. Assim como diz que o amor a cura e a mantém forte diante das adversidades. Sua convicção é de que a humanidade perdeu muito ao tratar a mulher de forma submissa. sempre muito intuitiva, Mãe Flávia lembra que a intuição feminina é uma grande potência que foi reprimida por séculos, e encoraja as mulheres a ouvirem suas ancestrais, a se conectarem com suas raízes e a se expressarem livremente.

Fala de figuras femininas poderosas na cosmologia africana, como: Oíá (em iorubá, Oyá), também chamada lansã, uma divindade do fogo, mas também relacionada ao elemento ar, regendo os raios e as transformações; Oxum, orixá dona dos rios, das cachoeiras, do ouro, das cores douradas e amarelas, da fertilidade e do amor; e Iemanjá, divindade dos mares, a mãe dos orixás. Mãe Flávia explica que o culto a Iemanjá é oriundo dos iorubás, que a relacionavam com os rios, a fertilidade e a maternidade. E que vê em Oíá a inspiração para renovação e esperança, desejando que todas as mulheres despertem seu poder interior e façam a diferença para as próximas gerações.

O racismo religioso, a intolerância com as religiões de matrizes africanas junto a temas como matriarcado, práticas ritualísticas e ancestralidade, entre outros, estão presentes também nas atividades que Mãe Flávia realiza como escritora (“Umbanda Preta: raízes africanas e indígenas” e “Salve o Matriarcado: manual da mulher búfala”); em seu podcast “Mãe Flávia Pod” e em seus muitos estudos.

Para o futuro, Mãe Flávia deseja que todas as pessoas tenham o suficiente para comer, que saúde não dependa apenas de medicamentos comprados, e que haja mais respeito pelas religiões tradicionais e pelos povos indígenas.

“Quando as pessoas entendem que a gente está lutando por justiça social, por equiparação e por equidade, não tem motivo para não ser feminista.”

Djamila Ribeiro
Filósofa, feminista negra
e escritora brasileira



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Mãe Itamara



Assistente social, mestre pela UFRJ e pesquisadora do Laboratório de Memórias, Territórios e Ocupações (LABMENS), Mãe Itamara é neta de uma rezadeira famosa em Nova Iguaçu, de quem herdou o legado da sabedoria de rezadeira e um terreiro de candomblé para cuidar como Mãe de Santo. Nascida em uma família matriarcal sempre muito unida, especialmente para enfrentar os episódios de violência contra os terreiros da Baixada Fluminense, ela conta que o terreiro herdado da avó, chamado Angola Casa do Bengue Ngola Djanga Ria Mutakalambo, já tem mais de 30 anos e é lá que ela reza qualquer pessoa que chegue pedindo para ser cuidado e abraçado.

Itamara de Oliveira dos Santos tem 43 anos e foi iniciada no candomblé quando tinha apenas 13 e diz que se sente muito orgulhosa de ter herdado da avó um legado de cuidado e que, no terreiro, as portas estão sempre abertas para quem quiser entrar com respeito. Com quatro irmãos, ela diz que sempre foi muito mimada por sua avó e por sua mãe, e que os avós ajudaram seus pais a criarem todos os netos.

Casada e com três filhos, Mãe Itamara conta que aprendeu a rezar e benzer com sua avó Mãe Silvia Costa de Oliveira, que tinha rezas para muitas queixas e foi passando adiante seu saber ancestral. Além de rezar, a avó também era uma grande erveira, que sabia reconhecer muitas ervas e com elas preparava garrafadas, infusões e banhos.

Como Mãe de Santo, Mãe Itamara explica que analisa o que a pessoa está precisando quando a procura para rezas, bênçãos, banhos, tudo preparado com muito carinho para cuidar das pessoas que estão magoadas, sofridas e, muitas vezes, cheias de rancor. A seu ver, o mais importante é estabelecer uma relação de confiança com quem chega precisando de cuidado. Geralmente, ela prepara banhos do sol, banhos para a lua e banhos de ervas e, junto com seus Filhos de Santo, dá banhos e reza por três dias seguidos.

“O terreiro é um local de produção de cuidado o tempo todo. As pessoas vêm ao terreiro, não apenas aqueles que querem ser iniciados no candomblé. As pessoas vêm para desabafar, para conversar, para pedir um abraço. Eu estou aqui como um lugar de Mãe. E não é em qualquer lugar que a gente pode ir com confiança, sabendo que não será julgado.”

Mãe Itamara diz que recebe muitas mulheres que querem apenas um abraço, um acolhimento e serem ouvidas. Em média, ela atende por mês a cerca de 50-60 pessoas, mas, durante a Pandemia da COVID-19, recebeu uma quantidade enorme de demanda, porque as pessoas foram obrigadas a ficar em casa e a conviver, aumentando muito a violência doméstica na região (e em todo o Brasil, como mostram dados de pesquisas na área).

“Ao longo dos séculos, o investimento violento no extermínio da população preta e suas práticas culturais e religiosas, vem mantendo as vidas pretas em contínua ameaça e medo; porém, as práticas de existência e resistência inteligente, apoiadas na sabedoria ancestral, também atravessam os séculos, e se perpetuam nos dias de hoje, chamando à ampla reflexão sobre o lugar da produção e manutenção da vida.”

No terreiro, o cuidado passa pelo fazer em coletivo, sendo os recursos para manutenção do espaço frutos de colaboração, em que cada um ajuda como pode. Mãe Itamara faz questão de ressaltar que seus Filhos de Santo se juntam e fazem tudo em conjunto, um dando suporte para o outro, e que tem sempre gente disponível para cuidar do terreiro. Para ela, o cuidado também tem que ultrapassar os muros do terreiro e, por isso fazem doação de alimentos e refeições para os moradores de rua do entorno e para quem mais precisar.

No Laboratório de Memórias, Territórios e Ocupações (LABMENS), Mãe Itamara pesquisa sobre a violência e a depredação de terreiros em Nova Iguaçu e Duque de Caxias. Ela conta que sua mãe sempre foi a maior incentivadora para que ela voltasse a estudar, mesmo depois de ter filhos, e se dedicasse às pesquisas. Pelas mãos do professor Geraldo Bastos, também um dos nossos cuidadores, ela conta que juntou coragem e disposição para abraçar mais uns anos de estudo, fazendo Mestrado em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social no Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Sua dissertação ganhou o título “Papo De Terreiro: Resistência à Intolerância Religiosa e Racismo pelas Casas De Candomblé em Nova Iguaçu, Região da Baixada Fluminense, RJ (2022)”.

As estratégias de resistência são adotadas individual e comunitariamente, abrangendo lutas no campo da política e denúncias, mas também a manutenção silenciosa dos cultos e, até mesmo, a suspensão de atividades públicas, com persistência de práticas individuais de devoção e fé.

A pesquisa - realizada com base em narrativas dos povos de terreiros no município de Nova Iguaçu - teve por objetivo identificar e analisar as experiências de intolerância e racismo religioso, bem como as estratégias de resistência de sacerdotes que atuam em áreas dominadas por forças paramilitares e extremistas neopentecostais. Como sacerdote no mesmo campo religioso e no mesmo recorte geopolítico da Baixada Fluminense, a partir do seu espaço de fala, Mãe Itamara buscou refletir e identificar como o povo de terreiro vem resistindo à constante violação do direito de liberdade de culto na atualidade.

“As estratégias de resistência são adotadas individual e comunitariamente, abrangendo lutas no campo da política e denúncias, mas também a manutenção silenciosa dos cultos e, até mesmo, a suspensão de atividades públicas, com persistência de práticas individuais de devoção e fé. Ao longo dos séculos, o investimento violento no extermínio da população preta e de suas práticas culturais e religiosas vem mantendo as vidas pretas em contínua ameaça e medo; porém, as práticas de existência e resistência inteligente, apoiadas na sabedoria ancestral, também atravessam os séculos, e se perpetuam nos dias de hoje, chamando à ampla reflexão sobre o lugar da produção e manutenção da vida.”

Infelizmente, Mãe Itamara diz que as cenas de racismo religioso são recorrentes e quase diárias. Ela contou na nossa entrevista e na dissertação que estava no portão do terreiro se despedindo de uma pessoa quando duas crianças, uma menina e um menino, começaram uma discussão, porque não poderiam passar pela calçada da “macumba”. Ela conta que ficou observando um puxando o outro para lá e para cá até que o menino disse: “Não vamos passar na calçada da macumba, porque minha mãe não deixa!”. No momento em que viu a cena, ela disse que riu, mas que, logo depois, bateu uma tristeza ao refletir sobre a cena porque o racismo vem de casa, é ensinado e, no caso das duas crianças, estava sendo perpetuado por uma mãe que podia estar educando para a liberdade e a diversidade.

Visivelmente triste, ela conta que, durante a pesquisa da dissertação, visitou muitos terreiros em Nova Iguaçu e Duque de Caxias, participou de audiências públicas para tratar da violência contra as religiões de matriz africana e, muitas vezes, presenciou os muros dos terreiros amanhecendo depredados, pichados com frases do tipo “Jesus mora aqui agora, o demônio não mora aqui mais!” A frase faz referência aos praticantes de religiões de matriz africanas, que seriam os demônios.

Muitos terreiros tradicionais da Baixada Fluminense, mesmo com as matriarcas bem idosas, não foram poupados da violência dos extremistas religiosos e criminosos. Assim como muitos líderes religiosos, ao se sentirem acuados, foram embora da região com medo. A vivência desses episódios de intolerância dificulta muito qualquer reconstrução não só pela questão financeira decorrente de falta de recursos, mas também porque as vítimas não têm força emocional para recomeçar e enfrentar as ameaças constantes. É preciso ter muita saúde mental para passar por isso tudo e não enlouquecer. **Resistir e Re-existir.**

Tão grave quanto as agressões é o fato de as vítimas de intolerância religiosa não poderem chamar a polícia quando sofrem violência. Mãe Itamara explica que isso acontece porque, em certos bairros e regiões do Rio Janeiro, sobretudo na Baixada Fluminense, os moradores não podem pedir que a polícia entre e investigue, sob o risco de sofrerem retaliação das milícias ou de traficantes.

No seu caso, Mãe Itamara diz que, mesmo com risco de sofrer violência, ela não desiste de denunciar. E, com altivez, afirma:

“Alguém precisa relatar o que está acontecendo ou nunca haverá mudança. Não podemos nos calar. Cuido para que todos possam gozar do direito de exercer a sua religiosidade, seja ela qual for.”

Como assistente social, Mãe Itamara atende a crianças e adolescentes em um shopping na Zona Oeste do Rio de Janeiro. Ela conta que muitas faltam às aulas, prostituem-se, furtam, e que, infelizmente, há uma grande incidência de casos de abuso sexual e automutilação que, muitas vezes, ocorrem dentro do shopping. E foi por conta disso que a Administração do shopping achou fundamental abrir essa frente de atendimento. Ela também trabalha em um projeto público, em que atua como mediadora entre a Polícia Militar e a comunidade.

“Minha forma de cuidar está associada à escuta ativa. As pessoas precisam ser ouvidas, acima de tudo. Tem gente que não tem para quem contar, não tem ninguém que possa sentar junto e ouvir. Por isso, o cuidado é importante como um processo de cura. Quando se criam laços de confiança, as pessoas começam a sentir-se mais fortes e mais potentes para enfrentar seus desafios, e a cura vai acontecendo.”

Além de ser cuidadora, ela diz que se sente muito cuidada por ter uma família que é muito unida, que se apoia e acolhe. A partir da experiência que vive em casa, Mãe Itamara deixa como recomendação que é preciso termos mais carinho um pelo outro. É preciso olhar um para o outro com respeito, ter diálogo e escuta.

De forma muito clara e firme, ela diz que nunca pensou em desistir, mesmo diante de muitas dificuldades e violência. Também diz que o que tenta fazer é se afastar quando está se sentindo cansada, abatida.

Para além de ser uma mãe de Santo, rezadeira, benzedeira e assistente social que tem o cuidado na essência, Mãe Itamara é uma voz para que outras vozes possam continuar suas jornadas de cuidado.

“A família é o meu local de reequilíbrio. Eu me afasto das minhas atividades e fico com a família. Eu me cuido quando estou em família.”

“Cuidar é presença. Revolucionário porque leva tempo, exige presença. Cuidado com memória, com quem veio antes. O mundo não começou a partir do Facebook. O cuidado nos obriga a puxar o freio, a parar, a olhar para o outro. Cuidar é mexer na máquina do tempo.”

Heraldo HB
Animador cultural e cineasta

Marcos E Raquel

Quem ousa se importar com os moradores da comunidade do Fim do Mundo? Marcos, Raquel e seus dois filhos, uma família que não se conforma com a situação de total abandono, de violência e de injustiça social que ocorrem na Comunidade do Fim do Mundo. Voluntários, articuladores de atividades e doações para os moradores do Fim do Mundo, todos os membros dessa família lutam pela segurança alimentar das famílias que ali vivem, e para que tenham oportunidades de construção de uma vida melhor.



Marcos Antônio Francisco Mariano, tem 54 anos, é assistente social, auxiliar de enfermagem, artista plástico e apaixonado por cultura. Quando não tinha nem um ano, ele foi abandonado junto com um irmãozinho de um ano e meio, levado para adoção. Marcos foi criado em colégio interno: FEEM e nunca mais viu o irmão. Aos 17 anos, reencontrou a mãe e foi morar um tempo com ela, mas “não deu muito certo”. A vida foi passando e uma das coisas que ele mais queria era formar uma família. Decidiu, alguns anos depois, morar no Morro da Lagartixa, em Costa Barros, quando tudo mudou, ao conhecer uma menina chamada Raquel. Já com 23 anos, resolveu voltar a cursar o 2º Grau e, logo, em seguida, fez um curso de auxiliar de enfermagem para poder começar a trabalhar e pagar a Faculdade de Assistência Social.

Raquel Mariano, de 43 anos, nasceu e foi criada no Morro da Lagartixa com mais quatro irmãos. O pai, feirante, fazia alguns outros trabalhos para complementar a renda já que a mãe, portadora de epilepsia, era uma mulher frágil que, com o passar do tempo, foi tendo sua mobilidade cada vez mais comprometida. Ambos, analfabetos funcionais, tiveram poucas oportunidades de estudo, mas sempre fizeram de tudo para não deixar os cinco filhos passarem fome. Para cuidar da mãe, Raquel e seus irmãos tiveram que se revezar e, por isso, nem sempre era possível darem continuidade aos estudos.

“Entrei na escola atrasada, mas isso não foi impeditivo para que me formasse. Fiz o ensino médio completo, vários cursos e ainda pretendo fazer a minha faculdade.” conta Raquel.

Aos 12 anos, Raquel conheceu Marcos por meio do seu irmão mais velho quando ele tinha acabado de se mudar para o Morro da Lagartixa. Com carinho, Raquel se lembra de que, ao ver que a família dela era mais simples, Marcos usou o dinheiro que recebeu de uma indenização trabalhista para fazer compras extras e entregar na sua casa.

Assim, entre brincadeiras de criança, paqueras, balas de banana e balas Juquinha, os dois se apaixonaram e nunca mais se largaram. Juntos há 32 anos, eles se casaram muito cedo e, aos 16 anos, Raquel engravidou e perdeu o primeiro bebê. Pouco tempo depois, voltou a ficar grávida e nasceu o Vinícius para a alegria do casal.

Ela também conta que passou por muitas situações difíceis na infância, além da doença da mãe: correr com lata d'água na cabeça, correr de tiro, correr para não ser atropelada pelo trem, correr para não ver ou ser um defunto. Correr, correr, correr. Para sobreviver, portanto, precisou ter muita resiliência.

Quatro anos depois, nasceu Augusto para completar o quarteto. Marcos, que concluiu o curso de enfermagem após o nascimento de Vinícius, logo conseguiu emprego e a vida começou a melhorar. Durante anos, Marcos atuou como acompanhante de idosos, enquanto Raquel optou por largar o trabalho fixo para acompanhar bem de perto o crescimento de seus filhos, pois tinha muito medo de eles se envolverem com drogas. Dedicava seu tempo a cuidar da casa e da sua família, trabalhando como autônoma com a venda de produtos de moda íntima e de beleza. Em um curso para mães na creche dos filhos, Raquel aprendeu a fazer artesanato, o que repercutiu na sua história de vida alguns anos depois.

Com a ajuda de Marcos e dos meninos, ela conseguiu cuidar da mãe até que ela falecesse. Emocionada, fala que seu marido tinha uma relação linda com seus pais e que os tratava como se fossem seus. O pai de Raquel ainda está vivo e reconstruiu a vida ao lado de uma nova companheira.

Com a voz embargada, Raquel conta que tentava ocupar ao máximo a vida dos meninos para que eles tivessem atividades extracurriculares, como esporte, cursos de idioma e música, e não corressem o risco de se voltarem para atividades ilícitas.

Raquel é uma mãe preta, de luta. Uma

“*Eu não queria que eles passassem pelo que eu passei, que não pudessem ir a algum lugar por causa da violência, que quisessem tomar um iogurte e eu não tivesse para dar. Meu pai, às vezes, tinha que cozinhar no fogão à lenha, porque o gás era muito caro. Mas ele fazia de tudo para que não passássemos fome. Eu e Marcos corremos muito para poder proporcionar boas oportunidades para nossos filhos.”*

mãe orgulhosa de seus filhotes. O mais velho, Vinícius, de 28 anos, é músico, toca saxofone e é designer gráfico. O mais novo, Augusto, fez carreira militar e está estudando para fazer concursos. Ambos estão bem encaminhados, fazendo valer todo o esforço dos pais. “Hoje meus meninos nos recompensam trabalhando, estudando, não fumando e não usando drogas. Ambos participam das atividades voluntárias no Fim do Mundo e adoram ajudar ao próximo.”, conta Raquel, orgulhosa.

Marcos, que acabou-se tornando artista plástico e artesão, atuou como assistente de um artista plástico muito bem-sucedido, e já desenvolveu e executou inúmeros cenários para novelas, filmes, teatros. Com orgulho, fala de alguns projetos realizados no PROJAC. Sua proximidade com a cultura, elaborando os cenários e decorando eventos o levou a desenvolver outras habilidades, chegando a trabalhar como coordenador cultural em Nova Iguaçu. Raquel participa de muitos projetos com suas habilidades de artesã. Quando sua mãe faleceu, ela conseguiu parar um pouco para cuidar de si e retomar sua vida profissional.

Há mais de dez anos, Marcos e Raquel iniciaram juntos um trabalho voluntário e “missionário”, como Raquel gosta de dizer, na comunidade do Fim do Mundo, que fica na encruzilhada de três outras comunidades. Marcos pede para desenhar um triângulo e, a partir do desenho, vai direcionando: na ponta de cima, está a comunidade da Quitanda; do lado direito, está a do Chapadão; do esquerdo, o Morro da Lagartixa; e, entre elas: o Fim do Mundo.

No meio, imprensada entre facções de traficantes de drogas diferentes, o descaso do poder público e o “não quero saber” da sociedade, está a comunidade do Fim do Mundo. Marcos explica que é muito difícil chegar à comunidade por conta do acesso e da violência. Ele e Raquel não sabem precisar quantas pessoas moram lá. Há cerca de oito anos, quando fizeram uma pesquisa, contaram cerca de 650 famílias, com 550 crianças. Hoje, acreditam que deve ter cerca de mil famílias com 800 crianças.

Na comunidade do Fim do Mundo, não há liderança política, ONGs atuando, projetos sociais e muito menos qualquer órgão do poder público. Assim como não há políticas públicas. A comunidade não tem casa de alvenaria, água encanada, saneamento básico, segurança, comida, sendo praticamente 90% das casas construídas com restos de materiais de obra.

Marcos diz: **“Eu gostaria de implantar um ponto de cultura na comunidade para que as crianças pudessem ter lazer, ter cinema, teatro, música, enfim, ter um respiro. Porque é muita, muita, muita pobreza.”**.

Ele nos explica que há crianças que nunca pegaram num livro e que estão entrando para a escola já com 12 anos, o que o deixa indignado. Depois de dizer que não pode achar essa situação normal, ele fala com tristeza do profundo nível de pobreza e insegurança alimentar na comunidade. A partir dessa dor, a família começou a promover tardes recreativas com as crianças; dar aulas de reforço escolar, que acabou virando alfabetização, música e esporte; levar crianças para eventos e instituições de cultura; arrecadar e distribuir doações; desenvolver programa de apadrinhamento de crianças no Natal; e distribuir sopão a cada 15 dias. Eles também conseguiram gerar trabalhos remunerados para as mulheres na comunidade, envolvendo algumas na elaboração de parte dos cenários que constroem.

Com brilho nos olhos, Marcos conta que já conseguiu levar as crianças do Fim do Mundo para assistir a uma peça de teatro no Leblon. Diz que não há palavras para descrever a experiência vivida por elas. Emocionado, diz ter sido incrível ver as crianças nos espaços de cultura.

“*A cultura transforma vidas. Te abre para um outro mundo de possibilidade. A cultura transformou a minha vida.*”

Como em centenas de outras comunidades castigadas por carência de tudo, há um grande consumo de drogas no Fim do Mundo. Marco acredita que isso ocorre, porque as pessoas precisam se entorpecer para fugir da realidade, das frustrações e da tristeza de ver tudo tão difícil ao redor.

Mas, embora a sensação seja de que não há outra possibilidade nem qualquer perspectiva de encontrar um caminho, Marcos e Raquel discordam e se empenham de corpo e alma para construir caminhos. E essa dedicação de cuidar tem uma razão que passa pela própria experiência de Marcos que, quando jovem, envolveu-se com drogas, ficou muito mal, mas foi cuidado por um senhor e se curou.

“Gosto de cuidar, porque fui cuidado quando precisei. Gosto de ver o sorriso no rosto das pessoas. Eu me sinto realizado demais quando posso cuidar de alguém. É um momento de verdadeira satisfação pessoal. Vou buscando impactar vidas e essas vidas podem impactar outras.”

Marcos diz ter consciência de que seu poder de apoio é limitado, tanto por recursos quanto por falta de tempo, mas que sempre sonha com a possibilidade de uma organização social entrar na comunidade do Fim do Mundo e transformá-la, de dentro para fora. Nessa luta constante, na maioria das vezes, contra moinhos de vento, ele conta que, por três vezes, construíram com muito sacrifício um espaço para as crianças terem acesso a livros, brinquedos, instrumentos musicais, além de uma cozinha montada para fazer comida para a população. Infelizmente, segundo ele, por três vezes, o espaço foi destruído por “forças superiores”. Resilientes, nem assim eles desistem de seguir, porque acreditam na igualdade de acesso a direitos e que a cultura do cuidado é transformadora.

O episódio do constrói - destrói:

Espaço 1

Tinham registrada uma organização social com o nome Grupo Gênesis. Conseguiram um espaço perto de uma amendoeira. Uma casinha de madeira onde guardavam livros, brinquedos e instrumentos musicais. Depois de um tempo, “pediram” para que fossem para outro lugar.

Espaço 2

Construíram uma casinha de madeira no meio da comunidade. Fizeram esforço para conseguir novas doações e montar um local aconchegante para as famílias. Depois de um tempo, “negociaram” um outro lugar.

Espaço 3

Era um barracão que foi transformado com muito carinho e esforço. Tinha biblioteca e espaço para fazer trabalhos artesanais gerados a partir das atividades profissionais de Marcos para produzir cenários, com geração de renda para um grupo de mulheres, instrumentos musicais e brinquedos. O espaço, muito simples, incluía até uma cozinha completa para fazer comida para a comunidade, preparada por ele mesmo. Depois de um tempo, tudo foi “tomado”. A pessoa que protegia o trabalho que eles realizavam foi assassinado. Depois veio outro, que foi também “sumido”, mais um, mais outro. Até que a última pessoa que assumiu o “pedaço” resolveu destruir parte do espaço, há quatro anos. O que sobrou, foi doado para famílias da comunidade. Dessa vez, a família ficou por demais decepcionada, Raquel ficou deprimida, entristecida e conta que foi muito difícil se levantar. O sentimento dela foi de uma certa ingratidão, por acreditar que os moradores deveriam ter lutado para defender o espaço e segurar tudo nos braços. Marcos diz que quando conversam em família sobre essa dor, todos dizem que, de fato, gostariam que os moradores tivessem defendido com força a preservação do espaço, mas que entendem que essas pessoas não têm voz, não têm força e que precisam ser cuidadas.

Mesmo sendo uma decisão muito difícil, a família desistiu de ter um novo espaço, mas não parou o trabalho. Resilientes, seguem articulando atividades de música, explicadora para aulas de reforço, fazendo doações de cestas, e promovendo interações com a comunidade em datas festivas, como Dia das Mães, Dia dos Pais, Campanha do Frio e Natal. Sem poderem mais dispor da mini-cozinha, hoje já não conseguem mais manter a assiduidade de fazer as sopas, pois fazê-la em casa e levar pronta de carro não é uma tarefa muito fácil, especialmente por exigir muitas negociações e cuidado.

Por outro lado, ambos afirmam que nem tudo é escuridão, e que há um lado luminoso também, como o que ocorreu quando um rapaz todo arrumado e com enorme sorriso no rosto abordou Marcos, chamando-o de professor para contar que tinha conseguido terminar os estudos por incentivo dele e que agora estava trabalhando em um banco. O rapaz agradeceu a Marcos por eles terem se importado com ele e por tudo o que fizeram, não somente para ele, mas por toda a comunidade.

Raquel comenta que percebe mudanças na vida de várias pessoas que conseguiram aproveitar as oportunidades oferecidas, usando as brechas de cuidado que a vida dava para criarem resiliência. Assim, o casal sempre recebe boas notícias: um que está fazendo curso de enfermagem, outro que está trabalhando em mercado, outro que está conseguindo seguir com os estudos.

Determinados, ambos dizem que, enquanto houver amor, nunca vão desistir de cuidar, seja de uma pessoa ou de um grupo maior, porque ninguém é nada sozinho e todos estão nessa vida de passagem. A crença de ambos é que cada pessoa deve deixar uma referência para alguém e ser perseverante, não desistindo diante dos tropeços, porque eles fazem parte da vida.

Ah, vamos compartilhar aqui um segredo de Raquel: *ela acredita que é possível tornar viável uma nova ideia para criar uma nova sede no Fim do Mundo. Só que ainda não contou para Marcos, porque sabe que, ao contar, decidido como é, vai querer colocar a “mão na massa” no dia seguinte. Então, pelo visto, novos capítulos virão...*

“Muita gente pequena, em lugares pequenos, fazendo coisas pequenas, podem mudar o mundo.”

Eduardo Galeano
Jornalista e escritor uruguaio

Maria Chocolate



"A menina do vestido amarelo" foi o primeiro livro escrito por Maria Chocolate. Um livro que narra sua infância e o poder de meninas e mulheres pretas ou, como está na sinopse, um livro que transforma dor em resistência. Um retrato verdadeiro do percurso de Maria do Carmo da Silva Miranda.

Maria, que nasceu em Bom Jesus do Galho - MG, ainda era bem pequena quando sua família se mudou para Saracuruna, Duque de Caxias - RJ, e passou a morar em várias casas de parentes até que, finalmente, conseguiu construir uma casa de estuque neste mesmo bairro, onde continua morando até hoje.

A família conta que, naquela época, Maria tinha 4 anos, mas ela não tem certeza da data exata de seu nascimento, informação que continua buscando até hoje. Filha mais velha de nove irmãos, desde muito cedo, Maria precisou cuidar das tarefas de casa. Mas nem por isso tornou-se uma pessoa amarga ou triste. Ela conta, sempre com alegria, da admiração que sente das habilidades da mãe, “excelente lavadeira, cozinheira e passadeira”, nas suas palavras: da saudade dos quintais onde a família criava animais e cultivava uma horta, e de sua avó, que confeccionava seus vestidos para, juntas, frequentarem a missa e a catequese na igreja Nossa Senhora do Rosário. Foi nessa época que ela ganhou das catequistas o apelido afetivo de Maria Chocolate para diferenciar as muitas Marias e Mários que haviam no grupo, embora chocolate fosse algo que Maria nem sequer conhecia o sabor.

Como mulher preta e periférica, sua vida foi marcada por preconceitos, pobreza e escassez. Uma espécie de sentença da qual procurou escapar com o apoio dos livros e das pessoas que a acolheram e a fizeram tornar-se uma mulher forte e empoderada, que aprendeu a lutar por respeito, igualdade e inclusão.

“*Eu me lembro de que a leitura me transformava. Parecia que eu virava o Cabo de Vassoura, viajava nos caminhões, nos trens, na carroça, nas costas das pessoas...*”

Sua educação começou em uma escola improvisada no quintal da Dona Nilva e ela só conseguiu ingressar na escola formal com idade mais avançada, e foi naquele quintal que começou sua paixão pelos livros, eternos companheiros que marcaram diferentes fases de sua trajetória, transportando-a para outros mundos, sendo seu refúgio e estimulando sua imaginação para vislumbrar outra vida. Ali, um dos primeiros livros que pôde ler a marcou para sempre: Memórias de um Cabo de Vassoura, de Orígenes Lessa.

Com 13 anos, Maria começou a dar aulas como educadora popular no programa de alfabetização para adultos (MOBRAL), mas não gos-

tava do jeito que era ensinado e sonhava em mudar o jeito de educar. “**Eu queria mudar, queria ser uma professora diferente!**”, conta.

Determinada, conversou com pessoas da igreja, conseguindo permissão para usar um espaço para ensinar, onde montou uma turma com 60 alunos, formada basicamente por avós e mães, permitindo que elas levassem filhos e netos para as aulas, já que não tinham com quem deixá-los.

Dessa forma acolhedora, Maria começou seu trabalho em movimentos sociais, com mulheres e os sem-terra, entre outros que passou a conhecer por meio das reuniões na igreja. E, enquanto estudava à noite, seguia trabalhando como babá e empregada doméstica até formar-se professora. Com o passar dos anos, ela começou a frequentar espaços onde se discutia cultura e assistência a populações vulneráveis, como o Programa Ação da Cidadania, participando da campanha de doação e distribuição de alimentos em sua comunidade.

Em 2006, trabalhando em um Centro Integrado de Educação Pública (CIEP) e com forte atuação em movimentos sociais e culturais em sua região, Maria começou a apresentar sinais de cansaço e mal-estar, que abalaram a sua saúde, necessitando de repouso. Com a constatação de que precisava diminuir o ritmo e lutar contra as limitações físicas e emocionais, Maria entrou em depressão, o que a obrigou a se afastar de suas atividades comunitárias. Um período que a faz lembrar, com muita emoção, do quanto seu marido, Celso, e seu filho, Walber, foram fundamentais para sua recuperação. Deles, recebeu muito cuidado e incentivo em seu processo de se recuperar e se fortalecer novamente.

“*As avós tinham netos para cuidar e as mães, os filhos, o que ninguém aceitava. Aí eu olhei a roda, olhei pra cada uma delas e falei que não tinha problema algum, que podiam trazer as crianças, porque a gente vai estudar e, na sexta-feira, faz um café coletivo.*”

Nesse período, algumas jovens - Priscila, Rafaela, Rosana, Lady e Ketteley - começaram a visitá-la regularmente. Inicialmente, assistiam à televisão juntas, vendo “Sessão da Tarde”, mas, aos poucos, elas começaram a trazer livros. Esses momentos de leitura e conversas foram revitalizando Maria que, gradualmente, começou a se levantar, realizar pequenas tarefas domésticas e a interagir mais ativamente. Com o tempo, foi se sentindo motivada a fazer algo mais. Chamou as crianças da vizinhança e começou a decorar as paredes e a transformar o espaço em um local de convivência e, principalmente, de leitura. Ali, as crianças ajudavam na organização e vivenciavam as atividades que planejavam em conjunto. As mães e outras mulheres do bairro também foram convidadas a participar das rodas de leitura.

Com a ajuda de doações, como a de uma estante, de tapete e livros trazidos pela amiga Shirley, e da lona de carreteiro do seu cunhado, que seu marido usou em um evento da comunidade, Maria conseguiu criar um espaço dedicado à leitura e às atividades sociais e culturais. O local que se tornou um ponto de encontro e de transformação para muitas crianças e jovens da comunidade, teve vários nomes, como Varanda Literária, Tapete Literário e Lona Literária.

Um grande impulso para essa iniciativa foi sua entrada no programa Prazer de Ler do Instituto C&A, que a levou a participar, mais tarde, da criação do que seria a Rede de Bibliotecas Comunitárias de Duque de Caxias - Tecendo uma Rede de Leitura, da Rede Nacional de Bibliotecas Comunitárias e, mais recentemente, do bloco comunitário de carnaval Embalo de Saracuruna (BRADUC). Todos são projetos que Maria relata com muito orgulho, pois a levaram, e ainda levam, a muitos outros lugares, eventos e encontros, como o que aconteceu em Belo Horizonte, em sua primeira viagem de avião, quando foi reconhecida e abraçada por Frei Betto em um seminário, com direito a ser citada por ele em público - uma lembrança que a deixa muito emocionada e agradecida. Ou quando, no período da COVID, foi convidada a fazer parte do quadro “Quando você menos espera”, do programa de televisão Caldeirão do Huck, em que ganhou recursos para a reforma da biblioteca, além de muitos livros e produtos para distribuir para a sua comunidade. Quanto às suas “viagens,” ela fala com muito entusiasmo:

“*Eu tenho a melhor faculdade do mundo, que é essa montoeira de livros que vocês estão vendo, e que, além de me fazerem viajar dentro das histórias que cada livro conta, me fizeram realmente viajar, não só para conhecer alguns lugares do Brasil, como Porto Alegre, Pará, Amazônia, Salvador, Fortaleza e Recife, mas também Bogotá, na Colômbia.*”

Ao longo dos anos, Maria tem participado ativamente de diversas iniciativas de promoção e incentivo à leitura e à cultura na Secretaria de Cultura e Economia Criativa do Rio de Janeiro, ocupando a cadeira do Livro e Literatura, e no Conselho Municipal de Cultura de Duque de Caxias, na cadeira de Literatura, Biblioteca e Salas de Leitura, além do Conselho Municipal de Defesa dos Direitos do Negro e Promoções da Igualdade Racial e Étnica. Importante destacar também sua participação nas discussões de planos municipais, estaduais e do plano nacional de leitura.

Tanto engajamento levou à criação do Centro Cultural Comunitário Chocobim (junção do seu apelido com o do filho) - um espaço de convivência onde Maria desenvolve atividades culturais e de apoio alimentar que atende a diversas famílias, muitas em situação de vulnerabilidade social, e crianças com deficiências - e da Biblioteca Comunitária Mulheres Amorasas Necessitadas de Navegar em Sonhos (MANNNS), acrônimo formado pelas iniciais dos nomes das mulheres que inspiraram, fortaleceram, incentivaram e apoiaram Maria Chocolate em sua jornada, como ela faz questão de contar e valorizar: “Maria do Urias, multiplicadora que dividia o que tinha com quem precisava; Apolônia, parteira amorosa, cujo amor que trazia no peito nos contagiava; Nelcina, minha mãe, que tinha muitas necessidades de amor e de carinho; Nilvalda, que contava histórias, e declamava versos e poesias que nos levavam às nuvens; e Selma, que com suas leituras, nos fazia sonhar e viajar.”

Hoje, Maria sonha em retornar à faculdade de Serviço Social, que precisou parar no terceiro período, dar continuidade aos seus projetos, os livros que pretende escrever e as rodas de conversa que têm organizado: “Eu acredito nos meus sonhos” com os jovens falando de seus sonhos, suas aspirações; e “Hoje é dia de Maria”, nome inspirado nas crianças que, toda vez que passam em frente à biblioteca, perguntam: “Hoje é dia de Maria?”. Ali, ela recebe mulheres e mães para compartilharem seus desafios, enfatizando o quanto é importante ouvir essas vozes e proporcionar um espaço onde todos se sintam valorizados. Nesse sentido, acredita que as bibliotecas comunitárias têm contribuído para a expansão da leitura e o acesso aos livros que representem a diversidade e reflitam, sem preconceito, sobre ela em suas mais variadas dimensões e temas: religiosos, culturais, sociais e de gênero, sendo, inclusive, parceiras das bibliotecas escolares.

E, por falar em preconceito, Maria compartilha uma história pessoal de quando era jovem e foi criticada por usar um vestido amarelo que, segundo as pessoas, não combinava com sua pele. Essa experiência a marcou profundamente, pelo preconceito e desrespeito que ela expressa em seu primeiro livro: “A menina do vestido amarelo”, uma manifestação e mensagem sobre aceitação e resistência. Entre as muitas pessoas que a inspiram, lembra-se logo de Conceição Evaristo, em sua fala: “Combinaram de nos matar. Mas nós combinamos de não morrer”, que reflete o sentimento de luta contra o racismo que devemos combater em nosso cotidiano, nos diferentes âmbitos da vida: social, política, educacional, cultural.

De forma simples e natural, compara a palavra “cuidado” à palavra “amor”, valores muito fortes e essenciais ao longo de toda sua vida. O cuidado para Maria significa tratar o outro como se estivesse cuidando de si mesma, de sua própria felicidade, pois a tristeza ou a alegria do outro a afetam diretamente. Esse ato de cuidar não é apenas físico, mas também emocional. É sobre estar presente, sentir empatia e se importar, genuinamente, com o outro.

“*O cuidado para Maria significa tratar o outro como se estivesse cuidando de si mesma, de sua própria felicidade, pois a tristeza ou a alegria do outro a afetam diretamente.*”

“*Eles combinaram de nos matar, mas nós combinamos de não morrer.*”

Conceição Evaristo
Linguista e escritora
afro-brasileira



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

Maria Helena



Maria Helena é enfermeira e, há 43 anos, atua no Sistema Único de Saúde (SUS), coordenando a Unidade de Saúde da Rocinha. É preciso ter fôlego para acompanhar a quantidade de articulações que ela faz entre saúde, cultura, educação, poesia, música e teatro, especialmente por entender saúde de forma integral e interseccionada, pensando no bem-estar da população.

Maria Helena nasceu e foi criada na Rocinha, comunidade entre a Zona Sul e a Zona Oeste do Rio de Janeiro. Com a fala cheia de entusiasmo, ela nos conta que vive no local há 67 anos. Seu pai, que era português e veio direto de Portugal para a Rocinha, pediu que ela não o tirasse dali quando ficou muito doente e já estava perto de sua partida. Assim, pôde morrer na sua casa, na Rocinha, como desejava.

A mãe, que teve a doença de Alzheimer durante os últimos 12 anos de vida, foi cuidada com muito carinho e dedicação por Maria Helena e seus quatro filhos. Ela ressalta que a mãe, que era o centro de tudo para a família, teve uma ótima qualidade de vida, mesmo com a doença. Emocionada, conta que todos os dias quando passava pelo quarto da mãe para ir ao banheiro, ela dizia “Bom dia!”. Até que um dia, ela não disse mais. Maria Helena ainda sente muito a falta da mãe e fica com os olhos lacrimejando quando relaciona práticas de cuidado com seus pais.

É evidente o orgulho que Maria Helena tem em dizer que é enfermeira, há 43 anos, do Sistema Único de Saúde (SUS). Ela relembra que, quando estava no terceiro ano científico, que hoje equivale ao último ano do ensino médio, teve uma palestra com uma enfermeira que a fez decidir qual profissão seguiria.

“Eu era aluna do Colégio Estadual André Maurois aqui na Gávea. Quando estava no terceiro ano científico, porque a gente fazia científico, normal ou clássico, fui assistir a uma palestra no Hospital Miguel Couto, em que havia vários profissionais e uma profissional da saúde era enfermeira. E ela me tocou muito quando falou o que é zelar pelo outro, o que é cuidar do outro, do que é você ter atenção, do que é você ter bom trato. Sua palavra caiu assim como uma luva e falei: essa é a profissão que eu quero seguir porque ela abraça tudo e a todos. **Eu quero lidar com gente, com animal, eu quero lidar com tudo, eu quero lidar com a vida. E essa vida eu quero lidar com ela até o fim dela. Hoje, está muito em alta a questão do cuidado paliativo, como lidar com esse cuidado todo.**”

Esse trecho da fala de Maria Helena resume bem sua identidade: enfermeira que cuida de tudo e de todos, ela não consegue olhar apenas para o paciente em si. Seu cuidado é amplo, integrado, interseccionado, interrelacionado, como podemos ver nos parágrafos seguintes.

Diretora de uma Unidade de Saúde da Rocinha, o Centro Municipal de Saúde (CMS) Dr. Albert Sabin, ela já ocupou outras posições ao longo dos anos. Ainda com apreensão, ela se lembra de que, na época da Pandemia de COVID-19, trabalhava na Coordenação da Área Programática 2.1, e que foi um período muito duro e exaustivo.

Para Maria Helena, cuidar é uma “ciência” complexa:

“*Eu acho que o Cuidar envolve um monte de propriedades. É você se entender enquanto pessoa. É você se entender onde se encontra enquanto pessoa, seja na sua família ou em seu ambiente de trabalho ou de amigos. É uma coisinha que vai além. O Cuidar exige de você pertencimento. Você tem que se sentir pertencente aquele espaço, aquele momento, aquele papel.*”

Sua visão sobre o campo da saúde ocorre a partir das interseccionalidades com muitos outros setores. Ela dá o exemplo do tratamento do lixo na Rocinha, em que estão envolvendo o Ministério Público para que possa tomar providência e remover o lixo da comunidade, mas que entende que é necessária uma solução definitiva, que permita trabalhar de fato a reciclagem, o reaproveitamento e o tratamento dos resíduos. Porque não há como falar em saúde sem discutir a situação do lixo espalhado nas ruas, acumulado pela falta de serviço público, pela falta de local adequado para os descartes, pela falta de processos de reciclagem e pela necessidade de educação ambiental para moradores. Obviamente, tudo isso impacta diretamente na saúde da população local, porque traz insetos e ratos, podendo causar febre tifoide, cólera, amebíase, disenteria, giardíase, ascaridíase, leishmaniose, febre amarela, dengue, malária e leptospirose, entre outras doenças.

Envolvida em todas as discussões referentes ao lixo que pressionam por políticas e serviços públicos e mobilizam toda a comunidade, Maria Helena se pergunta como a interseccionalidade pode ser compreendida pelo poder público, por cada um de nós e, em especial, pelos moradores: como é que políticos, agentes públicos, moradores interpretam tudo isso?

“Acredito que é preciso mobilizar para a ação utilizando a palavrinha cuidar: cuidar do nosso espaço, melhorar o nosso espaço para termos uma melhor condição de vida. **Porque há uma relação entre cuidado e pertencimento. As pessoas precisam sentir que cada um cuidando um pouco do entorno onde vivem, da natureza e das pessoas, melhoram as condições de vida para todos. O cuidado é uma palavra tão ampla que o dicionário para mim é pouco para ela.**”

Por outro lado, ela diz que para mudar comportamento é necessário considerar a cultura e a situação de onde se está atuando. Na teia da saúde, Maria Helena tece ações em relação às estradas internas da Rocinha, à iluminação, às condições de habitação, ao desmatamento e reflorestamento, aos espaços de cultura, à valorização da memória e do tempo que se dedica à cultura, à qualidade da educação, às relações familiares e muito mais. Porque ela só vê sentido em cuidar da saúde quando a considera de forma integral.

Quando perguntamos para Maria Helena do que ela cuida ou de quem, ela é muito clara: “**Eu cuido de uma série de coisas. Eu cuido de pessoas, eu cuido de animais, eu cuido do lixo, eu cuido da estrada, pois, além de reclamar, eu fico escrevendo que não pode parar aí, que tem que limpar a estrada. Eu cuido da minha família, eu cuido dos meus amigos. Eu cuido e fico doida e participo ativamente para cuidar da nossa floresta, porque a gente está aqui na bainha da Floresta da Tijuca. Eu não sei se tenho mais braços para participar das coisas. E vou buscando e digo: tudo isso eu junto e digo que isso aqui é o saco da saúde. Se eu não fizer isso, eu não estou fazendo saúde.**”

Maria Helena desenvolve e/ou está envolvida em diversos projetos. O projeto Torre Verde, desenvolvido em uma das escolas, ensina todo o processo de plantio de uma horta e os produtos colhidos são levados para casa pelas crianças como forma de apoiar a segurança alimentar. Também foi instalado na comunidade um ponto de coleta de óleo usado para fazer produção de sabão. Ela também cita o Parque Ecológico, um projeto coordenado com o Severino, que vê o cuidado por meio da arte, da poesia e faz mutirões para cuidar do parque.

“**A gente tem que começar a olhar. Não com um olhar duro, mas com o olhar do cuidado.**”

Um dos sonhos realizados por ela, e que desde a década de 80 foi sendo pensado, é o Museu Sankofa, também abordado na entrevista com o diretor e cuidador desse projeto, Antônio Firmino. Maria Helena, que é cofundadora, lembra das primeiras discussões sobre o museu com a presença de Celso Saraiva e Zé Luís e que, por muito tempo, o Museu ficou dentro da unidade de saúde. Elogia muito Firmino, diz que ele é muito preparado, está fazendo mestrado e é muito bem articulado com outras organizações, como a Pontifícia Universidade Católica (PUC-Rio) e o Centro Internacional de Estudos e Pesquisas sobre a Infância (CIESPI), entre outros. Para Maria Helena, a relação entre o museu e a saúde é direta: “**Museu é saúde. E a ideia é que o Museu relacione saúde, educação e cultura.**”

Segundo ela, muito já foi feito e muito há ainda a se fazer, como os projetos de cultura que precisam ser retomados, em especial, para que mobilizem os moradores por meio de estratégias de interação, como A Casa de Cultura, que era um Ponto de Cultura e a Biblioteca Parque.

Na sua visão integral da saúde, Maria Helena reflete sobre a questão habitacional, o sonho de se ter casa própria e o crescimento desordenado das cidades. Ela se preocupa muito com o impacto das mudanças climáticas incidindo sobre o solo da Rocinha superadensado e comenta: “**O que ocorre na Rocinha é um crescimento desordenado muito grande. Como já ocupou toda a linha horizontal, não tem mais como crescer horizontalmente. A Rocinha é um vale e, se você tem um crescimento vertical com prédios enormes em uma camada de terra pequena, ainda mais nessa parte alta, ela vai descer.**”

Sua grande preocupação é que os resultados negativos de um crescimento insustentável impactam a saúde dos cidadãos e, conseqüentemente, o sistema de saúde, num ciclo vicioso de descuido. A complexidade das situações exige muito trabalho da área de saúde, e de todas as outras. “**A gente tem que começar a olhar. Não com um olhar duro, mas com o olhar do cuidado.**”

A unidade de saúde que ela coordena mantém parcerias com associação, movimentos, escolas, creches, escolas de música. Ela tem assento em conselhos dessas organizações de educação e cultura. Acredita que essa rede de relacionamento é fundamental para o cuidado coletivo.

Ao reforçar a importância do conhecimento do território por aqueles que trabalham com saúde, ela se pergunta:

“**Como é que vou trabalhar a saúde se a gente não tiver o reconhecimento do território? Se eu não conheço o território em que eu estou pisando? Se eu não me identificar aqui dentro com ele, como é que eu vou trabalhar aqui dentro?**”

Se eu não conhecer o cidadão do bar, o cidadão do armazém, se eu não conhecer tudo isso? Até para cuidar a gente tem que ter uma relação muito ampla. Só assim é possível cuidar das pessoas.”

O posto onde a unidade de saúde funciona pegou fogo meses atrás, o que foi muito angustiante e desesperador para Maria Helena. O acidente aconteceu por causa de um curto-circuito na área do almoxarifado da farmácia provocado pelo ar-condicionado que precisa estar ligado sempre para a refrigeração dos medicamentos.

Ela conta que como a unidade não pode parar de atender, o incêndio aconteceu no dia 23 de maio, e, no dia 25, a unidade já estava fazendo atendimento. “Não paramos, criamos os espaços necessários e começamos a funcionar, por causa da nossa responsabilidade, de nosso cuidado para com o outro.”

Mas quem aguenta cuidar tanto? A partir dessa pergunta, Maria Helena viu a necessidade de olhar para a saúde mental de sua equipe que, hoje, conta com atendimento de Ayurveda, individual e coletivo. Mas, em seguida, sempre inquieta, disse que isso era muito pouco para o volume de estresse e a demanda que surge, sendo preciso trabalhar mais com saúde mental, tratamento e prevenção.

Quando perguntamos sobre o que sente quando cuida, Maria Helena humildemente diz que não sente que está fazendo nada de extraordinário, que essa é a sua missão e que faz o que tem que fazer como parte do seu papel de cuidado. Diz que se destinou a cuidar dos outros e irá fazer isso sempre da melhor forma possível. E quanto ao limite de quem cuida, ela faz uma pausa, abaixa a cabeça, mexe no cabelo e diz: **“Eu acho que essa questão eu queria aprender. Na verdade, eu não sei trabalhar limite, eu ainda não aprendi.”**

Chegamos neste impasse novamente: quem cuida de quem cuida? Como ensinar ao cuidador o autocuidado? Quando é chegada a hora de parar?

Num desabafo, Maria Helena diz:

“Então, o cuidado para mim é isso, eu ponho tudo dentro desses saco que é a saúde. Não tem jeito. A área que eu escolhi é uma área muito ampla. Eu digo que todo mundo fecha a porta, e a gente fica com ela aberta.”

“O cuidado é uma relação afetiva e afetuada. O cuidador é um conector que promove diálogos.”

Charles Siqueira
Um cuidador de favelas e suas gentes

Marilza Barbosa



Marilza Barbosa Floriano tem 57 anos e, desde os 6 meses de idade, mora no Bairro Pantanal, segundo distrito de Duque de Caxias - RJ.

Sua família se mudou para o bairro após ficar desabrigada devido a uma enchente. Ali, construíram um barraco no Morro do Sossego, onde foram acolhidos pelos vizinhos, marcando o início de uma história de cuidado em sua vida.

Sua infância foi difícil. Filha de mãe alcoólatra, sofria violência doméstica, e, sendo a única menina entre quatro irmãos, assumiu grande parte das responsabilidades da casa. Inconformada, buscou alternativas para melhorar sua vida e a de seus irmãos. Aos 15 anos, começou a trabalhar como empregada doméstica, vendo nisso uma oportunidade de ajudar a família.

Com o dinheiro que ganhava, tentava proporcionar uma vida melhor para seus irmãos e para a mãe. As dificuldades sempre foram muitas, mas, até hoje, ela se recorda emocionada dos momentos felizes que viveu quando levava seus irmãos ao cinema, à igreja ou à Feira de Caxias.

Marilza conta que adorava proporcionar esses pequenos prazeres à família. Foram 40 anos trabalhando duro como empregada doméstica e era, nas casas onde trabalhava, como conta:

“No quartinho era um livro que ajudava a passar o tempo, imagina 15 dias numa casa sem poder sair.”

Após a morte de sua mãe, em 1990, viu-se tendo que assumir ainda mais responsabilidades.

Pouco depois, quando engravidou de seu primeiro filho, Felipe, teve que abandonar o emprego formal para cuidar dele, mas foi acolhida por uma das encarregadas da empresa onde trabalhava, que lhe ofereceu emprego como diarista, permitindo que ela levasse seu filho consigo. Determinada, logo voltou a estudar, concluindo os ensinos fundamental e médio.

A vontade de continuar os estudos estava sempre presente até que, um dia, após voltar de uma faxina, Marilza viu um outdoor anunciando uma promoção para a faculdade de Serviço Social. Isso a impulsionou a investir em si mesma, retornar aos estudos, fazer a prova, passar e concluir a faculdade com o apoio de seus patrões, que imprimiam materiais e flexibilizavam horários para ela frequentar as aulas. Durante o curso, Marilza começou a entender sobre políticas públicas e movimentos sociais, o que a levou a fazer seu TCC sobre o apoio a mulheres alcoolistas, como sua mãe, que sofrem com a discriminação e a falta de suporte. Formou-se em 2013 e continuou trabalhando como diarista, só que, agora, com mais conhecimento e propriedade, conseguia orientar os moradores de sua comunidade. “A faculdade de serviço social fundamentou a minha vida e me deu um olhar crítico para ver que não era só eu e minha família que passávamos por tantas dificuldades. Na minha comunidade, nós, população pobre, preta e periférica, a gente vive lutando todos os dias para sobreviver.”

Em 2016, após a prisão de um familiar, Marilza buscou ajuda e foi acolhida pela Rede de Comunidades e Movimentos Contra a Violência, onde participou de um

curso de multiplicadores em direitos humanos, identificando-se de imediato com essa nova atividade. Um ano depois, foi convidada a integrar a Frente Estadual pelo Desencarceramento, participou de audiências públicas e conheceu a Rede de Mães e Familiares Vítimas de Violência da Baixada Fluminense, criada após uma chacina, ocorrida em 31 de março de 2005, que resultou na execução de 29 pessoas. A convite do Fórum Grita Baixada, Marilza se tornou articuladora de território, promovendo o documentário “Nossos Mortos Têm Voz”, produzido pela Quiprocó Filmes. Ela explica que o filme aborda “os relatos das mães vivendo a sua dor de ter um filho executado ou desaparecido, exatamente como eu vivencio no meu território. Aquelas mães silenciadas... Eu consegui exibir o documentário no meu bairro para alunos do vestibular comunitário, levar para a igreja, para a universidade onde estudei, para o Colégio Pedro II, para os terreiros... Uma experiência incrível, porque toda vez que eu exibia o documentário várias pessoas faziam os seus relatos. E foi assim, que eu fiz uma empregada doméstica, calada, com medo, chorando no canto, tornar-se tagarela, e falar da sua realidade.”

Um dos maiores desafios que Marilza identifica é a dificuldade de se deslocar de seu bairro na Baixada Fluminense para participar de atividades e eventos que, muitas vezes, ocorrem no centro do Rio de Janeiro. Ela critica o fato de que tudo está distante para quem vive na periferia e que sempre precisa contar com recursos de passagem para conseguir se engajar nessas lutas.

Durante a pandemia de COVID-19, foi convidada pela ONG Criola a participar de um mapeamento sobre as dificuldades enfrentadas por mulheres autônomas, empregadas domésticas e trabalhadoras informais em seu bairro, permitindo que ela conhecesse melhor seu próprio território, percorrendo becos e vielas que ela nunca havia explorado antes. O mapeamento revelou as necessidades das mulheres em relação ao auxílio emergencial e levou à distribuição de cestas básicas e kits de higiene.

“A faculdade de serviço social fundamentou a minha vida e me deu um olhar crítico para ver que não era só eu e minha família que passávamos por tantas dificuldades.”

Esse trabalho aprofundou o sentimento de pertencimento de Marilza em sua comunidade e a fez acompanhar a realidade, que também era a dela, da violência diária naquele local, não só pela falta de recursos, mas também pela infraestrutura precária, como a ausência de acessibilidade para pessoas com mobilidade reduzida. Ela começou, então, a fotografar as condições do bairro e decidiu criar uma rede social específica para mostrar essas realidades, obtendo uma boa repercussão.

Ainda durante a pandemia, com a Rede de Mães e Familiares Vítimas de Violência da Baixada Fluminense, Marilza apresentou projeto para um edital focado em enfrentar o racismo na base, com a ideia de realizar rodas de conversa e oficinas em diferentes territórios, incluindo Duque de Caxias e o Morro do Sossego. Aprovado, as ações do projeto aconteceram no Centro de Recuperação Feminina por ser um espaço adequado na época da COVID.

E, assim, Marilza deu início a uma nova frente, baseada na agroecologia, nas hortas comunitárias: os Quintais Produtivos, que a ajudam a fortalecer laços comunitários e promover o resgate de conhecimentos tradicionais, como o uso de ervas medicinais, tornando-se, mais uma vez, uma multiplicadora. Esses saberes, que transformam quintais em espaços produtivos, inspiraram outras mulheres em sua comunidade a fazerem o mesmo, tanto que o projeto acabou, mas a força da articulação e a promoção do

“Eu indiquei o projeto para fazer a interação entre campo e favela. Como eu já tinha ido no assentamento Terra Prometida e tinha visto o trabalho daquelas mulheres, que me encantavam e me permitiram apresentar o meu trabalho, eu pedi uma bolsa para as mulheres do assentamento poderem fazer a oficina de Quintais Produtivos.”

bem-estar transformaram a vida daquelas mulheres, que continuaram a plantar, a trocar e a se ajudarem.

Marilza fala emocionada sobre como o seu envolvimento com os direitos humanos e a agroecologia provocou uma profunda mudança pessoal, afirmando que passou por um processo de cura, algo que nunca havia experimentado antes. Cuidar do meio ambiente e adotar a agroecologia a fizeram entender que não precisa de muito para viver bem. Além disso, percebeu

que essa nova maneira de enxergar a vida também é uma forma de lutar pelos direitos humanos, uma vez que o direito à alimentação saudável e a uma vida mais equilibrada são essenciais para todos.

“Ela conta que encontra paz e satisfação ao cuidar de plantas e colher os frutos do trabalho coletivo, processo que é uma fonte constante de bem-estar e uma maneira de se sentir pertencente ao seu território.”

Ressalta que, antes, sua vida era marcada por responsabilidades excessivas, que a adoeciam, mas que, agora, aprendeu a dividir responsabilidades, confiando na rede de apoio ao seu redor, o que lhe permite continuar cuidando, mas sem se sacrificar. Entende que cuidar

é uma expressão de amor, um ato que deve ser realizado com dedicação, mas também com equilíbrio. Ela lembra que, em certo ponto, o cuidado excessivo a levou ao esgotamento mental, mas hoje, ao compreender a importância de cuidar de si mesma, ela consegue manter um equilíbrio entre suas responsabilidades e seu bem-estar.

Com muita satisfação e orgulho, Marilza compartilha a oportunidade de participar da Conferência do Clima (COP) em Dubai, convidada pela Anistia Internacional com o projeto “Vozes Negras pelo Clima”, indicada por conta de seu trabalho no Morro do Sossego. Uma experiência transformadora para Marilza, que nunca imaginou que seu trabalho na comunidade a levaria tão longe. Ela conta que aproveitou a ocasião para denunciar a falta de investimentos em políticas públicas para melhorar as condições de vida em sua comunidade, especialmente em relação aos desafios climáticos que enfrentam.

Ter criado os Quintais Produtivos no topo do Morro do Sossego é motivo de muita alegria para Marilza. Um lugar, antes marcado pela dor e pela violência, agora floresce com vida, plantas e flores, simbolizando a renovação e a esperança ao se tornar um local de cuidado e acolhimento para as mulheres da comunidade, muitas das quais enfrentam desafios pessoais, como a perda de filhos ou a violência doméstica.

Hoje, ela se orgulha de ser uma guardiã de sementes, especialmente a do quiabo, que lhe foi apresentada por Mirian Firmino, do assentamento Terra Prometida, e que simboliza seu próprio renascimento. Marilza vê na flor do quiabo uma representação de sua própria jornada de transformação e cura, uma jornada que agora inspira e fortalece outras mulheres em sua comunidade.

Então, eu sou agora uma guardiã da semente do quiabo, o que eu amo. Ela germina por quatro dias e, a cada vez que abre uma, ela me representa, porque é a Marilza renascendo de novo.”

“*Nós somos guardiões da semente, como aprendi com as mulheres no assentamento. Aprendi a importância de guardar a semente, de plantar, replantar e guardar.*”



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.



Ninho Vidigal

Ninho Willian de Paula é cria do Vidigal. Na verdade, ele se identifica e é mais conhecido como Ninho Vidigal, pois o território em que vive lhe dá identidade e força, a ponto de ele considerá-lo seu porto seguro. Foi no Vidigal que Ninho teve suas maiores alegrias, bem como suas maiores tristezas, como ele mesmo relata. Por isso, para falar de sua história, no presente e no futuro, sob a perspectiva do cuidado, o ponto de partida é sempre o território.

Articulador de projetos e diálogos sobre políticas públicas que beneficiem a população do seu território - sejam ligadas à cultura, ao esporte, à saúde ou à educação -, ele é um cuidador apaixonado pela memória e identidade do Vidigal, e faz questão de espalhar esse conhecimento para o mundo.



Seu depoimento explica seu profundo vínculo com o bairro: “No Vidigal eu me alfabetizei e cresci, como todas as crianças do morro, indo para a escola de manhã e para um projeto social na parte da tarde. O ano de 1989 foi um marco em minha vida, pois foi quando eu entrei para o Nós do Morro.

Em uma roda de conversa sobre cuidado com Luciana Bezerra, diretora da organização Nós do Morro, ela fez uma correlação direta entre cuidadores e seus territórios. Para ela,

“Cuidador é aquele que protege seus territórios. É a cria do lugar. Normalmente, vão contra a ideia de progresso imposta pelo sistema e lutam por melhorias. As crias cuidam e mudam seus territórios.”

fala, em que ele insere referências históricas, demonstrando conhecimento e respeito à memória do seu território.

No Nós do Morro, Ninho ficou craque em capoeira e, com a Companhia de Teatro, viajou pelo mundo em intercâmbios culturais entre 2008-2009. Passando por Inglaterra, Rússia e França, ele foi colecionando conhecimentos que, hoje, são a base para as atividades que desempenha, como ser professor de capoeira e guia de turismo “que fala inglês”, como faz questão de enfatizar.

Sua paixão é mobilizar grupos e mais grupos de crianças e adolescentes com quem tem a oportunidade de dividir e multiplicar seu aprendizado, não apenas no Vidigal, mas em outros cantos do Rio e do Mundo. Sorrindo, ele conta que não era um ator de ponta, mas era, sim, um ótimo artista. A Companhia de Teatro abria espaço para

“Tudo começou, porque escutei o barulho de um instrumento e fui ver o que era. Era um berimbau. Quis logo fazer aula de capoeira, mas lá a gente precisava fazer o circuito completo, teatro, balé, cinema, e foi ali que fui forjado nas artes cênicas e no movimento corporal. Dali também saí para o mundo.”

A partir desse depoimento, é possível entender que Ninho vivencia exatamente o que aprendeu no Nós do Morro: cuidar e transformar seu chão. Aos 44 anos, ele conta que se alfabetizou nos guetos e que não há um gueto, uma viela que não conheça no Vidigal. Essa verdade se traduz na sua

fala, em que ele insere referências históricas, demonstrando conhecimento e respeito à memória do seu território.

seu gingado de capoeirista, o que lhe proporcionou a incrível experiência de contracenar com a Royal Shakespeare Company, em Londres. Essa vivência foi definitiva para ele compreender a potência do seu movimento e decidir cursar a faculdade de Educação Física. Hoje, uma das atividades de que mais gosta é, a partir dessa formação, dar aula de ginástica para um grupo de 30 idosas e idosos do morro, um trabalho que faz voluntariamente e do qual diz não abrir mão.

Ninho faz questão de exaltar os projetos sociais realizados no Vidigal, porque eles proporcionam oportunidades reais para os moradores e ajudam a combater as desigualdades, contribuindo para as mudanças sociais e para os movimentos que lutam por desenvolvimento e melhorias locais.

Em muitos momentos, volta a dizer: o “**Vidigal é minha fonte**”. Hoje se dedica a pesquisar presente e passado, memória e identidade. Em parceria com a professora Bárbara Nascimento, outra cuidadora local, iniciou um projeto que resgata, valoriza e dissemina a história do Vidigal. Eles vêm colecionando e sistematizando as histórias e memórias como parte de um sonho maior: fazer a Casa da Memória do Vidigal, inspirado no Museu Sankofa da Rocinha, liderado por Firmino e cofundado por Maria Helena.

Ninho conta que outra luta fundamental se dá contra projetos de gentrificação que não envolvem e escutam a comunidade. Para ele, os projetos normalmente são muito desrespeitosos com os moradores locais, que, normalmente, são o lado mais vulnerável. E lembra de que, antes dele, foram muitos os movimentos de moradores do Vidigal que lutaram pela não remoção e, exatamente por causa deles, hoje a favela ainda está ali, na Zona Sul do Rio de Janeiro.

Ao se intitular uma espécie de zelador e articulador de possibilidades, Ninho conta que, pelas suas mãos, muitos encontros acontecem como parte de sua determinação de juntar pessoas para debater melhorias para a comunidade nas áreas de saúde integral, educação, empreendedorismo, lazer e emprego, entre outras. Na sua laje, a “Laje do Ninho”, são realizados eventos e muitas rodas de diálogos para discutir políticas públicas.

Dois exemplos são o coletivo de mulheres “Parem de nos Matar” e o coletivo “Mulheres Pretas”.

Esses encontros são realizados também em parcerias com organizações sociais relevantes tanto no cenário local quanto nacional, como a Central Única da Favelas (CUFA), o Observatório das Favelas e o Jongo da Serrinha.

A Laje do Ninho é também um espaço para a realização de momentos culturais como o “POLITILAJE: Sarau Político Cultural”, que acontece desde 2018, com o objetivo de discutir políticas públicas, debater cultura, política e permitir aos moradores deleitarem-se com arte, em especial com a que é produzida dentro da comunidade.

A ideia é ter um grupo pensando junto, discutindo e dialogando ao mesmo tempo em que os participantes declamam poesia. Sim, o grupo tem um ponto de partida, mas não tem ponto de chegada, porque o caminho, a trajetória é mais relevante.

Nos períodos de realização das Olimpíadas e da Copa do Mundo no Brasil, Ninho fez curso para ser guia turístico, sendo esta hoje uma das atividades que faz profissionalmente, mas não como um guia convencional, e, sim, como um guia de turismo de base comunitária, que chama de “turismo de resistência”. Como cria local, ele conta as histórias das pessoas que construíram o Vidigal, passa detalhadamente pelos lugares mais importantes da comunidade e sabe “de dentro para fora” o que é para ser apresentado para o mundo. Nessa atividade, ele trabalha em parceria com agências de viagem e com amigos que o indicam no sistema boca a boca e, para se aprimorar cada vez mais, voltou a estudar inglês na Cultura Inglesa.

Muitas são suas conquistas e realizações, mas, inequivocamente, a escolha pela comunidade para ser Conselheiro Tutelar é uma das experiências que mais o emociona e enche de entusiasmo: “A minha comunidade me confiou esse papel de cuidar dos direitos de nossas crianças e adolescentes. Fui eleito, em 2021, para esse cargo tão

importante, com duração de quatro anos. Assumi em 2022 e até 2026 me empenharei para desempenhar essa função com muita dedicação e estudo. É por isso que aproveito os encontros com outros Conselheiros para troca de conhecimentos e práticas que possam ser implementadas para proteção de nossas crianças e adolescentes.”

Foi, também, em 2022, que Ninho realizou um grande sonho: passou no ENEM para uma universidade pública e está cursando Ciências Sociais na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). “Estou fazendo as matérias aos pouquinhos.

São muitos os afazeres e, como preciso gerar renda, acaba sobrando pouco tempo para me dedicar totalmente à Faculdade, mas vou sempre em frente, sem nunca desistir, porque desejo me qualificar cada vez mais, sofisticar e ressignificar o meu trabalho de campo e produzir intelectualmente. Eu não quero mais ser objeto do trabalho de outras pessoas. Agora, somos nós que contaremos a nossa história, analisaremos e produziremos conteúdo intelectual sobre nós mesmos.”

Por outro lado, se 2022 presenteou Ninho com muitas emoções e muitas conquistas, também foi o ano que marcou uma grande perda: a de seu amado pai. Ainda com olhos marejados, fala que sente uma saudade enorme dele, que foi um homem incrível e um grande exemplo. Mas, sorri logo em seguida quando diz que, nesse mesmo ano de perda do pai, ele ganhou o seu maior presente: o nascimento do filho Nicolas.

Ninho se considera uma liderança “subversiva e libertária”. Quer que os moradores sejam autônomos, tenham liberdade de ser e viver como desejarem. Fala da sua grande preocupação com o fundamentalismo religioso que aumenta na comunidade e diz temer pelas manifestações culturais tradicionais e de matriz afro-brasileira. Parafraseando Caetano, ele afirma que é preciso estar atento e forte.

Quando a equipe do projeto entrou em contato com Ninho, ele foi muito direto e disse que era um cuidador, mas que não estava fazendo tanta coisa como realizava anos atrás, e que nem sabia se voltaria a fazer mais tantas atividades de cuidado. Achemos muito interessante essa reflexão e dissemos que queríamos ouvi-lo de qualquer jeito, que sua visão sobre o cuidado é muito importante e precisa ser compartilhada. Preocupado, ele perguntou se teria que apresentar um projeto ou um relatório de atividades, porque estava sem tempo para fazer. Mas, quando dissemos que não e que nosso trabalho era baseado numa rede de confiança e na história oral, Ninho imediatamente soltou um sorriso de alívio.

Valorizar as ações locais e enaltecer as potencialidades das crias locais é uma especialidade de Ninho, que busca sempre trazer pessoas ligadas às universidades, às quebradas, moradores, trabalhadores.

E daí explicou sua reação inicial dizendo que estava cansado de responder a editais, de correr atrás de captação de recursos, muitas vezes, para um dinheiro tão pequeno que nem pagava o esforço de escrever o projeto ou o relatório, e que ficava grato por confiarmos na sua história.

Ninho nunca parou de cuidar. Ele dá um passo de capoeira para trás, respira e volta para a roda. Ninho é Vidigal. Vidigal é Ninho. Ele é cria. Não há cuidador melhor para o território do que um cria. Ninho articula história. Ninho transforma seu território.

Esse contexto inicial da entrevista com Ninho faz com que nos debruçemos sobre a situação dele para refletirmos sobre o papel do cuidador: será que precisa fazer-fazer-fazer o tempo todo? Qual o limite do cuidado?

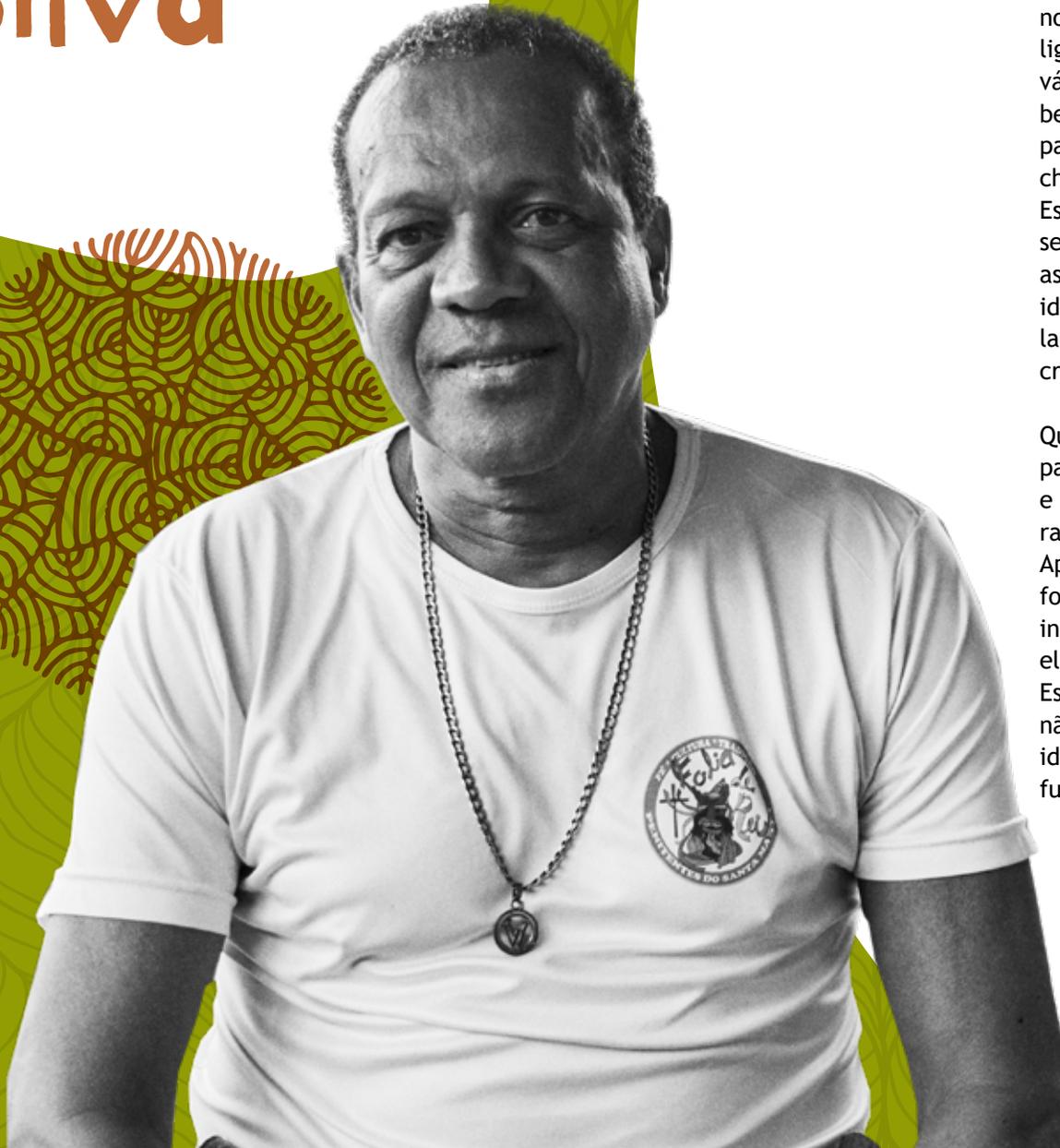
O cuidador precisa estar esgotado para dizer que cuida?

“*Na relação do cuidado, algumas vezes você precisa dar uns passos para trás. Entender quem precisa ser cuidado com zelo e atenção e, se for necessário, aquele que cuida precisa parar, dar um passo atrás e ressignificar a sua prática.*”

“As histórias importam. Muitas histórias importam. As histórias foram usadas para espoliar e caluniar, mas também podem ser usadas para empoderar e humanizar.”

Chimamanda Ngozi Adichie
Feminista e escritora nigeriana

Ronaldo Silva



Eu não conheço outra vida sem ser na Folia de Reis. É assim que Ronaldo Silva, de 65 anos, começa a narrar sua história. Ele é cria do Santa Marta, favela localizada no bairro de Botafogo - RJ. De uma família ligada à tradição da cultura popular por várias gerações, Ronaldo relembra de como, bem pequeno, “abria o guarda-roupa do meu pai, e via aquela roupa de folia pendurada e o chapéu dele que mexia comigo muito forte.”. Escondido, ele vestia as roupas de palhaço de seu tio, atraído por aquele personagem que assumiu com orgulho desde os cinco anos de idade, organizando suas próprias Folias com latas no morro, divertindo e liderando outras crianças em celebrações improvisadas.

Quando tinha nove anos, faltou um palhaço para o cortejo, oportunidade que esperava e que abraçou com fervor ao adaptar, rapidamente, uma roupa do tio para si. Após um teste com seu pai, então mestre folião, Ronaldo foi aprovado, marcando o início do seu compromisso com a Folia, que ele manteve por mais de cinco décadas. Esse envolvimento precoce com a tradição não só lhe deu um profundo senso de identidade, mas também o preparou para futuros papéis na Folia de Reis.

*Para Ronaldo,
a Folia de Reis não é apenas
um evento cultural ou uma
expressão de fé, mas também
o tecido de sua vida e o
legado de sua família.*

A Folia era liderada por seu pai, Mestre Diniz, que foi presidente e Mestre Folião até sua morte, em 2009.

Outros mestres incluíam figuras como o Mestre Luiz, Mestre Dodô e Mestre Joãozinho. Após a morte de seu pai, seu irmão, Riquinho, assumiu a liderança até que a COVID-19 o levou, quando a liderança foi assumida por Ronaldo, que aposentou seu papel de palhaço para se tornar o mestre folião.

Desde então, Ronaldo é o líder da Folia de Reis Penitentes do Santa Marta, apesar de sentir que nasceu para ser palhaço. A transição não foi fácil, pois ele teve que ajustar sua maneira de participar e liderar, adaptando-se ao papel de responsável pela continuidade das narrativas e dos cantos da Folia.

Ronaldo compara, frequentemente, suas ações com as de seu pai, lembrando-se de como decorava os chapéus e preparava os trajes. Inspirado por essas memórias, ele se dedica a cada detalhe dos trajes e adereços, garantindo que tudo esteja perfeito para os cortejos e apresentações. “A Folia de Reis de Cristo é uma manifestação cultural de cunho religioso, em que anunciamos e celebramos o nascimento de Jesus Cristo, sob a visão do caminho dos três reis magos do Oriente. Essa é a história que eu conto: os três reis magos foram avisados por uma estrela guia, que a gente faz da nossa bandeira, que vem estampando ali o nosso ponto de fé, que é lindo porque a gente está estampando o nascimento de Jesus.”, conta Ronaldo emocionado.

Sua família sempre foi profundamente envolvida com essa tradição. A mãe, chefe das pastorinhas, foi líder nas cantorias, enquanto vários tios desempenharam papéis de foliões e palhaços. Atualmente, seu filho Júnior e seu neto Vítor estão sendo preparados para seguir seus passos, preservando a tradição tão cara à família de Ronaldo. Seu pai, além de Mestre, era um músico respeitado e fazia parte do Trio Guanabario. Um dos irmãos, Itamar, um importante líder comunitário, é uma referência de atuação e luta pelos direitos dos moradores da favela.

Para Ronaldo, a Folia de Reis não é apenas um evento cultural ou uma expressão de fé, mas também o tecido de sua vida e o legado de sua família. Ele vê a si mesmo como um guardião dessa tradição, encarregado de transmitir essa preciosa herança cultural para as futuras gerações, mantendo viva a história e o espírito da Folia de Reis.

É assim que ele se sente: um cuidador, trabalhando para que a Folia tenha presença constante na vida da comunidade. É exatamente por isso que as atividades acontecem além do período em que, tradicionalmente, saem os cortejos, sendo realizadas de 25 de dezembro a 20 de janeiro. Nesse período a Folia percorre comunidades como Rocinha, Campo Grande, Cidade de Deus e outras para compartilhar e celebrar a Anunciação do nascimento de Jesus Cristo. Uma forma de resistência, preservação e renovação. Para manter viva a Folia, Ronaldo criou uma escolinha, cujo objetivo ele conta com seu jeito determinado: “... **para botar as crianças já por dentro dessa prática, tentando preparar um mestre, que, talvez, seja o meu neto, porque eu quero dar continuidade.**”. Este ano, ele conseguiu fazer uma inovação, inserindo a Catirina como a primeira palhaça feminina da tradição para simbolizar um passo significativo em direção ao empoderamento feminino na comunidade.

Com o desafio constante de manter a Folia relevante e atraente para as gerações mais jovens, Ronaldo reconhece que influências religiosas e de grupos do tráfico no território são uma realidade. Por conta disso, ele enfatiza a importância da escolinha e das atividades que realiza durante o ano, como churrascos e passeios, além das apresentações em eventos culturais, como uma forma prática de manter a comunidade conectada com essa manifestação da cultura popular.

Formar um novo Mestre Folião é outro desafio, pois aprender a profecia não é tarefa simples. Muitos desejam o papel de palhaço, capazes de bater no ritmo, mas poucos possuem a habilidade de falar ou criar versos, essencial para um mestre folião, que também deve inovar e manter a rica tradição narrativa. Ronaldo já tinha a base desse conhecimento, herdada de seu pai, mas reconhece as dificuldades de garantir a qualidade e a profundidade do papel de mestre. E isso, segundo ele, torna superimportante investir na preparação de seu filho e netos para assumirem esse papel, como o de palhaço, que transcende a mera performance e envolve liberdade de expressão ao permitir que este assuma qualquer forma ou personagem desejado. Essa flexibilidade, presença e interação com o público são valores que Ronaldo aprendeu com suas experiências em oficina de teatro.

Ter uma sede própria, um espaço que funcione como museu, onde as crianças possam se encantar com a história, os chapéus decorados, uniformes e instrumentos, assim como ele se encantara na infância, é um desejo que ele acalenta. Um lugar acessível a todos que desejem aprender ou simplesmente apreciar essa tradição. Atualmente, as atividades são realizadas na casa de sua mãe, bem como a guarda das roupas e adereços, o que limita o acesso público.

Na gestão da Folia, Ronaldo não está sozinho, pois formou uma diretoria para compartilhar as responsabilidades com um contramestre, um mestre palhaço, e outros membros dedicados à organização e à divulgação.

Quando fala do cuidado, Ronaldo destaca principalmente o reconhecimento que tem por parte da comunidade, em especial das crianças, pelas quais é visto como uma referência de integridade e dedicação. Isso faz com que ele se sinta fortalecido no seu compromisso de manter uma tradição da cultura popular que também é, ao mesmo tempo, um legado familiar.

Ao longo de sua jornada, Ronaldo diz que aprendeu a ser líder, uma qualidade que nunca pensou possuir. Sublinha que sua capacidade de liderar foi construída naturalmente por meio de suas atividades como mestre folião. “Entendo as relações no cotidiano. A gente tem que ser uma pessoa acolhedora. Assim, podemos exercer a liderança. Quando dizem que nasci para ser líder, tenho consciência de que nunca quis ser líder. Mas entendo que isso acontece pela forma que tenho de lidar com as pessoas. Eu acho que é isso.”, afirma Ronaldo.

Apesar das mudanças culturais que tornaram algumas narrativas inapropriadas, como os versos machistas e preconceituosos que ele aprendeu na juventude, Ronaldo reflete que precisa estar atento e rever seu repertório para ser mais inclusivo e respeitoso, um reflexo de sua evolução pessoal e do seu compromisso com os valores contemporâneos. Como ele mesmo diz: “a Folia está na minha cabeça, dentro de mim”.

“*Entendo as relações no cotidiano. A gente tem que ser uma pessoa acolhedora. Assim, podemos exercer a liderança. Quando dizem que nasci para ser líder, tenho consciência de que nunca quis ser líder. Mas entendo que isso acontece pela forma que tenho de lidar com as pessoas. Eu acho que é isso.*”

“*O futuro é ancestral.*”

Ailton Krenak
Líder indígena, ambientalista,
filósofo, poeta e escritor



CLIQUE AQUI
para assistir
à entrevista
em vídeo.

ALGUNS ACHADOS NO UNIVERSO DOS 30 CUIDADORES:

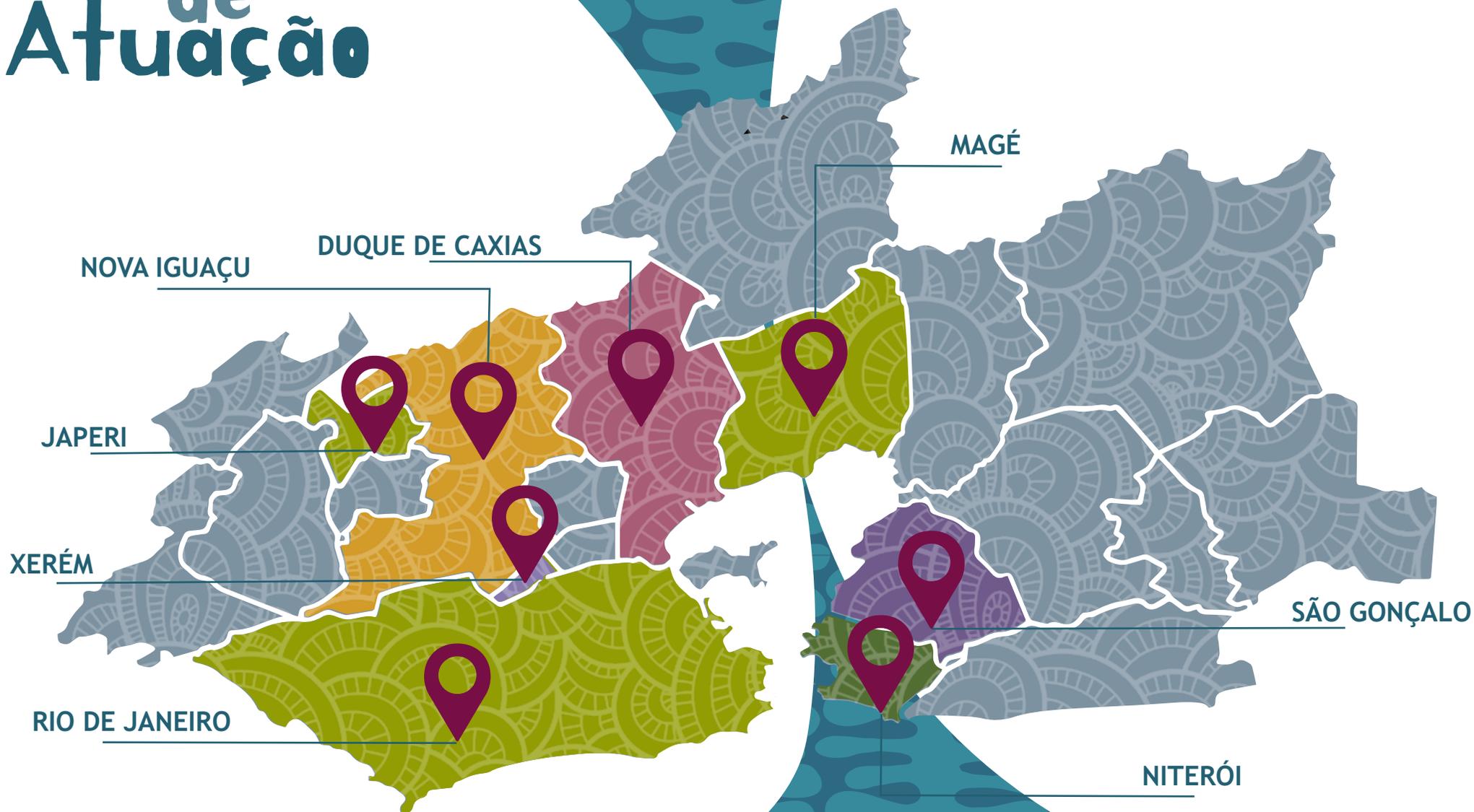
- 16 utilizam a cultura como forma de cuidado: memória, dança, música, literatura, culinária, etc.
- 11 declaram cuidar do meio ambiente: agroecologia, reflorestamento e proteção de cobertura de solo, educação ambiental, técnicas tradicionais, etc.
- 13 trabalham com foco na saúde integral e bem-estar: saúde mental, espiritual e física, amor de acolhimento na chegada e na partida.
- 7 incluem práticas de economia solidária e geração de renda: turismo de base comunitária, artesanatos e produtos locais.
- 2 descendentes de indígenas, 1 comunidade Quilombola, 2 casas de terreiro, 1 assentamento rural: vivências do coletivo.
- 5 declaram ter práticas inclusivas: neurodiversidade, PCDs, LGBTQIAPN+.
- 17 utilizam a articulação e diálogo comunitário (+ mobilização de crianças e jovens) como forma de apoiar o processo do cuidado.
- 18 declaram articulação com políticas públicas e interação política para garantir direitos daqueles ou daquilo que cuidam.
- 21 utilizam de roda de escuta e acolhimento como metodologia para o cuidado.
- 13 afirmam cuidar para que as pessoas não passem fome ou estejam em insegurança alimentar: cestas básicas, doações de refeições, refeições em coletivo, quintais produtivos.
- 21 fazem enfrentamento ao racismo e/ou discriminação e 18 se declaram feministas e/ou têm práticas para emancipação feminina.
- 19 combatem a violência (pluralidade): ações concretas e articulações, denúncias, informação.

- 6 são ativistas digitais.

A Função do Cuidado na nossa Sociedade

- Cuidado como contribuição para acesso a direitos e políticas públicas.
- Cuidado como forma de experimentar o coletivo
- Cuidado como possibilidade de nos relacionarmos com o mundo e com o território
- Cuidado como conexão e articulação
- Cuidado como ferramenta poderosa de recuperação de afetos e relações
- Cuidado como roda de escuta, de acolhimento, de pertencimento
- Cuidado como compreensão e vivência num território
- Cuidado como desenvolvimento pessoal, atenção aos seus limites e possibilidade
- Cuidado como aumento das capacidades de um grupo para ações coletivas
- Cuidado como forma de garantir segurança alimentar, ou simplesmente comida
- Cuidado como um serviço prestado para a sociedade
- Cuidado enquanto relação numa perspectiva regenerativa
- Cuidado como ato político de resistência e de contraposição
- COMO ABRAÇO

Áreas de Atuação



Entrevistas: Análise de Conteúdos

O QUE CONVERGE?
O QUE SE REPETE?
QUAIS OS PARALELOS
QUE PODEMOS FAZER?

Partimos de uma análise de conteúdo, método de pesquisa qualitativa, para levantar palavras, temáticas, atividades, intenções que são comuns entre os cuidadores. Para isso, estudamos cuidadosamente suas falas, documentos enviados, postagens em redes sociais, dentre outros.

Depois acrescentamos aqui, quando necessário, palavras “guarda-chuva” que fossem mais abrangentes do que uma atividade em particular, que mesmo não aparecendo na fala explicitamente está marcado em suas ações e que atravessam os diferentes territórios e áreas de atuação dos cuidadores. Há muitas possibilidades de interpretações e cruzamentos que podem ser feitos para estudarmos com maior profundidade a complexidade e as confluências existentes na singularidade das ações de cada um dos cuidadores.

Queremos olhar a singularidade, mas sem perder de vista o “todo”.
O um como parte do todo.

Adilson Almeida

- Quilombo - quilombola
- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Agroecologia - SAF
 - agricultura orgânica
- Ancestralidade
- Articulação com política pública
- Comunidades Tradicionais
- Comunicação para educar - contra racismo, ambiental
- Desenvolvimento Local
- Diálogos Comunitários
- Direitos Humanos - terra
- Educador - formador
- Educação Socioambiental
- Erveiro
- Espiritualidade
- Filosofia de vida
- Fome - insegurança alimentar
- Fortalecimento de território
- Griô - história oral
- Homens que cozinham
- Interação política - Conselhos
- Interesse coletivo
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Mobilização de crianças
- Mobilização de voluntários
- Pertencimento ao território
- Reflorestamento - proteção ambiental
- Responsabilidade com o legado
- Tradição familiar
- Valorização do território
- Vivência em coletividade

Alexandre Silva

- Comunidade Compassiva
- Cuidados paliativos - preventivos
- Saúde integral
- Articulação comunitária e outras
- Articulação com política pública
- Comunicação para educar para cuidados paliativos
- Diálogo comunitário
- Direitos Humanos - saúde, morte digna
- Educadora - formadora
- Fome - insegurança alimentar
- Interesse coletivo
- Mobilização de voluntários
- Pesquisa - universidade
- Prática inclusiva (PCD, LGBTQIAPN+)
- Proteção da Saúde mental

Ana Olivia Cardoso

- Yoga na Favela
- Saúde Integral
- Articulação comunitária e outras
- Articulação com política pública
- Autocuidado
- Cuidados preventivos
- Direitos Humanos - saúde
- Educadora - formadora
- Emancipação feminina
- Filosofia de vida
- Proteção da Saúde mental
- Valorização do Território

Andrea Apolonia

- Anticapacitismo
- Articulação com política pública
- Ativismo digital
- Comunicação para educar - contra preconceito
- Direitos Humanos - PCD e neurodiversidade
- Denúncia e advocacy
- Grupo de Mães
- Proteção de saúde mental
- Rede de apoio
- Roda de escuta e acolhimento
- Saúde integral

Antônio Carlos Firmino

- Ancestralidade
- Comunidades Tradicionais
- Comunicação para educar - história, contra racismo,
- Cultura popular
- Cultura como transformação
- Diálogo Comunitário
- Direitos Humanos - cultura, memória
- Educador - formador
- Fortalecimento de território
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Interesse coletivo
- Mobilização de crianças
- Mobilização de juventude
- Valorização do território
- Pertencimento ao território

Arápuà0ka

- Comunicação para educar - racismo, discriminação, valorização das culturas indígenas
- Direitos humanos - direito à terra
- Tradição familiar
- Responsabilidade com o legado
- Dor e violência
- Articulação com política pública
- Vivência em coletividade
- Homens que cozinham
- Ancestralidade
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Etnomídia

Ariadne

- Proteção Saúde Mental
- Saúde Integral
- Antimanicomial
- Articulação comunitária e outras
- Articulação com política pública
- Comunicação para educar - contra preconceito
- Cuidados preventivos
- Cultura como transformação
- Cultural Popular
- Dor e violência
- Diálogo comunitário
- Direitos Humanos - saúde, cultura
- Educadora - formadora
- Mobilização de voluntários
- Pesquisa - universidade
- Prática inclusiva (Pcd, LGBTQIAPN+)
- Resgate e valorização de memória
- Rede de apoio
- Valorização do território
- Valorização do Subúrbio

Bia e Shirley

- Economia Solidária
- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Agroecologia - SAF
- Geração de renda
- Fome - insegurança alimentar
- Comunicação para educar, para combater racismo
- Erveira - Shirley
- Direitos humanos - terra
- Dor e violência
- Vivência em coletividade
- Valorização do território
- Fortalecimento de território
- Desenvolvimento Local
- Educação socioambiental
- Educação política
- Articulação política
- Comunidades Eclesiais de Base
- Emancipação feminina
- Reflorestamento- proteção ambiental
- Ancestralidade

Eliene Vieira

- Desencarceramento
- Grupo de Mães
- Articulação com política pública
- Combate à Violência - tortura, encarceramento arbitrário
- Denúncia e advocacy
- Direitos Humanos - vida, liberdade, defesa
- Dor e violência
- Interação política - Conselhos
- Grupo de Mães
- Roda de escuta e acolhimento

Flávia Souza

- Ancestralidade
- Autocuidado
- Comunicação para educar - racismo, cultura
- Cultura popular - jongo
- Cultura como transformação
- Combate à violência urbana, racismo
- Direitos Humanos - cultura
- Educadora - formadora
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Mobilização de crianças
- Mobilização de juventude
- Proteção de saúde mental
- Pertencimento ao território
- Responsabilidade com o legado
- Roda de escuta e acolhimento
- Saúde Integral
- Tradição familiar
- Valorização do subúrbio

Flavio e Massaria

- Bibliotecas comunitárias - incentivo à leitura
- Cineclube
- Comunicação para educar
- Cultura popular - diversidade
- Cultura como transformação
- Desenvolvimento Local
- Diálogo comunitário
- Direitos Humanos - cultura
- Educador - formador
- Fortalecimento de território
- Geração de renda
- Mobilização de crianças
- Mobilização de juventude
- Pertencimento ao território
- Resgate e valorização de memória
- Valorização do território
- Valorização do subúrbio

Fleury Johnson

- Saúde Integral - população negra
- Ancestralidade
- Ativismo Digital
- Combate à Violência - médica
- Comunicação para educar - contra racismo, discriminação
- Cuidados paliativos - preventivos
- Educador - formador
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Espiritualidade
- Pesquisa - universidade
- Proteção de Saúde Mental
- Roda de escuta e acolhimento

Geraldo Bastos

- Erveiro
- Ancestralidade
- Combate à Violência - religiosa
- Comunicação para educar - contra racismo, contra discriminação, racismo religioso
- Cultura popular
- Dor e violência
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Escritor
- Espiritualidade
- Filosofia de Vida
- Pesquisa - universidade
- Comunidades Eclesiais de Base
- Pré-vestibular
- Rezadeiras e Benzedeadas
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Roda de escuta e acolhimento
- Responsabilidade com o legado
- Tradição familiar

Gilza Rosa

- Economia Solidária
- Geração de renda
- Pragmatismo
- Valorização do território
- Fortalecimento de território
- Desenvolvimento Local
- Interação política - Conselhos
- Articulação com políticas públicas
- Articulação comunitária
- Diálogo comunitário
- Interesse coletivo
- Emancipação feminina
- Pertencimento ao território
- Mobilidade urbana

Johary, Shirley e Davlyn

- Casa de Acolhimento
- Combate à Violência - contra LGBTQIAPN+
- Comunicação para educar - contra racismo, contra discriminação, sexual, contra violência
- Denúncia e advocacy
- Direitos Humanos - vida, habitação, saúde
- Dor e Violência
- Emancipação LGBTQIAPN+
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Fome - insegurança alimentar
- Interação política - Conselhos
- Prática inclusiva (Pcd, LGBTQIAPN+)
- Proteção da Saúde mental
- Rede de apoio
- Roda de escuta e acolhimento
- Vivência na coletividade

Joyce Santos

- Mulheres na tecnologia
- Ancestralidade
- Ativismo digital
- Autocuidado
- Combate à Violência - exclusão do mercado de trabalho
- Comunicação para educar - contra racismo, contra discriminação, machismo
- Direitos Humanos - acesso à tecnologia, ao mercado de trabalho, à informação
- Educadora- formadora
- Emancipação feminina
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Interação política - Conselhos
- Proteção da Saúde mental
- Roda de escuta e acolhimento

Jurema

- Cultura culinária -Ancestralidade
- Ações de combate e -adaptação às mudanças climáticas
- Agroecologia - SAF - agricultura orgânica
- Comunidades Tradicionais (indígena)
- Fome - segurança Alimentar
- Direitos Humanos - alimentação
- Geração de Renda
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Pertencimento ao território
- Reflorestamento- proteção ambiental
- Valorização do Território

Laura Torres

- Combate à Violência obstétrica
- Doula Pesquisa - universidade
- Feminismo - matriarcado
- Educação política
- Comunicar para educar - educação sexual
- Articulação com política pública
- Interação política - Conselhos
- Saúde Integral
- Roda de escuta e acolhimento
- Direitos Humanos - saúde
- Autocuidado
- Educadora - formadora
- Casa de acolhimento
- Agroecologia
- Fome - insegurança alimentar
- Fortalecimento de território
- Emancipação feminina
- Ancestralidade
- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Reflorestamento- proteção ambiental
- Grupo de Mães
- Mobilidade urbana

Lorena Froz

- Comunicação para educar, para combater racismo, desigualdades
- Mudanças climáticas
- Educação socioambiental
- Adaptação de conteúdos à realidade - linguagem
- Pesquisa
- Dor e violência
- Espiritualidade
- Educação política
- Valorização do território
- Fome - insegurança alimentar
- Saúde Integral
- Ativismo digital
- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Articulação comunitária
- Mulheres negras pelo clima
- Potência do território

Lourdes Brazil

- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Ancestralidade
- Comunicação para educar - contra racismo, mudanças climáticas, desmatamento
- Desenvolvimento local
- Direitos Humanos - ambiental, urbano
- Educadora - formadora
- Educação socioambiental
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Escritora
- Interação política - Conselhos
- Mobilização de voluntários
- Mulheres Negras pelo Clima
- Pesquisa - universidade
- Reflorestamento- proteção ambiental
- Valorização do Território

Luciana Petersen

- Comunicação para educar, para combater racismo, discriminação
- Ativismo digital
- Espiritualidade
- Educação política
- Roda de escuta e acolhimento
- Acolhimento e celebração da população LGBTQIAPN+
- Proteção da Saúde mental
- Mobilização da juventude
- Prática inclusiva (LGBTQIAPN+)
- Direitos Humanos - religiosidade

Lucimar Ferreira

- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Articulação com política pública
- Articulação comunitária e outras
- Comunidades Tradicionais (pescadores)
- Comunicação para educar -
- Direitos dos pescadores
- Incentivo à leitura
- Cultura como transformação
- Desenvolvimento Local
- Diálogo Comunitário
- Direitos Humanos - alimentação
- Economia solidária
- Educadora - formadora
- Emancipação feminina
- Fortalecimento do Território
- Geração de Renda
- Turismo comunitário
- Mobilização de crianças
- Mobilização de juventude
- Reflorestamento- proteção ambiental
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Valorização do Território

Mãe Flavia Pinto

- Filosofia de vida
- Espiritualidade
- Dor e Violência
- Fome - insegurança alimentar
- Comunicação para educar, para combater racismo
- Enfrentamento do Racismo
- Feminismo - matriarcado
- Auto cuidado
- Articulação com política pública
- Escritora
- Pesquisa - universidade
- Direitos Humanos - religiosidade; dignidade dentro da cadeia
- Vivência em coletividade
- Roda de escuta e acolhimento
- Proteção da Saúde mental
- Emancipação feminina
- Ancestralidade

Mãe Itamara

- Rezadeiras e Benzedeadas
- Ancestralidade
- Autocuidado
- Combate à Violência - religiosa, racismo
- Comunicação para educar - contra racismo, discriminação, racismo religioso
- Direitos Humanos - religião
- Dor e violência
- Fome - segurança alimentar
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Erveiro (a)
- Espiritualidade
- Filosofia de vida
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Pesquisa - universidade
- Roda de escuta e acolhimento
- Responsabilidade com o legado
- Tradição familiar
- Roda de escuta e acolhimento
- Vivência na coletividade

Marcos e Raquel

- Mobilização de voluntários
- Articulação comunitária e outras
- Bibliotecas comunitárias - -Incentivo à leitura
- Combate à Violência - urbana
- Fome - insegurança alimentar
- Desenvolvimento local
- Diálogo Comunitário
- Direitos Humanos - habitação, alimentação, educação, saúde
- Dor e violência
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Fortalecimento do Território
- Homens que cozinham
- Mobilização de crianças
- Mobilização de voluntários
- Roda de escuta e acolhimento

Maria Chocolate

- Escritora
- Bibliotecas comunitárias
- Fome - insegurança alimentar
- Direitos Humanos - Literatura
- Sororidade
- Feminismo - matriarcado
- Prática inclusiva (PCD)
- Anticapacitismo
- Dor e violência
- Enfrentamento do Racismo
- Fortalecimento de território
- Mobilização de crianças
- Comunidades Eclesiais de Base
- Articulação comunitária

Maria Helena Carvalho

- Articulação comunitária e outras
- Articulação com política pública
- Desenvolvimento Local
- Diálogo Comunitário
- Direitos Humanos - saúde, cultura
- Educadora - formadora
- Educação Socioambiental
- Fortalecimento do Território
- Historia oral
- Interação política - Conselhos
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Pesquisa - universidade
- Pertencimento ao território
- Reflorestamento- proteção ambiental
- Roda de escuta e acolhimento
- Saúde Integral
- Valorização do Território

Marilza Floriano

- Fortalecimento de território
- Valorização do território
- Roda de escuta e acolhimento
- Dor e violência
- Articulação comunitária e outras
- Articulação com políticas públicas
- Ações de combate e adaptação às mudanças climáticas
- Mulheres negras pelo clima
- Fome - insegurança alimentar
- Fortalecimento de mães (violência e tortura pelo estado)
- Desencarceramento
- Agroecologia
- Proteção da Saúde mental
- Emancipação feminina
- Grupo de Mães
- Reflorestamento- proteção ambiental

Ninho

- Articulação comunitária e outras
- Combate à Violência - urbana, racismo
- Fome - insegurança alimentar
- Cultura como transformação
- Desenvolvimento Local
- Diálogo Comunitário
- Direitos Humanos - cultura, proteção de crianças
- Educadora - formadora
- Enfrentamento do Racismo - cotidiano, institucional, ambiental
- Fortalecimento do Território
- Interação política - Conselhos
- Pertencimento ao território
- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Mobilização de crianças
- Mobilização de juventude
- Roda de escuta e acolhimento
- Valorização do Território

Ronaldo Silva

- Memórias, histórias e visibilidade da população afro-brasileira e indígena.
- Folia de Reis
- Cultura popular
- Tradição familiar
- Responsabilidade com o legado
- Valorização do território
- Adaptação e atualização em relação à realidade
- Articulação comunitária
- Mobilização de crianças
- Ancestralidade
- História oral
- Mobilidade urbana

Conectoras do Cuidar

Maria José Gouvêa

Arte educadora, pedagoga, especialista em educação para as infâncias e mestre em História Contemporânea - Bens Culturais e Projetos Sociais. Sua experiência docente é na área de educação e cultura, em cursos de formação e especialização, pela Secretaria Estadual de Educação|RJ, PUC Rio e UERJ. Foi consultora na elaboração e implementação de projetos socioculturais para ONGs, Prefeituras, Canal Futura e para o escritório Flaksman, Pinni e Vergara Arquitetura e Arte. Participou de projetos editoriais, voltados para temas de cultura, arte educação e memória. Foi residente do Programme Courants da Maisons des Cultures du Monde em Paris. Participa de comissões de avaliação de projetos em editais para Secretarias de Cultura, Sesc, Sesi, organizações não governamentais e fundações. Desde 2010 é parecerista do Ministério da Cultura na área Humanidades|FBN. No Sesc Rio de Janeiro, trabalhou, por mais de 30 anos, como arte educadora, coordenadora de literatura e projetos culturais, e como gerente de cultura, em todo o estado do RJ. Nos últimos anos, vem atuando em projetos socioculturais com ênfase na integração das linguagens artísticas, na memória|história oral, e no estudo sobre o Cuidar.

Marina Vieira

Curadora, produtora criativa e ativista cultural. Utiliza a sua vivência com diversos atores, brasileiros e latino-americanos, para ampliar a articulação e realização de projetos colaborativos e interculturais. É sócia da Mil e Uma Imagens Comunicação e idealizadora de festivais como o Tangolomango - Festival da Diversidade Cultural - 20 edições no Brasil e América Latina; o Criei, Tive Como! - Festival Multimídia de Cultura Livre - duas edições em Porto Alegre e o Circuito Favela Criativa, maratonas culturais em sete territórios cariocas, com a participação de 2.500 artistas de 53 comunidades. Participa de comissões de avaliação de projetos em editais para Secretarias de Cultura, Ministério da Cultura, empresas e instituições. Foi Coordenadora de Diversidade Cultural da Secretaria de Cultura do Rio de Janeiro. Jornalista (UFF), com pós-graduação em Marketing (PUC-Rio), Responsabilidade Social e Terceiro Setor (Economia - UFRJ) e especialização em Políticas Culturais (Observatoire de Politiques Culturelles/França). Atualmente, está focada em achar caminhos em que a cultura possa contribuir como mobilizadora para as questões socioambientais mais urgentes, desenvolvendo estudos e projetos “sócio-culturais-ambientais”.

Raquel Diniz

Mãe do Blessed, herdeira de um matriarcado nordestino e de uma família que cuida de suas memórias. Nasceu entre as montanhas de Petrópolis e hoje tem a possibilidade de contribuir para regenerar um solo sagrado no interior do Rio. Há 23 anos se dedica à pesquisa, gestão e facilitação de projetos para o desenvolvimento socioambiental e cultural. Aprendeu recentemente com Nêgo Bispo que, na verdade, trabalha para o envolvimento (e não desenvolvimento), para a contracolonialidade e confluências. Raquel é antiracista e apoia movimentos que desmantelem processos de desigualdades e opressões. É encantada por novos aprendizados e diferentes visões do mundo, pela filantropia comunitária e pela força das comunidades tradicionais e periféricas. É Mestre em Desigualdades e Ciências Sociais pela London School of Economics. Formada em direito, com MBA em Responsabilidade Social e Terceiro Setor pela UFRJ, com especialização em Desenvolvimento Local pela Organização Internacional do Trabalho (OIT-ONU). Recentemente, vem estudando o trabalho dos cuidadores do mundo.

Não Chegamos Sós

Esse e-book é resultado de um estudo amplo e coletivo. Para sua realização, contamos, inicialmente, com conversas afetivas e esclarecedoras que abriram nossa perspectiva para pensar o cuidado: Carla Carvalho, Cinthia Mendonça, Charles Siqueira, Denise Silva, Graciela Selamein, Guto Gutierrez, Heraldo HB, Isabel Pereira, Júlio Lêdo, Leandro Santana, Lisa Gunn e Luciana Bezerra.

Esses diálogos nos levaram a buscar pessoas e instituições que nos indicaram pessoas e coletivos ligados ao Cuidar:

Beá Meira; BrazilFoundation - Bruno de Souza Faria; Casa dos Conselhos de Petrópolis - Tiago Ezequiel; Casa Fluminense - Luize Sampaio e Paola Lima; Circo Crescer e Viver - Junior Perim e Faby Soares; Cineclube Mate com Angú - Heraldo HB; Claudiney Ferreira; Cristiane Costa; Daniele Ramalho; Diálogos Suburbanos - Teresa Guilhon; Espaço Gaia - Laura Torres; Fazenda Recreio - Josiane dos Santos e Ivonilde Santana; Flup - Julio Ludemir; LABMENS / UFRJ - Geraldo Bastos; Programa de Pós-Doutorado do PACC (Programa Avançado de Cultura Contemporânea) - UFRJ - Ilana Strozenberg; Instituto EVA - Maria Rita Vilela; ISER (Instituto de Estudos da Religião) - Isabel Pereira; Leonardo Oliveira; Nós do Morro - Luciana Bezerra; Numa Ciro; Oi Futuro - Victor Almeida; Olhar Compartilhado - Júlio Lêdo; Ramon Nunes Mello; Rosilene Milotti; Secretaria Municipal de Cultura de Japeri - Jorge Braga Junior; Secretaria Municipal de Cultura do Rio de Janeiro / Coordenadoria de Territórios e Diversidade Cultural - Cintia Monsore e Bárbara Azeo; Universidade das Quebradas - Rosângela Gomes; Verônica Nascimento; PAZ sem fronteiras - Patrícia Munçone; Via Integrativa - Fabiana Gaspar Gomes

E chegamos aos cuidadores que compartilharam com a gente suas vidas e trajetórias. Ficamos muito felizes com o tanto que aprendemos com cada um deles.

Contamos, ainda, com a generosidade de Regina Novaes e Karen Worcman, a parceria da agência Nós da Comunicação que chegou junto em todos os momentos do projeto, em especial pelo entusiasmo da Jaíra Reis, do Paulo Clemen e do André Bürger; e com as parcerias da Firjan/Sesi (Antenor Neto e Julia Santos) e da Fundação Heinrich Böll Brasil (Marilene de Paula e Mayara Costa), fundamentais para finalização e divulgação do projeto.

Agradecemos a todos pelo que levaremos para a nossa vida e para a continuidade de nosso trabalho.

Perfis dos Cuidadores



Adelina da Silva D'Oria - Jurema diz que se reconhece com esse nome que recebeu, ainda criança, de seus amigos - Cabocla Jurema. Filha de pais indígenas, nasceu e cresceu no interior de Japeri. Desde os seis anos, planta e colhe aipim. Do aipim, faz seu sustento. Faz maionese, sorvete, pastel, empadão, sucos, quibe, cocada, tudo com aipim. Desenvolveu uma argamassa com base no aipim para fazer contrapiso. Cuida para que a cultura do cultivo e a cultura alimentar do aipim sejam preservadas e passadas de geração em geração.

 21 96834-4618 (WhatsApp)



Adilson de Almeida mora em Jacarepaguá - RJ, no Maciço da Pedra Branca, terra declarada como Remanescente de Quilombo. Nasceu e foi criado no Quilombo Camorim. Hoje é o guardião dessa terra e das famílias quilombolas. Responsável por defender seus direitos e a cultura ancestral do povo Banto que se instalou no Quilombo desde 1614, Adilson é também griô. Cuida para que sua comunidade resista às ameaças constantes de violência contra a população negra.

 @quilombocamorim@acquile

 @acquilerj



Alexandre Silva é enfermeiro, professor da UFSJ/MG, doutor e especialista em cuidados paliativos. Criou, em 2019, pioneiramente, o projeto Favela Compassiva nas favelas da Rocinha e do Vidigal, primeira Comunidade Compassiva do Brasil para assistir a pacientes e seus familiares que estejam vivenciando doenças ameaçadoras da vida. O trabalho é feito em parceria com a comunidade, que é mobilizada, capacitada e apoiada por equipes multidisciplinares. A comunidade passa a ser cuidadora daquelas pessoas que precisam, sobretudo, com escuta ativa, apoio e compaixão.

 @favelacompassiva

 @profalexsilva

 https://www.youtube.com/watch?v=_biFEZgRYd0



Ana Beatriz de Carvalho [Bia] vive desde os 3 anos em assentamentos. Hoje, mora no assentamento Terra Prometida, em Xerém, com o marido e a filha. Ativista pela agroecologia e segurança alimentar, luta por comida saudável para todos. Agricultora agroecológica, pedagoga da terra e integrante do Fórum Municipal de Direitos da Mulher de Duque de Caxias e ex-dirigente do MST, Bia tem o território como produção de cuidado.

Shirley de Oliveira Santos chegou no assentamento Terra Prometida | Xerém, em 2018. Uma nova perspectiva de vida se apresentou e ela a abraçou inteiramente: o cuidado a partir da natureza “cuidar da plenitude da vida”, dos conhecimentos ancestrais. Shirley se dedica ao cultivo de ervas e fitoterápicos.

 @coletivo.terra
documentário ‘1 ano e 1 dia’ retrata a comemoração dos moradores do acampamento 17 de Maio, na Baixada Fluminense, após 366 dias de ocupação do terreno, o que legalmente garantiu-lhes a posse da terra. Direção: Cacau Amaral, João Xavier, Rafael Costa.

 <https://www.youtube.com/watch?v=qvjSUJz-83BY&t=6s>



Ana Olívia é portuguesa. Vivia na Espanha quando resolveu se mudar para o Rio de Janeiro, mais especificamente para Parada de Lucas, com o objetivo de dar aulas de espanhol num projeto social. Começou a dar aulas de Yoga no Redes da Maré e, em 2015, criou o Instituto Yoga na Maré para promover a cultura de paz e oferecer um sistema de saúde integrativa aos moradores. Realiza encontros formativos e aulas integradas aos saberes locais, como os de erveiras, doulas e massagistas. Ana Olívia cuida do corpo, da alma e do bem-estar dos moradores da Maré.

 <https://www.yoganamare.com.br/>

 @yoganamare



Anápuàka Tupinambá, de origem Tupinambá, nasceu e passou parte de sua infância na Favela Nova Divinéia - SP. É o criador da Rádio Yandê e do conceito Etnomídia Indígena, baseado no processo cultural dos povos indígenas, nas suas linguagens, na apropriação cultural e na construção do pensamento reflexivo sobre comunicação indígena. Para Anápuàka, cuidado é “cuidar de si e do outro”.

 @anapuakatupinamba

 radioyande/



Andrea Apolonia é mãe da Rafa. Da solidão de uma mãe de criança com uma doença rara chamada Síndrome de Angelman, ela fez um ponto de conexão com outras mães atípicas. A partir de um grupo de WhatsApp, criou a Juntos, uma rede de apoio que tem mais de 300 famílias cadastradas, em parceria com outras mães, para se apoiarem e cuidarem. Mobilizam, articulam, protestam, denunciam, pressionam por legislações e educam a sociedade para um futuro anticapacitista.

 @junto_grupo

 <https://vimeo.com/91668119>

 rarediseasyday.org



Antonio Carlos Firmino nasceu em Miguel Pereira, no bairro Conrado. Morador da Rocinha há mais de 30 anos, é geógrafo, mestrando em Memória Social e trabalha em várias frentes. No Museu Sankofa - Memória e História da Favela da Rocinha, é cofundador e um dos coordenadores do Museu, que oferece acesso virtual às informações, exposições itinerantes e publicações. Cuidar para Firmino tem relação com o nome do museu SANKOFA, um adinkra de Gana - Costa do Marfim, representado por uma ave africana mítica que possui a cabeça para trás e os pés para frente, e cujo sentido se traduz em “Se eu quero construir o presente, o futuro, eu tenho que olhar o passado.”.

 [museu_sankofa_da_rocinha](https://www.instagram.com/museu_sankofa_da_rocinha)

 @remusrj



Ariadne Mendes é psicóloga, sanitária, coordenadora-geral e cocriadora do Bloco Carnavalesco Loucura Suburbana. Desconstruir muros e construir relações afetivas são as especialidades dela. Foi no contexto do processo de desconstrução do modelo asilar do Instituto Municipal Nise da Silveira que o Loucura Suburbana nasceu, em 2001, sendo o primeiro Ponto de Cultura em saúde mental do Rio de Janeiro. Ariadne e sua equipe cuidam para que a cultura seja incorporada aos dispositivos de saúde mental, assegurando que cada usuário tenha voz, liberdade e autonomia.

 @loucurasuburbana

 <https://www.loucurasuburbana.org/>



Davlyn, Shirley e Johari fundaram a Casa Dulce Seixas, em Nova Iguaçu, para acolher pessoas LGBTQIAPN+ vivendo em situação de rua, vulnerabilidade social ou insegurança alimentar. É a única da Baixada Fluminense. Articulam parcerias com redes de saúde, de assistência social e de cultura, com intuito de proteger a população LGBTQIAPN+ e de garantir seus direitos. Shirley é a presidente da Casa, Johari é vice-presidente e Davlyn é mulher trans, responsável pela gestão financeira e dos projetos da Casa.

 @casadulceseixas



Eliene Vieira luta contra o encarceramento. É integrante de movimentos de mães e famílias que tiveram seus filhos violentados e torturados pelo Estado. Uma luta que começa pessoal ao ter um filho baleado, torturado e preso de forma arbitrária pela Polícia Militar do Rio de Janeiro e ganha alcance coletivo na Rede Nacional de Mães e Familiares Vítimas de Terrorismo do Estado. Promotora legal popular, ela dá suporte para mães de todo o Brasil. Também é perita no Mecanismo Estadual de Prevenção e Combate a Tortura, órgão público vinculado à ALERJ, resultante de diretrizes da ONU. Eliene cuida de mães, famílias e de seus direitos violados.

 @eliene_1011

 @mecanismoriodejaneiro

 <https://www.mecanismoj.com.br>

 @desencarcerabr

 @desencarcerabr



Flávia Souza tem origem no movimento Hip Hop. Sua ancestralidade jogueira falou mais alto a levando para dentro da roda, fundou o Grupo Afrolaje, em 2011. Fundou o Grupo Afrolaje, em 2011. Multiartista, produtora cultural, coreógrafa, preparadora de elenco e formada em Dança pela UFRJ, desenvolveu uma metodologia de dinâmica corporal chamada MOVIMENCURE para apoiar o processo de cura de pessoas com doenças mentais. Flávia cuida para que a cultura afro-brasileira seja celebrada e vivenciada. E cuida da saúde mental de mulheres e da população negra por meio da força do movimento do corpo.

 @grupo_afrolaje

 @tempestuosa_depressagem



Flavio Lima e Massari Simões formam um casal de professores, ele de geografia, ela de educação física. Ambos, apaixonados pela cultura suburbana, fundaram a Casa do Artista Independente, no bairro de Vista Alegre - RJ. É um Ponto de Cultura e um cineclube de portas abertas para a comunidade. Juntos, cuidam da arte imaterial do subúrbio carioca, resgatam memórias e celebram a vida de artistas periféricos. Combatem injustiças na cadeia produtiva da música cuidando do artista independente.

 @Casarticultura

 @Flaviolima3697

 @Flávio-Lima

 @Massari-Simões

 @Casarti

 @casarticasadoartistaindepe6397



Fleury Johnson desde os quatro anos de idade sonhava em ser médico. Também queria ter a experiência de viver fora do Togo, seu país de origem. Juntou esses dois desejos e veio cursar medicina na UFRJ. Tem especialidades em clínica médica e na saúde da população negra. Propõe o cuidado como forma acolhedora para que as pessoas negras sejam tratadas e “tocadas”, sendo consideradas em sua integridade e espiritualidade.

 @drfleuryjohnson

 @institutodis



Geraldo Bastos é bisneto e filho de erveira e neto de rezadeira. Tornou-se erveiro, mestre em psicossociologia em Comunidades e Ecologia Social e doutor pela UFRJ. É também pesquisador do Laboratório de Memórias, Territórios e Ocupações (LABMENS). Foi fundador de diversos pré-vestibulares na Baixada e coordena o Projeto pré-vestibular Quilombo Kilombá. Por meio de seus estudos e da divulgação da riqueza e da sabedoria ancestral afro-brasileira, é um cuidador da espiritualidade, do imaterial e dos encantados

 @geraldobastospsi



Gilza Rosa Moraes dos Santos mora em Japeri e, durante muito tempo, foi empregada doméstica. Até que decidiu buscar novos caminhos e fez um curso sobre Economia Solidária. Apaixonou-se pelo tema e pela nova vida como artesã e articuladora junto às mulheres em sua comunidade. Participa de movimentos da sociedade civil ligados a causas do empoderamento feminino e na luta por políticas públicas que garantam melhor qualidade de vida em seu território.

 @artesaosjaperi



Joyce Santos deixou sua Campinas para cursar faculdade no Rio de Janeiro, realizando o sonho da família que ainda não tinha conseguido chegar ao ensino superior. Começou cursando Letras e terminou com Biblioteconomia. Durante a Pandemia de COVID-19, participou das atividades da PretaLab, um link entre mulheres negras e indígenas, focado em tecnologia e mercado. Hoje é gestora de ciclos formativos na PretaLab e ativista pela democratização do acesso a tecnologias.

 @olabiorg

 @pretalab_

 <https://hibridos.cc/po/rituals/a-barquinha>



Laura Torres nasceu e mora no Jardim Catarina - São Gonçalo. É doula, pesquisadora e diretora do Espaço Gaia, uma organização da sociedade civil, no Complexo do Salgueiro - São Gonçalo, que acolhe, apoia, informa e acompanha mulheres gestantes. Um projeto que vem se ampliando por meio de um olhar integral que inclui saneamento, mobilidade e segurança alimentar. Para Laura, cuidado é “movimento - olhar integral”.

 <https://www.instagram.com/gaia.espaco/>



Lorena Froz dos Santos nasceu em Santa Helena, interior do Maranhão, mas desde pequena mora na Favela Nova Holanda - RJ. Cresceu amando seu território, suas gentes. Tornou-se educadora ambiental e, com o compromisso de compartilhar informações contextualizadas sobre as questões ambientais na realidade da favela, criou a Faveleira, projeto digital que produz informação sobre meio ambiente e qualidade de vida. Para ela, cuidar é zelar, pensar no outro, ouvir, viver em coletivo.

 https://www.instagram.com/_faveleira?igsh=dWRpZGJmNDAwcndo

 https://www.instagram.com/lorenafroz_?igsh=NjZscDlpbWY4bDg1



Lourdes Brazil vislumbrou uma floresta a partir de um fragmento de Mata Atlântica. E foi plantando e recuperando o solo, que ela criou uma ilha de frescor em São Gonçalo, no bairro da Água Mineral. Mestre em economia e doutora em Ecologia Social, fundou o Centro Gênesis de Educação Socioambiental, onde regenerou fragmentos de Mata Atlântica, facilitando o desenvolvimento de um microclima local, exemplo de adaptação às mudanças climáticas. É escritora, poetisa e cuidadora do seu território.

 <https://www.centrogenesis.com.br/>

 [centroeducacaoambientalgenesis](#)

 [@genesis_centro](#)



Luciana Petersen nasceu em Santa Isabel, interior de São Paulo. É jornalista. De família evangélica, a religião sempre esteve presente em sua vida. Atualmente, mora no Rio de Janeiro. Durante a pandemia, ficou mais claro o que já vinha refletindo (e sentindo): a igreja não acolhia a todos igualmente. Nas redes digitais, foi encontrando outras pessoas com o mesmo sentimento e a mesma necessidade de serem acolhidas, ouvidas, gerando uma “comunidade de espiritualidade para pessoas machucadas”: a Novas Narrativas Evangélicas. Luciana é uma líder espiritual da Comunidade Oásis, que pratica a religiosidade cristã da forma que acredita: sem preconceitos, ativista pelos direitos humanos, pela justiça social.

 [@novasnarrativasevangelicass](#)

 [@oasis_rj](#)



Lucimar Ferreira criou, em Magé, o projeto Luthando pela Vida que oferece oficinas de esporte e outras atividades no contraturno escolar e alfabetização para adultos. Para complementar sua renda familiar e sustentar o projeto, virou pescadora artesanal e uma liderança local que cuida da comunidade tradicional de pescadores. Fundou em 2016 a Associação Pescador Desportivo Luthando pela Vida. É guia de turismo de base comunitária, artesã e ativista ambiental.

 [@projeto.luthandopelavida](#)

 [@remando_manguezal](#)



Marcos Antônio Francisco Mariano é assistente social, auxiliar de enfermagem e artista plástico e **Raquel Mariano** é artesã. Ambos são voluntários, articuladores de atividades e de doações para os moradores da Comunidade do Fim do Mundo, em Costa Barros - RJ. Lutam pela segurança alimentar das famílias que ali vivem em situação de total abandono, violência e injustiça social. Por três vezes, construíram um espaço onde as crianças tinham acesso a livros, brinquedos, instrumentos musicais, e uma cozinha montada para fazerem comida para a população, mas também por três vezes o espaço foi destruído. Não desistem, porque acreditam na igualdade de acesso a direitos e que a cultura do cuidado é transformadora.

 [@Grupo-Genesis](#)



Mãe Flávia Pinto - Flávia da Silva Pinto nasceu na Vila Vintém, em Padre Miguel - RJ. É Babá (Mãe de Santo) da Casa do Perdão - Seropédica. Socióloga, mestranda em Sociologia Política e escritora, é uma guia e líder espiritual com muitas frentes de cuidado. Em seu podcast, aborda temas como matriarcado, racismo religioso, práticas ritualísticas e ancestralidade, entre outros, enfatizando a relação das religiões de matriz africana com a natureza e suas forças sagradas. “Não é só uma questão de religiosidade, é uma filosofia de vida”, ela afirma convicta. Cuidar de si para cuidar do outro. Para Mãe Flávia, cuidar é amor.

 @maeflaviapinto
 @casadoperdao



Mãe Itamara - Itamara Oliveira dos Santos herdou da avó o legado da sabedoria de rezadeira e um terreiro para cuidar como Mãe de Santo. Seu terreiro de Candomblé Angola Casa do Bengue Ngola Djanga Ria Mutakalambo foi fundado em 1964, em Nova Iguaçu - RJ. É lá que ela reza qualquer pessoa que chegue pedindo para ser cuidado e abraçado. É assistente social, mestre pela UFRJ e pesquisadora do Laboratório de Memórias, Territórios e Ocupações (LABMENS), onde pesquisa sobre violência e depredação dos terreiros em Nova Iguaçu e Duque de Caxias.

 @itamaradeoliveira.oliveira
 @raiz_mutakalambo



Maria Helena Carvalho nasceu na Rocinha, formou-se enfermeira e há 44 anos atua no SUS. Coordenadora da Unidade de Saúde da comunidade, entende saúde de forma integral, participando de iniciativas que discutem e propõem soluções para o lixo, as estradas, a preservação da floresta, a habitação, a vulnerabilidade às mudanças climáticas, o cuidado dos animais, a cultura e o lazer. É cofundadora do museu Sankofa, que cuida da memória da Rocinha. Maria Helena cuida do seu território de forma integral e interdependente.



Maria do Carmo Miranda (Maria Chocolate) nasceu em Bom Jesus do Galho - MG. Ainda bem pequena, mudou-se para Saracuruna, Duque de Caxias - RJ, onde mora até hoje. Os livros sempre foram companheiros e marcaram diferentes fases da vida dura que teve. Para compartilhar o amor e o poder de transformação dos livros, criou a Mulheres Amoras Necessitam de Navegar em Sonhos (MANNs), uma biblioteca comunitária que tem as iniciais dos nomes das mulheres importantes da sua vida, forma que encontrou para homenageá-las. A biblioteca faz parte de um centro comunitário (CHOCOBIM) onde acontecem atividades culturais para crianças e jovens. Sobre o cuidado, é enfática: “Quem passou fome sabe a importância do cuidar.”

 <https://www.editorapanoplia.com.br/autorra-mariachocolate>

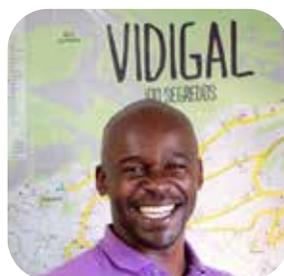
 https://www.instagram.com/bc_manns



Marilza Barbosa Floriano mora no Morro do Sossego, Duque de Caxias - RJ. Durante 25 anos, foi empregada doméstica, até que um episódio em sua vida a despertou para a luta por direitos humanos. Formou-se em Serviço Social e foi construindo um olhar político e ativista, criando uma rede de mulheres potentes com atividades na área da saúde e agroecologia, dando origem aos Quintais Produtivos. São mulheres que cuidam da terra, plantam, cuidam das ervas, tornam produtiva a terra de seu território e lutam, coletivamente, por direitos rma integral e interdependente.

 @redecontraviolenciarj

 Nossos Mortos têm voz
<https://www.youtube.com/watch?v=nsVFbAtgl1M>



Ninho Willian de Paula é cria do Vidigal - RJ e do Grupo Cultural Nós do Morro. Um articulador de projetos e diálogos sobre políticas públicas em benefício da população do seu território e facilitador de encontros para promoção do desenvolvimento local. Eleito pela comunidade Conselheiro Tutelar e atuando como guia de turismo comunitário, Ninho é um cuidador da memória e da identidade do Vidigal.

 @ninhovidigal



Ronaldo Silva, cria do Morro Dona Marta - Botafogo - RJ, não conhece outra vida que não a imersa na Folia de Reis Penitentes do Santa Marta. Palhaço desde os 9 anos, recebeu o legado de mestre do irmão, que, por sua vez, recebeu de seu pai Mestre Diniz. Ronaldo se sente cuidador e guardião dessa tradição familiar e procura passar os ensinamentos para as novas gerações de sua família e da comunidade, com responsabilidade e respeito à memória e à cultura.

 @penitentesstm

 @FoliaDeReisDoSantaMarta

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACOSTA, Alberto. O Bem Viver, uma oportunidade para imaginar outros mundos Tradução: Tadeu Breda. São Paulo: Autonomia Literária, Elefante, 2016.
- ADICHIE, Chimamanda Ngozi. O perigo de uma história única. Tradução: Julia Romeu. 1ª edição - São Paulo: Companhia das Letras, 2019
- ALBERTII, Verena. Além das versões: possibilidades da narrativa em entrevistas de história oral. Rio de Janeiro. CPDOC, 2004.
- Bassanezi (org.). Fontes Históricas. São Paulo: Contexto, 2005.
Ouvir e Contar. Textos em história oral. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2004.
- BASTOS, Geraldo. Mulheres que rezam e curam: narrativas e resistências em Nova Iguaçu, Baixada Fluminense (RJ). Tese de Mestrado. Universidade Federal do Rio de Janeiro: 2020.
- BISPO DOS SANTOS, Antonio. A terra dá, a terra quer. 1ª edição - São Paulo: Ubu Editora, 2023.
- BRUM, Eliane. A vida que ninguém vê. Porto Alegre: Arquipélago Editorial, 2006.
- CARTOGRAFIA PARTICIPATIVA. Associação Cultural do Quilombo do Camorim. Guardiões da Sankofa. <https://aspta.org.br/files/2022/09/Cartografia-Social-Guardi%C3%A3es-de-Sankofa-Quilombo-do-Camorim.pdf>
- CARNEVALLI, Felipe, REGALDO, Fernanda, LOBATO, Paula, MARQUEZ, Renata, CANCADO, Wellington (organizadores). Terra - Antologia afro-indígena/Vários autores. São Paulo/Belo Horizonte: Ubu Editora/Piseagrama, 2023.
Histórias dentro da história. Em: PINSKY, Carla
- CHOMSKY, Noam; POLLIN Robert. Crise climática e o Green New Deal global: a economia para salvar o planeta. Tradução: Bruno Cobalcini Mattos. - 1ª edição - Rio de Janeiro: Roça Nova, 2020.
- D'ALISA, Giacomo, DEMARIA, Federico; KALLIS, Giorgios (organizadores). Decrescimento: vocabulário para um novo mundo, Porto Alegre: Tomo Editorial, 2016.
- EISENSTEIN, Charles. O mundo mais bonito que nossos corações sabem ser possível. Tradução: Fábio Marinho e Tônia Van Acker - 2ª edição. São Paulo: Palas Atenas, 2024.
- EVARISTO, Conceição. A gente combinamos de não morrer. In.: Olhos d'Água. Rio de Janeiro: Pallas, 2015.
- GALEANO, Eduardo. O Livro dos Abraços. Porto Alegre: L&PM, 1995.
- GONZALEZ, Lélia. Por um Feminino Afro-latinoamericano: Ensaio; intervenções e diálogos. Organizações: Flávia Rios, Márcia Lima - 1ª Edição- Rio de Janeiro: Zahar, 2020.
- HARDT, Michael; NEGRI, Antonio. Bem-estar comum; tradução: Clóvis Marques - 1ª edição - Rio de Janeiro: Record, 2016.
- KILOMBA, Grada. Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019
- KRENAK, Ailton. Ideias para adiar o fim do mundo - 2ª edição. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.
- KRENAK, Ailton. A vida não é útil. Pesquisa e organização Rita Carelli. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.
- KRENAK, Ailton. Futuro ancestral - 1ª edição. São Paulo: Companhia das Letras, 2022.
- KRENAK, Ailton. Artigo: Sobre a Capacidade de juntar mundo. O sistema e o antissistema, três mundos no mesmo mundo. Belo Horizonte; Autêntica, 2021.
- LOPES, Nei e Luiz Antônio Simas. Filosofias Africanas - 1ª edição - Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2020.
- PEREIRA, Jesus Vasquez e WORCMAN, Karen (coord.). História Falada: memória, rede e mudança social. Sesc SP e Museu da Pessoa, SP, 2006.
- PINTO, Mãe Flávia. Salve o matriarcado da mulher búfala - 1ª edição. Rio de Janeiro: Editora Aruanda, 2021.
- RIBEIRO, Djamila. Pequeno Manual Anti Racista - 1ª edição- Rio de Janeiro: Companhia das Letras, 2019.
- RIBEIRO, Sidarta. Sonho manifesto: Dez exercícios urgentes de otimismo apocalíptico - 1ª edição. São Paulo: Companhia das Letras, 2022.
- SANTOS, Itamara. Papo de terreiro: resistência à intolerância religiosa e racismo pelas casas de Candomblé em Nova Iguaçu, região da Baixada Fluminense, RJ. Tese de Mestrado. Universidade Federal do Rio de Janeiro: 2022.
- SANTOS, Milton. Por uma outra globalização - do pensamento único à consciência universal - 7ª edição - Rio de Janeiro: Record, 2001.
- SAVAZONI, Rodrigo. O comum entre nós: da cultura digital à democracia do século XXI (Coleção Democracia Digital) Organização: Sérgio Amadeu da Silveira - eBook. edições SESC.
- SHAFIK, Minouche. Cuidar uns dos outros: um novo contrato social. (Tradução Paula Santos Diniz) - 1ª edição - Rio de Janeiro: Intrínseca, 2021

Créditos

Idealização e Coordenação Geral: Marina Vieira
Coordenação de Conteúdo: Maria Gouvêa, Marina Vieira e Raquel Diniz
Pesquisa e Entrevistas: Maria Gouvêa e Raquel Diniz
Textos: Maria Gouvêa e Raquel Diniz
Edição de textos - Jaíra Reis
Fotos: Pedro Koeler e acervos pessoais dos Cuidadores

Vídeos

Fotografia - Pedro Koeler
Edição - Theodora Duvivier
Assistentes de câmera - Carlos Nascimento, João Gasparian e Rômulo Grion
Tradução: Luisa Nunes e Marcelo Teixeira

Comunicação

Identidade visual e Produção de Conteúdo: Nós da Comunicação
Direção de Comunicação - Paulo Clemen
Atendimento - André Bürger
Diagramação do e-book - Gina Mesquita
Direção de Arte para Redes Sociais - Maysa Moraes
Redação de Conteúdo para Redes Sociais - Carla Güttler e Vanessa Aguiar
Hotsite: Vanessa Aguiar (conteúdo) e Marcos Fernandes (layout)
Revisão: Denise de Vincenzi e Ana Paula de Azevedo
Assessoria de Imprensa: Agência Galo
PDF acessível: Ver com Palavras Audiodescrição
Audiodescrição de imagens: Marcia Martins e Rosangela Favaro
Consultoria: Manoel Negraes
Revisão: Lívia Motta
Formatação do PDF acessível: Wagner Caruso.
Consultoria em acessibilidade: Laercio Sant'Anna.

Produção: Mil e Uma Imagens / Xumbrega Filmes

Realização: Governo Federal, Ministério da Cultura, Governo do Estado do Rio de Janeiro, Secretaria de Estado de Cultura e Economia Criativa, através da Lei Paulo Gustavo e Mil e Uma Imagens Comunicação.

O ebook Circular - Cuidadores do Mundo é uma publicação gratuita e disponibilizada para download. Todo o nosso conteúdo é feito sob a licença Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0. Por isso, você pode republicar, basta seguir as regras abaixo:

Todas as republicações precisam ter o nome do e-book, em destaque, de preferência no topo do texto.

No caso de republicações online, é preciso incluir também o link para o texto original

Para divulgação do conteúdo do ebook nas suas redes sociais, por favor marque os perfis do projeto no Twitter, Facebook, Instagram, YouTube e TikTok.

Não é permitido vender nossos textos, fotos ou vídeos. Por favor, nos avise sempre que você republicar algum dos nossos conteúdos, pelo email: marinavieira.cultura01@gmail.com

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Circular [livro eletrônico] : cuidadores do mundo :
um estudo sobre o cuidar / coordenadoras Maria
Gouvêa, Marina Vieira, Raquel Diniz. --
Rio de Janeiro : Mil e Uma Imagens, 2024.
PDF

Vários autores.

ISBN 978-85-65068-02-4

1. Ação social - Rio de Janeiro (RJ)
2. Comunidade - Aspectos sociais 3. Cuidadores -
Rio de Janeiro (RJ) 4. Diversidade 5. Relatos de
experiências I. Gouvêa, Maria. II. Vieira, Marina.
III. Diniz, Raquel.

24-235658

CDD-362.04250981531

Índices para catálogo sistemático:

1. Circular : Cuidadores do Mundo : Rio de Janeiro :
Estado : Bem-estar social 362.04250981531

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

APOIO:



REALIZAÇÃO:



Secretaria de
Cultura e Economia
Criativa



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



MINISTÉRIO DA
CULTURA

