

Segmento: PUCRS

29/02/2020 | Pioneiro | Almanaque | 12

Viver com arte

Mineira, Ronya Souto fala sobre a vida em Caxias e do gosto pela arte, cultivado desde a infância

Num belo dia, quando o salto quebra, você decide rever escolhas e a vida toma outros rumos. Foi assim com Ronya Souto. Nascida em Unai, em Minas Gerais, e formada em Direito pela Universidade Federal de Uberlândia, ela vivia em Brasília e trabalhava em um importante escritório quando teve o contratempo com o calçado. Nesse dia, circulou pelos tribunais de tailleur e rasteirinha e decidiu fazer seu mestrado no Sul.

Então, veio para a Unisinos, em São Leopoldo, fez sua formação, trabalhou com o renomado juiz Milton Bueno de Carvalho, casou-se com o médico Charles Dallegrove, e teve as filhas Alice e Elisa, tornando-se uma caxiense há 19 anos.

- Aqui encontrei amigos. A gente se sente parte da cultura de um lugar quando ele te acolhe - diz ela que, aos 43 anos, integra a Comissão Social da Festa da Uva e a vice-presidência da Confraria das Artes da Serra Gaúcha, a Confrartes.

Segundo Ronya, a intenção da Confrartes é movimentar a cidade para o debate sobre a arte, gosto cultivado por ela em uma típica família de fazendeiros mineiros da mãe, Lindalva de Brito, e do pai, Antonio Souto.

- A história de Minas está ligada à história da arte brasileira. Além do Barroco Mineiro, temos a arte popular e o contemporâneo de um Amílcar de Castro. A arte nos desperta para o intangível, aquilo que nos emociona - analisa, sentada em uma Poltrona Mole, peça ícone do design brasileiro criada por Sergio Rodrigues, com uma pintura do caxiense Sergio Lopes ao fundo (foto ao lado).

O gosto pela arte vem da certeza que a cultura contribui para a cidadania.

- Gostaria de viver num país em que a juventude tenha acesso à educação de qualidade. As pessoas precisam ter dignidade e ainda vivemos em uma nação que não possibilita isso - diz ela, que foi professora de Direito na PUC, Ulbra e FSG, e aluna do curso de Design na UCS.

No dia a dia, Ronya preza a vida familiar, seu grande enlevo.

- Sou uma pessoa feliz com meu marido e minhas filhas. Como boa mineira, cultivo o hábito de um café da manhã em família aos domingos - revela.

O refinamento da simplicidade e da vida com arte a mobilizam para um novo desafio: em breve abre um espaço de artesanato e design autoral em parceria com a presidente da Confrartes, Fabiana Cemin Venturin.

- Nada mais contemporâneo do que o feito à mão - diz.

Da cultura mineira

- Artes plásticas: Amílcar de Castro, Carlos Bracher e Maria Helena André.

- Música: "Clube da Esquina", de Milton Nascimento, Flávio Venturini, Beto Guedes e Lô Borges.

- Literatura: Adélia Prado, Guimarães Rosa e Carlos Drummond de Andrade.

O Júri da Kiss terá simbolismo muito grande para os pais das vítimas.

VITOR CRESTANI CALEGARO, PSIQUIATRA, 38 ANOS

Psiquiatra do Hospital Universitário de Santa Maria (HUSM), Vitor Crestani Calegari, 38 anos, conhece como poucos os traumas desencadeados pelo incêndio na boate Kiss.

Em 27 de janeiro de 2013, data da catástrofe que tirou a vida de 242 jovens, o médico estava de plantão. De lá para cá, sua carreira jamais se dissociou da tragédia.

Desde 2015, Calegari coordena o ambulatório de Psiquiatria do Centro Integrado de Atendimento às Vítimas de Acidentes (Ciava) do HUSM, que se tornou referência para os sobreviventes. Em outubro de 2019, com base em depoimentos de pacientes, ele defendeu uma tese de doutorado sobre o tema, na Faculdade de Medicina da UFRGS.

Nesta entrevista, o professor do Departamento de Neuropsiquiatria da UFSM conta um pouco do que aprendeu e do que sentiu nos últimos sete anos e projeta o significado simbólico do primeiro júri do caso, previsto para o dia 16 de março, em Santa Maria.

COMO COMEÇOU O SEU TRABALHO JUNTO AOS SOBREVIVENTES DA KISS?

Começou na manhã daquele domingo, quando cheguei ao hospital para o plantão na emergência psiquiátrica. Estava concluindo a residência médica. Era minha última semana. Entrei no pronto-socorro, vi a TV ligada e me disseram: aconteceu um incêndio e tem 90 mortos. As vítimas se multiplicaram. Tudo aconteceu muito rápido. Pensei na minha filha, que na época tinha nove meses. Não perdi ninguém na tragédia, mas me coloquei no lugar daqueles pais.

O QUE MAIS MARCOU VOCÊ?

A solidariedade das pessoas. Foi uma mobilização geral. Vários serviços entraram em contato conosco, veio gente de fora para nos dar apoio. Lembro bem da chegada do Christian Kristensen (do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Trauma e Estresse da PUCRS), que tem grande experiência em estresse pós-traumático e trouxe alunos para ajudar. Foi importantíssimo, porque era uma situação atípica para todo mundo. Lembro que acabaram os remédios nas farmácias, mas no Centro Desportivo Municipal, onde ocorreu o velório coletivo, tinha muito medicamento porque as pessoas levavam o que tinham em casa.

NAQUELE MOMENTO, QUAL ERA O PRINCIPAL DESAFIO?

Nos primeiros dias, foram chegando pacientes em situações extremas. Eram quadros muito diferentes do que estávamos habituados. Apareciam pessoas da comunidade andando sem rumo, sem lembrar de quem eram. Os velórios duraram a semana inteira. A cidade ficou em um silêncio assustador, nunca visto. Com a ajuda de voluntários, fomos nos organizando e conseguimos montar um ambulatório para dar conta da demanda, que mais tarde daria origem ao Ciava (Centro Integrado de Atendimento às Vítimas de Acidentes, do Hospital Universitário de Santa Maria, que hoje é referência mundial e é 100% dedicado ao Sistema Único de Saúde).

QUAL FOI O PAPEL DO CIAVA?

Foram criados dois programas: o Acolhe Saúde, pela prefeitura, e o Ciava, pelo HUSM (Hospital Universitário de Santa Maria). O Ciava surgiu com a perspectiva de ser um serviço permanente, pensando no longo prazo. A ideia era que continuasse prestando atendimento a vítimas de outros traumas, etapa na qual estamos hoje. Desde o início, foi um serviço multidisciplinar (com médicos de diferentes especialidades, fonoaudiólogos, fisioterapeutas, assistentes sociais, psicólogos etc.). Começou com um plantão vespertino, das 17h às 21h, aberto a qualquer pessoa que nos procurasse. Na psiquiatria, atuávamos tanto no plantão quanto no ambulatório, com consultas marcadas. Estudamos muito naquele primeiro ano. As consultas eram tensas, as pessoas choravam muito. Às vezes, conversávamos por duas horas com alguns pacientes. Nem todo mundo que apresentava sintomas tinha TEPT (transtorno de estresse pós-traumático), mas era necessário fazer o monitoramento, porque esses sintomas apresentam evolução.

VOCÊ DECIDIU PRODUZIR UMA TESE DE DOUTORADO COM FOCO NA TRAGÉDIA. COMO SURTIU A IDEIA? FOI LOGO NO INÍCIO?

Naquele primeiro ano, a gente não tinha cabeça para pensar nisso. A demanda era muito grande. Depois foi reduzindo. Algumas pessoas foram melhorando, outras se mudaram. Então, a partir de 2014, conseguimos levantar questões de pesquisa para elaborar um projeto. Havia um senso de dever ali, afinal, atuamos em uma instituição de ensino. Era um momento único para gerar conhecimento e ajudar outras pessoas. A minha tese é parte desse projeto, desenvolvido por um grupo de professores.

QUAL FOI A PROPOSTA?

Pela experiência clínica, víamos que algumas pessoas apresentavam alterações de comportamento persistentes. Se não soubéssemos que isso decorria do trauma, poderíamos erroneamente diagnosticar como transtorno de personalidade. A pessoa passa a desenvolver comportamentos e pensamentos desadaptativos (extremos) que em geral aparecem no início da vida adulta. O que nos intrigava é que as pessoas relatavam que não tinham nada antes. Mas, depois da Kiss, isso se manifestava em características de personalidade. Então, qual seria a relação entre o trauma e a personalidade? A gente percebia que havia extremos: pessoas que deixavam de estudar, que não conseguiam mais trabalhar e pessoas que encontravam maneiras de ficar melhor, que eram mais resilientes. Esse foi o ponto de partida.

COMO EVOLUIU O ESTUDO?

Chegamos à conclusão de que não deveríamos coletar dados apenas das pessoas que estávamos atendendo. Devíamos buscar, também, aqueles que não estavam no serviço psiquiátrico. Aí fizemos uma parceria com o ambulatório de pneumologia do Ciava. A ideia era aplicar a mesma entrevista inicial a todos, com questionários de graduação de sintomas, de resistência, qualidade de vida e traços de personalidade. A minha tese se baseia nesses dados, coletados com a ajuda de residentes, de alunos voluntários e bolsistas de iniciação científica, todos sob minha coordenação. Ouvimos 198 pessoas entre 2015 e 2017, sendo 120 sobreviventes, 68 policiais e bombeiros e 10 familiares de vítimas. Foi um processo muito impactante e rico.

A QUE CONCLUSÃO SE CHEGOU?

A análise mostrou três perfis. Vimos que 50% dos indivíduos não tinham diagnóstico de transtorno, 25% tinham TEPT com adoecimento mais sério e 25% apresentavam sintomas mais leves. Comparamos os sintomas clínicos à capacidade de resiliência, aos traços de personalidade de cada um. Confirmamos coisas que já estavam na literatura e descartamos outras. Por exemplo: sendo sobrevivente, a pessoa tinha mais chance de ter psicopatologia do que sendo bombeiro. Isso ficou claro. Por outro lado, segundo a

literatura, pessoas que tiveram queimaduras ou lesões físicas graves teriam, hipoteticamente, mais transtornos do que outras, mas concluímos que isso não ocorria. Como explicar? Uma das hipóteses é de que esses pacientes tiveram um cuidado maior e mais intenso desde o início, o que reduziu os riscos.

E AS DIFERENTES PERSONALIDADES? QUE PESO TÊM NA SUPERAÇÃO DE UM TRAUMA?

Pessoas com traços de esquiva do dano (tendência a fugir de potencial perigo) tinham maior tendência a desenvolver sintomas de TEPT. Frente ao perigo, essas pessoas tendem a se desestabilizar. São mais propensas à ansiedade, ao medo, à instabilidade emocional. Outro traço analisado foi o de autodirecionamento, que significa autonomia, independência. Frente às dificuldades da vida, as pessoas com esse traço tentam ser mais proativas para resolver o problema, são mais objetivas, mais racionais. Quanto maior esse traço, maior a resiliência e menores os sintomas de TEPT. Também nos chamou muito a atenção as pessoas com traços de autotranscendência, uma característica associada à espiritualidade, à religiosidade, a um apego menor a coisas materiais. Quem tinha mais esse traço, tinha sintomas de TEPT, mas também tinha resiliência. Era como se uma crença dissesse que era necessário seguir em frente.

ESSES PADRÕES PODEM SER APLICADOS A QUALQUER TRAGÉDIA?

Sim, acidente de carro, trauma sexual, violência urbana. A avaliação da personalidade ajuda o profissional a entender melhor o paciente e a nortear as intervenções dentro de psicoterapia e até mesmo o tratamento com medicamentos. Tem medicamentos que podem até acalmar a pessoa, mas ao mesmo tempo reforçar o traço de esquiva do dano, por exemplo. Isso merece atenção. Outra coisa: ficou evidente que as pessoas submetidas a traumas não devem deixar de ser acompanhadas e devem ter atendimento desde o início. É um trabalho de prevenção. As pessoas já sabem o que é depressão, mas desconhecem o TEPT. Têm pesadelos, ficam muito irritadas, não dormem direito, têm problemas de concentração e memória, começam a ter dificuldades no emprego ou na universidade. Podem não reconhecer que isso é um transtorno e que tem tratamento.

PASSADOS SETE ANOS, O TRABALHO SEGUE NAS MESMAS LINHAS? OU MUDOU ALGUMA COISA?

O Ciava segue atuando da forma como prevíamos. Ainda temos alguns casos ligados à Kiss que são crônicos, persistentes. Felizmente, são minoria. Com o passar do tempo, abrimos mais o leque para outros traumas: sobreviventes de choque elétrico, de explosões, vítimas de queimaduras de outros tipos. Atualmente, trabalhamos também com casos de violência urbana e trauma sexual.

O QUE TODA ESSA EXPERIÊNCIA SIGNIFICOU PARA VOCÊ?

Na minha carreira, eu costumo dizer que tem o antes e o depois da Kiss. Como coordenador do Ambulatório de Psiquiatria, tomei contato com praticamente todos os sobreviventes atendidos. Mudei como pessoa e me formei como médico. Me tornei psiquiatra no meio da tragédia da Kiss. Percebi que, acima de tudo, somos pessoas. A gente também se sensibiliza nos atendimentos, e o trauma me marcou muito. Poderia ter acontecido comigo, com qualquer um de nós. Isso muda muito na relação do médico com o paciente, é algo com o que precisamos lidar internamente para conseguir trabalhar.

O PRIMEIRO JÚRI DO INCÊNDIO NA BOATE KISS ESTÁ MARCADO PARA MARÇO, COM UM DOS QUATRO RÉUS, DEPOIS DE MUITAS REVIRAVOLTAS. O QUE ESSE JULGAMENTO SIGNIFICA PARA SOBREVIVENTES E PAIS DE VÍTIMAS?

Pode significar muitas coisas. O júri terá um simbolismo muito grande para os pais das vítimas, porque, para eles, a tragédia foi um evento que inverteu a ordem natural das coisas. Por tudo o que aconteceu ao longo desses anos, os pais se sentem injustiçados. Estão cansados, com sensação de impotência e de que foi tudo em vão. Isso é traumático por si só. Tem pessoas que aceitaram e mudaram o foco. Outros estão firmes na luta. Não existe certo e errado nisso. A luta por justiça é genuína.

É UMA OPORTUNIDADE PARA, FINALMENTE, ELABORAR O LUTO?

Sim, o julgamento pode contribuir para isso e pode ajudar, principalmente, a resgatar o sentimento de confiança no Estado e nas pessoas. Isso é fundamental. A confiança é uma das primeiras coisas que a gente aprende na vida através dos nossos pais. A partir disso, a gente consegue ter esperança. Quando não existe confiança, a esperança fica abalada, e a desesperança está associada à depressão, ao suicídio, ao adoecimento, ao fato de a pessoa não conseguir recuperar a funcionalidade na vida.

E SE O RESULTADO NÃO FOR O QUE OS PAIS ESPERAM?

Aí vai ser mais um desafio. As pessoas vão ter de aprender a lidar com isso. No ciclo do luto, em determinado momento, a pessoa precisa aceitar que algo aconteceu e que mudou a vida dela para sempre, mas que agora ela pode pensar adiante, pode voltar a fazer planos. Por isso as reviravoltas jurídicas ao longo desses sete anos dificultam as coisas. A história iniciada com a tragédia da Kiss precisa ter um fecho. Concluir o julgamento, erguer o memorial às vítimas, tudo isso tem um sentido coletivo. É uma chance de virar a página, de encerrar uma etapa e começar outra. O trauma faz parte da história, mas a história da Kiss continua a ser escrita. O que vai ser escrito nessa próxima página? São coisas que vão ficar na memória coletiva de Santa Maria para sempre. É uma oportunidade para, quem sabe, se reescrever essa história triste. Espero que tenha um fim justo.

HÁ SENTIMENTOS CONTRADITÓRIOS NA CIDADE EM RELAÇÃO AOS FAMILIARES DAS VÍTIMAS. MUITA GENTE CRITICA OS PAIS E GOSTARIA DE ESQUECER A TRAGÉDIA. O QUE EXPLICA ISSO? POR QUE NÃO EXISTE MAIS SOLIDARIEDADE?

Quando eu escuto essas críticas, esse julgamento em relação aos pais, e eu escuto muito isso, me parece se tratar de um senso coletivo de negação, algo como "deu, esquece, volta à vida normal", como se fosse possível. Não é assim. Tem de haver mudanças a partir do que aconteceu. Houve um evento desastroso e não mudou nada? Não, a gente tem de querer uma sociedade melhor.

A ASSOCIAÇÃO DE FAMILIARES DAS VÍTIMAS AGE CERTO AO NÃO DEIXAR QUE A CIDADE ESQUEÇA A TRAGÉDIA?

Sim. Eles são detentores desse poder. Enquanto todo mundo quer esquecer, porque todo mundo quer esquecer as coisas ruins que acontecem, a verdade é que não se esquece. Temos de olhar para trás para construir o futuro. Esse papel da associação é fundamental. Aceitar a tragédia é diferente de esquecer. Aceitar não significa ser totalmente passivo.

A IDEIA DE TRANSFORMAR O PRÉDIO DA KISS EM MEMORIAL É OUTRO PONTO POLÊMICO. PARA ALGUMAS PESSOAS, É UM ERRO. PARA OS PAIS, NÃO. QUEM ESTÁ CERTO?

É fundamental o memorial. Ele representa, dá um sentido à tragédia dentro de uma memória coletiva. É a representação de um evento que aconteceu e do que veio depois. É como o Memorial do Holocausto, em Berlim, e o Memorial da Paz, em Hiroshima.

Vai fazer as pessoas passarem por ali e recordarem o incêndio para que não se repitam os mesmos erros. Além disso, é um lugar para depositar os sentimentos. Isso ajuda tanto na elaboração do luto individual quanto na construção da memória coletiva. Seremos melhores se lembrarmos do que aconteceu.

ALGUM DIA OS PAIS E SOBREVIVENTES CONSEGUIRÃO SUPERAR A TRAGÉDIA? A FERIDA VAI SARAR?

Essa é uma pergunta muito difícil. Alguns sim, outros não. Talvez a elaboração do luto, em certos casos, seja utópica. Mas a pessoa pode ter uma vida com qualidade, construir outras coisas sem necessariamente sentir todos os dias a dor que sentiu no passado. Não quer dizer que não vai chorar quando olhar uma foto, quando falar do filho perdido na tragédia. Tenho a esperança de que sair da depressão e do estresse pós-traumático é possível, sim.

29/02/2020 | Zero Hora | Vida | 4

O declínio do grito

Em uma cena clímax do filme *História de um Casamento*, estrelado por Adam Driver e Scarlett Johansson, a ressentida discussão entre o casal Nicole e Charlie, marcada por berros que pintam as faces de um vermelho-escarlate, sinaliza aos espectadores que uma fronteira foi cruzada - o casamento acabou. O mal-estar e o pranto após a briga retratam, ainda, uma questão atual em nossa sociedade: o grito como demonstração de poder não é mais aceito.

Especialistas consultados por Zero Hora sublinham que a raiva não saiu de moda, mas a forma como ela se expressa mudou. Se antes o grito podia visto como sinal de poder e autoridade, hoje é encarado como amostra de ignorância, selvageria e frágil masculinidade. Para as camadas mais educadas da população e sobretudo entre os mais novos, é uma violenta agressão que irrompe de forma descontrolada em momentos de fúria - para, logo em seguida, impor uma pesada culpa.

A mudança corre ao lado de outro fenômeno: a violência cada vez mais aparece de forma silenciosa. Com o crescimento da cultura da internet, o bullying online maltrata sem ruídos. Enquanto isso, as barulhentas armas da guerra aos poucos dão lugar aos silenciosos e mortíferos drones.

Um dos fatores para a transformação cultural é a maior escolarização do brasileiro, reflete Maria Ângela Bulhões, psicóloga do ambulatório Melanie Klein, do Hospital Psiquiátrico São Pedro, e membro da Associação Psicanalítica de Porto Alegre (Appoa). Ela argumenta que, em uma sociedade mais educada, a palavra faz a mediação do conflito. O grito aparece, então, justamente quando a palavra não funciona:

- Uma sociedade mais educada dará menos soco e gritará menos. A violência ocorre quando não consegue ser canalizada de forma aceita pela cultura. Em um estádio de futebol, o grito não tem problema. É agressivo? É. Mas está sob controle, porque ninguém está ali para machucar o adversário. Há inclusive uma nova forma de educar a criança sem que seja pela força física, e sim pela conversa.

Sintoma dessa nova forma de educar é aprovação da Lei Menino Bernardo, sancionada em 2014. Ela proíbe castigos físicos a crianças.

> "A violência ainda é estratégia de sobrevivência", diz psiquiatra

Especialistas destacam que o grito esporádico não necessariamente é sinal de uma personalidade agressiva - atire a primeira pedra quem nunca perdeu o controle e gritou com os filhos ou com o parceiro amoroso. O importante é estar consciente dos malefícios: um relacionamento a dois com gritos no dia a dia demonstra sinais de violência (alguém tenta dominar o outro). Já filhos criados à base do grito podem se tornar adultos com baixa autoestima, sem a capacidade de lidar com os próprios sentimentos: afinal, o berro repreende e impede a compreensão sobre o que se está sentindo.

- Muitas vezes, a pessoa que grita está frustrada e tenta controlar a situação. Mas o grito é ineficaz: pode ter, como retorno, outro grito ainda mais alto ou um enfrentamento. Gritar é um comportamento que pode surgir, mas é muito importante estar atento a esse comportamento para conversar e avaliar os efeitos disso para o outro e para si mesmo. Quando a pessoa grita, ela pode inclusive se sentir fisicamente desconfortável - destaca Luísa Habigzang, professora de Psicologia na PUCRS e especialista em violência.

De fato, quem escuta o grito tem uma reação física. Pesquisa feita na Universidade de Nova York e publicada em 2015 mostrou que o escutar ativa a amígdala, área do cérebro relacionada ao medo. Enquanto isso, músicas ou conversas despertam na mente o interesse de saber de onde vem esse som. Ou seja, o grito não é interpretado como mero som, mas como sinal de perigo à vida. E essa ameaça diária, aos poucos, passou a ser menos tolerada pela sociedade brasileira.

- Surgiram legislações e pesquisas acadêmicas sobre relacionamentos entre empregador e funcionário, pais com filhos e homens com mulheres indicando que o grito é uma forma abusiva de submeter o outro. Evoluímos para as pessoas tentarem se ouvir e se entender com empatia - afirma Luísa.

No entanto, por mais que haja todos os esforços do mundo para alcançarmos um verniz de civilidade, a agressividade e a violência seguem firmes e fortes em nosso comportamento, pontua o médico Cláudio Meneghello Martins, vice-presidente da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP):

- A violência faz parte do funcionamento humano e nunca será totalmente inibida. Todos nós temos. E, para uma grande parcela da população em situação vulnerável, a violência entra como estratégia de sobrevivência.

ANTES DE GRITAR...

...Refleta, tendo por base o que dizem a psicóloga Maria Ângela Bulhões, a professora de Psicologia Luísa Habigzang e o psiquiatra Cláudio Meneghello Martins:

- > O grito atrai um grito mais alto. Em geral, não dá resultado.
- > O grito surge quando faltam as palavras. O que você quer que entendam?
- > O grito é um esforço inconsciente de dominar ou convencer. Tente explicar em palavras o que você sente ou quer dizer.
- > O grito é compreendido pelo organismo como violência ou ameaça. São realmente essas as sensações que você quer passar?
- > O grito está ligado à violência (ninguém grita um elogio). Você quer ser violento com quem ama ou com quem convive?
- > O grito não aproxima, mas afasta e intimida. Você quer ser admirado ou temido pelo seu filho?
- > O abuso não existe só na violência física, mas também na violência psicológica. O grito é uma expressão disso.

Do diploma ao salário a conta-gotas

Filha de faxineira, Marilene Cardoso da Silva, 46 anos, deixou o auditório do prédio 41 da PUCRS, na tarde de 22 de janeiro de 2010, com o título de pedagoga. Foi a primeira e única dos 12 irmãos a se formar na faculdade, confiante de que o diploma seria seu passaporte para mudar de vida.

- Era um sentimento de muita conquista, de uma vitória que parecia tão distante. Minha mãe tinha 12 bocas para sustentar e, muitas vezes, nos dava comida só à noite. Eu limpava salas de aula e pensava: "Um dia, vou estar do lado de lá" - relembra.

Marilene nutria o sonho do ensino superior durante o trabalho. Das 6h às 14h, era faxineira da universidade onde se formou. Funcionária da PUCRS, concluiu o ensino médio em uma escola pública - havia estudado apenas até o 6º ano - e prestou vestibular de olho no desconto de 80% na mensalidade oferecido aos empregados. Do salário de R\$ 437 à época, mais de R\$ 200 iam para o pagamento do curso. Para dar conta das tarefas, a pedagoga dormia só uma hora nos finais de semestre.

Depois de formada, emendou uma pós-graduação em orientação, supervisão e gestão escolar, também na PUCRS, e conseguiu o primeiro emprego como professora na rede Cesi, em Viamão.

- Um dia, eu sabia que tudo ia valer a pena. Passei muita dificuldade e sacrifício, não queria que meus filhos passassem pelo mesmo. Até hoje, minha casa é simples. Mas nunca falta comida - diz.

Em 2013, fez concurso para o magistério estadual e, dos 83 mil candidatos, foi uma das 10,6 mil aprovadas. Nomeada em abril de 2014, assumiu uma turma de 3º ano na escola Poncho Verde e a supervisão de alunos do de Educação de Jovens e Adultos (EJA).

A lua de mel com o funcionalismo durou pouco. José Ivo Sartori deu início à política de parcelamento dos salários, mantida pelo sucessor, Eduardo Leite. O dinheiro a conta-gotas desestabilizou o orçamento doméstico, comprometido, em parte, pelo pagamento do apartamento onde mora, subsidiado pelo Minha Casa Minha Vida, em um conjunto habitacional na conhecida "Ferradura" do bairro Rubem Berta.

Há três anos, Marilene foi aprovada em outro concurso, da prefeitura de Alvorada. O depósito em dia pelo município tem dado fôlego para pagar as contas, mas tomado os três turnos. Trabalha das 7h45min às 22h30min, em três instituições, preparando aulas aos finais de semana.

Em 2019, o desemprego avançou sobre a família. O marido, Miguel Almeida, 56, foi demitido de uma empresa de vigilantes, e R\$ 3 mil sumiram do orçamento mensal. Restou escolher quais contas pagar.

- Tivemos de controlar na alimentação, comprar o que era realmente essencial. Pedíamos pizza, já não pedimos mais. Saíamos todo o final de semana... Não. Hoje, uma vez por mês, e olhe lá. A conta de luz, pagamos uma, mas sempre tem outra na gaveta para o mês seguinte. O cartão, sempre o mínimo - conta.

Miguel conseguiu um emprego no último 23 de janeiro. Receberá metade do salário anterior, mesmo assim, um alívio para o sufoco dos últimos 10 meses. O parcelamento do subsídio de Marilene, porém, segue sem prenúncio de acabar, ressentido-se a pedagoga:

- Tinha uma perspectiva muito alta de que a coisa ia andar. Quando a gente faz uma faculdade e escolhe uma profissão, acredita que, através dela, vai conseguir se manter, dar uma condição de vida melhor para os filhos, ser valorizado. Mas, poxa, chegamos numa situação que nunca imaginei.

29/02/2020 | Zero Hora | Donna ZH | 10

Relógio biológico x ritmo da vida

Débora Oliveira, psicóloga clínica e professora de Psicologia da PUCRS, recebe cada vez mais pacientes acima de 30 anos com estes dilemas: "Como ter filhos agora, na melhor idade biológica, sem estar consolidada no mercado de trabalho ou nem ter escolhido o parceiro?", "Congelo óvulos?", "Tenho uma produção independente?".

- Às vezes, o mercado de trabalho não dá espaço para ser mãe. Sobre a maternidade, muito se diz que o importante é qualidade da relação com o filho e não a quantidade de tempo. Você falaria para um chefe que a qualidade do seu serviço é o que importa e não a jornada de oito horas que você tem de cumprir? Então, como dizer isso para o filho? - compara.

O problema é o descompasso entre os ritmos do relógio biológico e da construção da estrutura material e emocional para receber o filho. Para a saúde da criança, faz toda diferença crescer em um ambiente familiar estável, com pais satisfeitos e realizados, afirma Débora. A psicóloga Tagma Schneider Donelli acrescenta que as mulheres maduras são mais seguras e realistas sobre o que é ser mãe e como cuidar de uma criança. Quem se realizou no casamento e na profissão parte para a nova fase da vida com menos cobrança, avalia.

Tendo engravidado com 15 anos de casamento e a carreira consolidada como consultora em turismo, Penelope Barp, 48 anos, conta que sua mãe teve as filhas jovens e deixou o emprego para criá-las, só voltando ao trabalho quando as meninas estavam maiores e sob a supervisão da avó. Quando sua irmã se separou, foi a vez da mãe delas se mudar para São Paulo para ajudar com as crianças. O papel de cuidadora era exclusividade feminina nas gerações anteriores e absorvia todo o tempo.

- Na minha família, houve pouca presença masculina na criação dos filhos - afirma, comparando com a relação dela e do marido, em que fazem o máximo para dividir as responsabilidades com o filho, Pedro, de quase sete anos.

Além da organização das tarefas com o marido, a rede de apoio familiar de ambos permitiu que ela continuasse trabalhando no mesmo ritmo. Quando o bebê tinha apenas três meses, Penelope passou cinco dias a trabalho em outro Estado, relembra.

A falta de uma rede de apoio fez diferença para a consultora em nutrição, Kátia Tanielian, 49 anos. Com poucas opções a quem pedir ajuda, ela decidiu não trabalhar no primeiro ano de vida de Enrico, seis anos. Ao voltar, reduziu as viagens profissionais e encurtou as distâncias. Só atende clientes em cidades de onde possa voltar no mesmo dia, para dormir em casa. A adaptação à mudança de vida e à atenção que o bebê exigia foi bastante difícil.

- Teve um dia em que o meu marido chegou e perguntou: "Quanto tempo eu tenho?". E eu respondi: "Agora que a gente teve um filho, tu acha que eu vou me separar?" - diverte-se Kátia. Com um filho já adulto do primeiro casamento, o marido tinha experiência com criança e foi "a melhor babá que poderia existir".

Para Jacilene Silva Torres, 45 anos, a "virada de chave" começou ao decidir se mudar do Rio de Janeiro para Porto Alegre para ficar

com o namorado gaúcho. Analista de sistemas, ela acredita ter menos chances de crescimento na carreira por aqui, mas cedeu espaço da vida profissional em prol da formação da família.

Após romper uma união de oito anos, conhecer e casar-se com seu atual marido, Jacilene já estava perto dos 40. O casal não tinha dúvidas de que teria um filho - nem que fosse de coração. Lucas, um ano, nasceu por fertilização in vitro, e Jacilene vê a queda da fertilidade como única desvantagem de ser mãe após os 40. Ter alcançado maturidade e estabilidade fazem parte do ambiente que favorece a criação do filho:

- Somos muito tranquilos. Eu vejo conflitos em algumas famílias que a gente não tem. A pediatra comentou que encaramos tudo com serenidade, não fica ligando por qualquer coisa. Talvez isso seja por causa da idade.

29/02/2020 | Zero Hora | Donna ZH | 10

Saúde na gestação tardia

> É preciso estar ciente de que, após 35 anos, aumentam os riscos de saúde, para mãe e bebê. Mas há pontos positivos, como ressalta a ginecologista e obstetra Fernanda Escopelli, como o fato de a mulher se encontrar em um melhor momento econômico e afetivo.

> Os avanços da medicina reprodutiva ampliam as possibilidades de gestação, mas não se deve cair no falso credo de que a tecnologia resolve tudo, alerta Leticia Viçosa Pires, professora da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA) e doutora em Ginecologia e Obstetrícia. Os recursos existem, mas as consequências da idade avançada são relevantes.

> As estatísticas oficiais comprovam o crescimento da maternidade tardia, mas há outro número que os dados do IBGE não mostram, explica Helena Von Eye Corleta, professora de Ginecologia e Obstetrícia da UFRGS e diretora da clínica Generar Reprodução Humana: o de mulheres que não conseguem engravidar simplesmente porque postergaram demais.

> Os óvulos envelhecidos têm mais dificuldade de serem fertilizados. E, quando há fertilização, aumentam as chances de alguma anomalia cromossômica, como síndrome de Down, conforme explica a obstetra e ginecologista Rafaella Petracco, professora de Medicina da PUCRS. O congelamento de óvulos permite preservar a fertilidade e é recomendável para pacientes que ainda estão na faixa dos 30 anos.

> As obstetras alertam que, nas gestações tardias, os riscos de pré-eclâmpsia, diabetes e hipertensão gestacional são mais frequentes. Leticia Viçosa acrescenta que as pesquisas apontam maiores índices de parto prematuro, bolsa rota, gravidez nas trompas, crescimento do feto abaixo do esperado e sangramento pós-parto, entre outras intercorrências.

> Ser madura, porém, não é sinônimo de complicações de saúde. De acordo com Leticia, uma paciente de 40 anos que não fume, não beba, se exercite, não tenha hipertensão nem diabetes terá uma gravidez mais tranquila do que uma jovem hipertensa, obesa e fumante.

29/02/2020 | Zero Hora | Obituário | 38

Ivan Zukauskas

O professor e músico Ivan Zukauskas morreu, em 22 de fevereiro, aos 60 anos, em Porto Alegre. Segundo a família, ele sofreu um

infarto agudo.

Zukauskas foi um dos ícones do rock gaúcho. Dedicou-se à música, sendo um dos pioneiros de uma das fases mais representativas do rock pesado no Estado. Participou, desde a juventude, de bandas de rock de garagem, como baixista e guitarrista. Sempre conectado ao cenário internacional do estilo heavy metal, teve a oportunidade de conhecer muitos de seus ídolos em shows.

Fundador e compositor da banda Astaroth, de rock pesado, escreveu letras que refletiam a realidade e as angústias da sua geração. Obteve sucesso na participação em LPs de coletâneas, como Rock Garagem (1985) e Porto Alegre Rock (1985) e, a maior criação da sua banda, o LP individual, com produção própria, Na Luz da Conquista (1986).

Diversas apresentações marcaram a existência do grupo. Entre elas, o lançamento do álbum autoral, no Teatro da Reitoria da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), que ficou para a história do rock gaúcho.

Além de músico, Zukauskas fez duas graduações pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS): Biologia e Publicidade. Ele foi professor de biologia nas escolas estaduais Alcides Cunha e Leopoldo Tietböhl.

Filho do casal de jornalistas Joseph e Therezinha Zukauskas, deixa o irmão Alexandre, a cunhada Nara, os sobrinhos Júlio e Aline, a amiga de sempre, Lisiane, a conselheira Palagia, além de alunos e colegas do magistério e da música. Conquistou nesta vida uma legião de fãs e admiradores dentro e fora do país, que enviaram inúmeras mensagens de pesar.

Segmento: Outras Universidades

29/02/2020 | ABC | Especial | 4

Ser sustentável não sai de moda

A sustentabilidade na hora da compra veio mesmo para ficar, tanto que os consumidores estão dispostos até a pagar mais caro por marcas social e ambientalmente responsáveis

A sustentabilidade está relacionada a três pilares: tem que ser socialmente justa, ecologicamente correta e economicamente viável. A visão é da professora do curso de Moda da Universidade Feevale, Marina Seibert Cezar. Neste contexto, o consumidor passou de passivo a ativo. “Ele está mais engajado. Os consumidores brasileiros estão dispostos a pagar mais quando sabem que o produto possui maior durabilidade e tem procedência local e justa. Isso significa que a empresa não tem envolvimento análogo com a escravidão, ainda uma realidade”, acrescenta, citando o levantamento da Organização Internacional do Trabalho que aponta 12,3 milhões de pessoas, em mais de 20 países, incluindo o Brasil, envolvidas com trabalho escravo. Para ela, a moda sustentável deve ser entendida como uma visão sistêmica, levando em consideração não só o produto, mas todo um contexto. Marina salienta que, para entender o que está acontecendo hoje e projetar o futuro, é preciso olhar para o passado. Por isso, o marco principal do processo de moda talvez tenha sido a revolução industrial. O período era marcado pelo excesso dos produtos. “A gente entendia que a natureza boa era aquela dominada, o que fez com que perdêssemos a noção da finitude dos recursos naturais. A gente só queria produzir e consumir.” Como reflexo, o excesso ganhou a vez no mundo da moda. Foi aí que os consumidores acumularam muitos produtos e os produtores estocaram em excesso, sem saber o que fazer com todo aquele produto. Era preciso mudar. “Quando se falava em moda sustentável, no início da década de 90, a gente relacionava apenas a reaproveitamento de resíduo. Hoje é algo que tem um apelo de design como um todo”, salienta. Embora para nós esse comportamento seja uma tendência, na Alemanha, por exemplo, é algo intrínseco. Para nós ainda é uma novidade, por isso há resistência”, acrescenta. As grandes empresas têm que levar em consideração essa sustentabilidade em todas as etapas: desde a pré- produção, produção, distribuição, uso e descarte. “Antes tinha uma grande empresa que falava com muito orgulho que gerava 1 mil empregos. Hoje isso não é mais o suficiente. Muitos consumidores estão mais preocupados em saber a história do produto, se os funcionários são bem remunerados, se há uma

consciência ali por trás.”

Um closet que pode ser compartilhado por todos

Quantas vezes você apostou naquela peça mais cara e acabou usando apenas uma vez? Foi pensando nas roupas que ficavam só “enfeitando” os próprios armários que as estudantes de Engenharia de Produção da Universidade La Salle, em Canoas, Aline Dornelles e Natália Martinelli, criaram o Nosso Closet, uma espécie de guardaroupa compartilhado. O acervo inicial de 100 peças, no final de 2018, hoje já passa de 1 mil, entre saias, blusas, vestidos, calças e outros itens. A proposta é bem simples: você monta um look (que pode ter até duas peças) e paga um valor fixo pelo aluguel, que varia entre 20 e 40 reais. “A paixão pela moda e a vontade de fazer algo pela sociedade nos motivou”, diz Natália. O principal objetivo é compartilhar roupas de forma sustentável e consciente. O Nosso Closet não compra roupas, a ideia é trabalhar com o que já foi adquirido por alguém. As donas das peças recebem uma porcentagem sobre o valor do aluguel, toda vez que elas forem alugadas. A roupa continua sendo de quem deixou, apenas fica disponível para outras pessoas.

Looks na rede

Para parte dessa rede de sustentabilidade é importante conectar-se, recomenda a professora Marina Seibert. Ela explica que, por mais que tenham marcas com essa preocupação, elas ainda são pouco divulgadas. “A ideia é comprar de produtores menores e até daqueles que estão apenas no ambiente online”. Além disso, há brechós e feirinhas de rua, como em Novo Hamburgo, Ivoti, Estância Velha e capital. Que o diga a designer Gabriela Gernhardt, 26 anos, moradora de São Leopoldo. Cliente de brechós desde 2014, em janeiro deste ano criou um projeto para comprar somente roupas de segunda mão em 2020. Em seu Instagram (@a_gbrla), ela mostra os looks. “É uma coisa que eu gosto, eu tenho experiência e vale a pena. Além do mais, é bom para o planeta”, diz Gabriela, que ainda recomenda que as pessoas saibam filtrar o que precisam para seu armário. Ela deu dicas para o ABC, com roupas Breshopping durante a semana. Em vídeo, ela mostra que é possível montar um look com 100 reais. Você assiste acessando o link [http:// bit.ly/sbrechomoda](http://bit.ly/sbrechomoda).

Tecido que não agride a natureza

Qual o recado para quem quer seguir a moda sustentável? Para a estudante de moda e fundadora da Iral, marca de roupa casual feminina, Larissa Willig, é importante pensar se realmente precisa da peça, qual a origem do material e quanto tempo ficará no meio ambiente. A microempresária de Estância Velha lançou a marca há quatro anos, logo após ter ingressado no curso de Moda, já que não tinha o hábito de questionar a origem da roupa e nem se importava com o material utilizado. “Comecei a pesquisar materiais e de onde vinham. Foi aí que fundei a Iral”. É em sua casa que desenvolve as peças. As camisetas, por exemplo, são de algodão orgânico, produzido sem agrotóxico. Como o algodão utilizado é biodegradável, ele pode ser enterrado e voltar para a natureza. “Estou em um processo de descontinuar a linha de roupas em poliéster, que tem uma série de problemas por conta da extração de petróleo, substituindo-o por fibras naturais”, destaca Larissa que, ao lado da mãe, Verali Willig, 53, também é adepta de peças de brechó. Sapato consertado não vai para o lixo Há pessoas que têm calçados bem velhinhos que, às vezes, nem compensa consertar. Mesmo assim, optam por reformá-los pelo valor sentimental ou porque são muito confortáveis. Essas situações fazem parte da rotina do sapateiro Juliano Raack, 24 anos. “O conserto ajuda bastante o meio ambiente”, acredita Raack, dono da Sapataria Ouro Branco. Com experiência desde os 15 anos, ele adquiriu a sapataria que já tinha uma trajetória de anos com o antigo dono. É nesse espaço que ele conserta sapatos, como a troca de sola, pintura, colagem, costura, mas ainda há quem o procure para consertar bolsas, malas, cintos, bola, barraca e até mateira. Sua mãe, Marlene, aos 64 anos, lhe dá apoio na costura, experiência adquirida na indústria calçadista. E se depender do otimismo de Juliano, ela terá serviço para muitos anos. “O sapateiro tem futuro promissor. Cada vez mais, as pessoas procuram os consertos. Se eu fosse fabricar, não seria o mesmo movimento”, declara.

Segmento: Interesse

29/02/2020 | Zero Hora | Opinião | 9

Corte de verbas ameaça contratação de professores pela UFRGS

As dificuldades orçamentárias da UFRGS atingiram um novo patamar, que ameaça deixar milhares de alunos sem professores.

Tradicionalmente, as verbas do governo federal para pagamento de pessoal são suplementadas para suprir aposentadorias e promoções que signifiquem movimentação de docentes.

Há alguns dias, veio de Brasília o aviso de que não haverá recursos extras para esse fim em 2020. Na prática, significa que os professores que deixarem a universidade não poderão ser substituídos, o que já é uma realidade nesses primeiros meses do ano.

Durante a semana, representantes de sete instituições de ensino superior gaúchas se reuniram para avaliar esta e outras questões, como a mudança nos critérios de escolhas dos reitores e diretores. Um novo encontro deve ser realizado dia 13 de março.