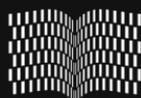


Ana Carolina da Costa e Fonseca
(organizadora)

C VID-19

MATERNIDADE E SOLIDÃO:
relatos de professoras em tempos de pandemia


Editora da
UFCSPA



MATERNIDADE E SOLIDÃO:

relatos de professoras em tempos de pandemia

Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre

Reitora

Lucia Campos Pellanda

Vice-reitora

Jenifer Saffi

Editora da UFCSPA

Diretora

Ana Carolina da Costa e Fonseca

Vice-diretor

Éder da Silveira

Conselho editorial

Alberto Antônio Rasia Filho, Ana Rachel Salgado,
Andrey Carvalho de Deus, Caroline Tozzi Reppold,
Cláudia de Souza Libânio, Márcia Vignoli da Silva,
Paulo Guilherme Markus Lopes, Rodrigo de Oliveira Lemos

Preparação

Ana Boff de Godoy

Revisão

Ana Carolina da Costa e Fonseca, Ana Boff de Godoy

Projeto gráfico

Sara Rodrigues (ASCOM/UFCSPA)

Diagramação

Sara Rodrigues (ASCOM/UFCSPA)

MATERNIDADE E SOLIDÃO:

relatos de professoras em tempos de pandemia

Ana Carolina da Costa e Fonseca
(organizadora)

Autoras:

Aline Alves Veleda

Ana Boff de Godoy

Ana Carolina da Costa e Fonseca

Ana Claudia Souza Vazquez

Caroline Tozzi Reppold

Cláudia de Souza Libânio

Claudia Giuliano Bica

Emiliane Nogueira de Souza

Gisele Branchini

Jenifer Saffi

Lucia Campos Pellanda

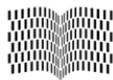
Lucila Ludmila Paula Gutierrez

Luiza Maria de Oliveira Braga Silveira

Maria Paula Prates

Marilene Porawski

Simone Morelo Dal Bosco



Editora da
UFCSPA

PORTO ALEGRE

2020

É permitida a reprodução sem fins lucrativos apenas do texto escrito desta obra, parcial ou total, desde que citada a fonte ou sítio da Internet onde pode ser encontrada ([www.ufcspa.edu.br/ editora](http://www.ufcspa.edu.br/editora)).

O presente livro foi avaliado e recomendado para publicação por pareceristas e aprovado pelo Conselho Editorial da Editora da UFCSPA para publicação.

Agradecemos ao Centro de Operações de Emergências (COE) da UFCSPA por sua valiosa contribuição para a Coleção UFCSPA - Ciência, Humanidades e Covid-19.



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

M425 Maternidade e solidão: relatos de professoras em tempos de pandemia [recurso eletrônico] / organizadora: Ana Carolina da Costa e Fonseca; Aline Alves Veleda ..., [et al.]. – Porto Alegre : Ed. da UFCSPA, 2020.

1 Recurso on-line (128 p.)

Modo de acesso:

<https://www.ufcspa.edu.br/vida-no-campus/editora-da-ufcspa/obras-publicadas>

ISBN 978-65-87950-06-8

1. Comportamento Materno. 2. Relações Mãe-Filho. 3. Solidão. 4. Isolamento Social. I. Fonseca, Ana Carolina da Costa e. II. Veleda, Aline Alves. III. Título.

CDD 158.24

CDU 159.9

*Para todas as mães que
são muitas sendo apenas uma.*

SUMÁRIO

**Apresentação da Coleção
UFCSPA – Ciência, Humanidades e Covid-19 9**
Lucia Campos Pellanda

Apresentação da organizadora 13
Ana Carolina da Costa e Fonseca

O convite 19

Mãe de quarentena 21
Lucia Campos Pellanda

O abraço que não pode dar 27
Jenifer Saffi

Eu fui feita para amar e cuidar, ela foi feita para ir 33
Ana Claudia Souza Vazquez

Não há vazio quando tudo me cabe 39
Ana Boff de Godoy

De docente universitária à professora de educação infantil 47
Emiliane Nogueira de Souza

**Uma certa cadência entre a vida acadêmica e as bonitezas da
vida 55**
Maria Paula Prates

Olá, gurias 63
Gisele Branchini

Tempos de se banhar 67
Luiza Maria de Oliveira Braga Silveira

O tempo anda? Não! Corre loucamente! 73

Claudia Giuliano Bica

Dias de sol, nuvens, afetos e inseguranças 81

Marilene Porawski

**O permanente isolamento social das mulheres-mães não
biológicas 85**

Aline Alves Veleda

Redesenhando momentos 99

Cláudia de Souza Libânio

Tudo o que se procura está dentro 105

Simone Morelo Dal Bosco

Ressignificados 113

Lucila Ludmila Paula Gutierrez

Na quarentena e vida afora, seguimos juntinhos, meu filho! 119

Caroline Tozzi Reppold

Como as mães conseguem? 123

Ana Carolina da Costa e Fonseca

E você... 129

APRESENTAÇÃO DA COLEÇÃO UFCSPA - CIÊNCIA, HUMANIDADES E COVID-19

A UFCSPA, como única universidade federal especializada em saúde, vem assumindo protagonismo no combate à pandemia relacionada ao SARS-CoV-2, desde o seu início. Fomos a primeira universidade do Rio Grande do Sul a organizar atividades científicas para estudar a questão, já no início do ano letivo.

Uma grande parte da nossa comunidade universitária está envolvida no enfrentamento da pandemia, tanto na assistência em saúde nos locais de prática como em ações essenciais na própria Universidade. Direcionamos nossos recursos de forma intensiva para o enfrentamento dessa emergência de saúde pública.

São mais de 100 ações da comunidade da UFCSPA, incluindo: produção de álcool gel e de equipamentos de proteção; testagem de apoio ao LACEN e à Santa Casa; participação no Comitê Científico de enfrentamento à Pandemia Covid-19 (formado por pesquisadores das universidades gaúchas e autoridades científicas por solicitação do governo do Estado); participação em campanhas de vacinação para gripe; orientações telefônicas (Telessaúde); produção de material informativo através de textos, *cards* e vídeos para redes sociais com informações para a prevenção do contágio pelo SARS-CoV-2; ações de promoção do bem-estar e da saúde; fabricação digital para reposição de peças e componentes utilizados em hospitais

para combate ao SARS-CoV-2; ações educativas, entre muitas outras, incluindo várias ações junto às Secretarias Municipal e Estadual de Saúde e ao Ministério da Saúde. Em parceria com a UNIFESP, docentes da UFCSPA organizaram um curso *online* para profissionais de saúde que já teve milhares de participantes.

Em poucas semanas, foram desenvolvidos, a partir de um esforço concentrado dos nossos pesquisadores, projetos para compreender melhor a doença e buscar formas de prevenção e tratamento.

Considerando nossa missão de contribuir para a sociedade e buscar soluções que impactam a todos, surgiu a ideia de uma coleção especial da Editora da UFCSPA que pudesse ampliar o alcance da intensa produção de conhecimento que vem acontecendo na Universidade e fora dela.

O nome da coleção, *Ciência, Humanidades e Covid-19*, reflete a amplitude e a diversidade de uma universidade da saúde. Consideramos que, tão importantes quanto os conhecimentos epidemiológicos, clínicos e básicos diretamente relacionados à COVID-19, as reflexões sobre educação, modos de vida, comportamentos e relações humanas, ética, artes e humanidades em geral contribuem de modo fundamental para entendermos o momento em que vivemos e como, a partir de agora, podemos construir uma sociedade que enfrente melhor situações críticas como uma pandemia.

Vivemos um grande desafio, para o qual ainda não temos todas as respostas. Mas sabemos que colaboração, empatia e mensagens claras para a população, sempre baseadas em conhecimento científico, trazem bons resultados.

Acreditamos que o investimento de longo prazo em Educação é um dos fatores mais importantes para que um país possa ter independência científica, leitura crítica da realidade e uma resposta altamente engajada em qualquer situação.

Que a coleção da Editora da UFCSPA possa contribuir para essa resposta!

Profa. Dra. Lucia Campos Pellanda
Reitora da UFCSPA

APRESENTAÇÃO DA ORGANIZADORA

Nós, autoras, somos mães e professoras em uma universidade federal do sul do país especializada na área da saúde, a Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre. A UFCSPA é também a menor universidade federal do Brasil, e uma das melhores, que figura sempre nas primeiras colocações dos vários *rankings* feitos anualmente. Se você não conhece a UFCSPA e já olhou os tais *rankings*, certamente, já viu esta sigla, e, provavelmente, pensou: PA? Pará? Não! Porto Alegre! Evidentemente, por trás de resultados tão bons, há muito trabalho, ainda mais sendo tão poucos docentes para dar conta de tantos alunos. E, além de tudo, ainda fazemos bebês! Algumas fizeram os seus há muito tempo, outras, há pouco tempo. E agora estamos todas em casa, lambendo as crias e dando conta da interminável lista de tarefas a serem feitas.

Não escrevemos este livro por sermos professoras, escrevemos porque *também* somos professoras. Somos professoras e mães. Cada vez mais, nos últimos anos, se discute sobre as dificuldades que há em conciliar as funções decorrentes de ser professora, pesquisadora, ocupar cargos de direção, como ser reitora, vice-reitora, pró-reitora (e elas também escreveram relatos!), ser diretora de uma editora, como esta que vos escreve. E essa é mais uma das peculiaridades da nossa universidade, é a única do país que tem duas mulheres no comando, uma reitora e uma vice-reitora, que são professoras, pesquisadoras, mães e também autoras deste livro.

Com o isolamento social que se impôs como necessário dada a pandemia de Covid-19, desde meados de março, estamos em *home office*. Eis um nome bonito para descrever o acúmulo ou a sobreposição de funções, pois, agora, de fato, trabalhamos no que chamamos de *modo polvo*: um olho na tela do computador, outro nos filhos, outro na tela do telefone celular (não, não temos três olhos, e agora?); com uma das mãos fazemos comida, com a outra limpamos a casa, com a outra abraçamos os pimpolhos (não, tampouco temos três braços... e o cachorro que também quer um afago?). Algumas, como eu, têm filhos pequenos; eu tenho apenas um, mas muitas das minhas colegas têm mais de um; algumas têm filhos crescidos morando longe, outras já são avós, então, se preocupam com os filhos e com os filhos dos seus filhos. Há mães que, aparentemente, têm uma família de propaganda de margarina; há as que cuidam sozinhas dos filhos; há as que compartilham a guarda das crianças com alguém, então, parte do tempo estão com eles, parte do tempo, sozinhas, ou seja, o ninho fica vazio de tempos em tempos. E se você ainda está pensando na parte da família da propaganda de margarina, lembre-se que tais famílias sempre têm um Golden Retriever, sim, um dos cachorros mais fofos que existem, mas, em tempos de pandemia, o que fazer com a, até então, necessária caminhada diária para que o bicho fique em paz com a sua natureza? Na metáfora da família de propaganda de margarina, o cão é a evidência de que não há perfeição. E esse é um livro sobre imperfeições, algumas felizes, outras nem tanto; todas, possíveis.

A vida antes poderia ser descrita como um caos organizado com horários, creche, escola, aulas, amigos, lazer, listas e mais listas do que fazer, mas (quase sempre) com tempo para cada coisa, às vezes, com algumas sobreposições, mas, ao menos, com agenda e cronograma. Do dia para a noite, literalmente, tudo se desfez e se refez, pois fomos para casa numa sexta-feira fazendo planos para a segunda-feira seguinte, e, tarde da noite, soubemos que todos os dias passariam a ser domingos, segundo a perspectiva de alguns, ou uma eterna segunda-feira, segundo outros, pois agora precisamos fazer tudo ao mesmo tempo, quase sem respirar... e por quanto tempo? Não sabemos...

A solidão, que para muitos é motivo de profundo sofrimento, para outros é uma vaga lembrança, pois agora estão todos juntos em casa ao mesmo tempo e todo o tempo. E a casa, isto é, o lar, muitas vezes é um apartamento pequeno, com paredes finas e vizinhos barulhentos. Durante muitos anos, dado o orçamento das famílias, a escolha se deu entre mais espaço em casa ou proximidade do trabalho. Com o trânsito das grandes cidades, a proximidade do trabalho parecia ser o mais vantajoso, pois garantia menos tempo “perdido” com deslocamento. Agora, muitos estão invejando os que moram longe, mas com quintal, área comum no condomínio, ou até mesmo em um sítio. Em tempos de *home office*, quanto mais longe os vizinhos estiverem, melhor. E a solidão? Que solidão?

Estratégias, talvez nem tão conscientes assim, são criadas, como um banho mais longo, ir mais cedo para cama para poder ler um pouco mais antes de dormir, ou acordar antes de todos para poder perambular pela casa sem encontrar outras pessoas, ou deixar os filhos com os avós, ou, ou, ou... Mas há as mães que não têm opção, que moram sozinhas com seus filhos, com parentes vivendo longe, e sem amigos por perto com quem possam compartilhar os cuidados com as crianças. E todas precisam ainda dar conta das tarefas da universidade e da casa. E muitas encontraram tempo para se refugiar em si mesmas e atender a meu convite. Ou será que essa foi mais uma estratégia para conseguirem um pouco de tempo para si mesmas? Não importa! Serei sempre grata a elas (vocês!) por isso. E espero que vocês também sejam, pois seus relatos, nada fáceis de serem escritos para conhecidos e desconhecidos, são transformadores.

Por ouvir muitos dos resmungos, ora mais, ora menos eloquentes, e por perceber que, ao mesmo tempo em que todas tinham algo a dizer, também tinham histórias muito diferentes para contar, tive a ideia de convidar minhas colegas, muitas das quais são também amigas, para escreverem sobre um dos tantos silêncios do presente. A ideia era convidar professoras, que são mães, para contarem sobre o que era motivo, outrora, de silenciamento. Para algumas, foi um modo de extravasar o que estava, até então, guardado. Para outras, efetivamente, um motivo para vasculharem dentro de si e tentarem expor em palavras o que antes era sentido apenas como um incômodo. Teve até relato que

foi parar no consultório da terapeuta com um sorriso de pesquisadora que diz “Eureka!” – desta vez, a expressão dos sentimentos com palavras ordenadas e coerentes foi a grande descoberta! (Sim, todas nós já havíamos tentado explicar como nos sentíamos, e, muitas vezes, conseguíamos apenas resmungar de modo inaudível o que sequer nós compreendíamos!) Eureka!

Muitas não responderam ao convite. E o convite estava mimoso! Você pode conferi-lo na próxima seção. Fico pensando que, no modo polvo, faltaram tentáculos até mesmo para a recusa. Algumas amigas chegaram a me dizer: “mas estás inventando mais uma coisa! Não dou conta de tantas tarefas!” Outras responderam explicando que entendiam e gostavam da proposta, mas que ainda não tinham condições de compartilhar o momento vivido com outras mães. Elas tinham clareza sobre a dificuldade do presente e, também, certeza sobre como seria difícil colocar no papel, ler e reler, sobre as angústias vividas. E você, teria aceitado o meu convite?

Não convidei todas as professoras da UFCSPA que são mães, mesmo que essa fosse a intenção. Percebi que não falamos muito sobre nossos filhos na Universidade, e também me perguntei sobre a razão de mais esse silêncio. Será que ainda tomamos o produzir e transmitir conhecimento como atividade incompatível com a maternidade? Certamente, não há incompatibilidade. E as histórias que se seguem, além de elucidarem em que consiste o já tão famoso “modo polvo”, mostram parte do tanto que fazemos quando não estamos dando aula...

Ah, um aviso antes de começar a leitura dos relatos, prepare-se para chorar... chorei lendo todos os textos, sendo que, na leitura de alguns, chorei em suas várias versões até a versão final para publicação, ou seja, chorei muito. Não, não foi efeito do confinamento, que deixa muitas pessoas mais emotivas. Foram lágrimas com alguma tristeza e profunda alegria, pois, apesar de tudo (e “tudo” é muita coisa, no presente), fizemos este livro!

Ana Carolina da Costa e Fonseca

Junho de 2020

O CONVITE

Queridas colegas professoras e mães,

muito tem se dito e lido sobre maternidade em tempos de pandemia da Covid-19, mas também muito não tem se dito. De maneiras diferentes, vocês me contaram histórias ou pensei que poderiam me contar histórias sobre maternidade envolvendo a questão da solidão. Solidão que não deve ser pensada como algo necessariamente ruim, pois, se, por um lado, a solidão pode ser algo pesado de ser vivido, por outro, nos deixa tempo para, por exemplo, curtir nossos filhos, de um modo que, muitas vezes, não conseguíamos desde a licença maternidade. Ao mesmo tempo, somos professoras, estamos trabalhando muito e nos dividindo, com mais ou menos sofrimento, entre nossos pimpolhos e pimpolhas, alguns já não tão jovens assim, e nossas atividades acadêmicas. E há também os outrora pimpolhos e pimpolhas que já cresceram, e muitos, vivem longe (às vezes, não tão longe assim, às vezes, bem longe) e, por força do isolamento social, estão ainda mais distantes de nós.

Eu escrevo a vocês para fazer um convite. Estou organizando um livro sobre maternidade e solidão (repito, pensando solidão como algo que pode ser ruim, mas também como algo que pode ser bom, pois com a solidão há também o tempo para sentir e viver, para ajudar a fazer o tema, para trazer alguém de um lugar distante para perto de si, para ouvir tocar uma música que compôs no piano, para chamar nossa atenção para o tanto que damos atenção para quem está distante e chega até nós pelo computador, e, às vezes, o pouco que olhamos para quem está perto). A solidão pode decorrer de estarmos distante de alguém, mas também pode nos relembrar o quanto a falta da solidão, a falta de estar sozinho com nossos

próprios pensamentos, existe quando estamos o tempo todo em casa com todos.

Para o livro, peço que uma história seja contada pensando no tema maternidade e solidão em tempos de pandemia da Covid-19. Se vocês se animarem, podem me escrever pessoalmente, e posso conversar com vocês sobre possíveis histórias a serem contadas.

Acredito na força dos relatos de mulheres que são mães, professoras, que estão se desdobrando para cuidar dos seus filhos e dos filhos de outras mães que são nossos alunos na UFCSPA. Espero que se animem com esse convite que também é um convite para olharmos para o nosso dia a dia e pensarmos que histórias poderiam ser contadas de um momento tão inesperado da vida, isto é, isolamento social em tempos de pandemia.

Enviei o convite com cópia oculta, pois quero que vocês se sintam à vontade para me responderem ou não, sem que fique público para quem enviei o convite. De fato, enviei para todas as professoras da UFCSPA que eu sabia que têm filhos e de quem eu tenho o e-mail. Descobri o tanto de e-mails que não tenho. E descobri que sobre muitas colegas, não sei se têm ou não filhos. Por isso, fiquem também à vontade para convidar outras colegas professoras da UFCSPA, certamente, muita gente ficou de fora desta lista.

Espero que gostem do convite e se animem a escrever! Sim, mais uma tarefa para um momento já tão cheio de tarefas! Mas esta é uma tarefa bacana, não? Espero que todas estejam bem!

Abraços, Ana Fonseca.

(Viram?! Um convite mimoso!)

MÃE DE QUARENTENA

Lucia Campos Pellanda
Professora de Epidemiologia
53 anos, mãe da Marina, 25 anos

Não é a nossa primeira quarentena.

Há 20 anos, ela ficou doente, e os remédios deixavam a imunidade baixa.

Foi o inverno mais frio das últimas décadas em Porto Alegre, ou algo assim.

Só lembro que era muito, muito frio, e ela não podia pegar nenhuma infecção, nenhuma gripezinha. Tirei todas as férias que podia e ficamos trancadas no quarto, vendo *Noviça Rebelde* e lendo.

Depois, quando voltei ao trabalho no hospital, tinha medo de trazer infecções para casa. Adotava, já em 2000, medidas de 2020: chegar em casa e ir direto para o banho, lavar as roupas, desinfetar as coisas que vinham da rua antes de poder abraçar e ouvir sobre as coisas do dia.

Nunca senti tanta solidão como naqueles dias, não porque não tivesse muita gente amorosa em volta de nós. Mas porque eu achava que ninguém podia entender o meu medo. Nem eu mesma podia entender, já que sequer falava desse medo em voz alta.

E estamos de novo em quarentena.

O dia em que escrevo está cinza e frio.

Às vezes eu sinto aquela solidão outra vez.

Solidão de não conseguir comunicar a enormidade do que está acontecendo, solidão de achar que preciso fazer mais ao mesmo tempo em que poucas palavras desfazem o esforço de meses. Medo do que pode acontecer com os filhos de todas as mães.

Mas, com o tempo, aprendi a pedir ajuda, aprendi que o medo é um sentimento, como todos os outros. Uma coisa que a gente não rejeita, mas convida para entrar e pergunta porque ele existe. Sorrir para o medo, como diz o mestre budista Trungpa. E a gente vai transformando o medo em vontade de agir.

O laço que construímos naquelas semanas de frio é uma das coisas mais definidoras da minha vida. Ela é o melhor de mim. (Na verdade, já conversávamos muito desde antes de ela nascer. Sonhei com ela, e ela nasceu bem do jeito com que conversava comigo no sonho.)

É preciso uma aldeia para criar filhos, é preciso uma aldeia para enfrentar uma pandemia.

Daquela quarentena saiu a certeza de que não existe nada mais forte do que uma mãe, e também de que todas juntas somos mais fortes ainda.

(Mãe não necessariamente como aquela que tem filhos, mas mãe como força criadora. Crianças que venham da barriga, do coração, que apareçam depois de grandes, *padawans*, ideias, projetos, o mundo inteiro pode ser seu filho. Alguns pais que, por força de um coração enorme, são mães. Mãe Terra, Pacha Mama, mãe de todas nós. A minha filha é também minha mãe, porque nasci no dia

que ela nasceu, e em todos os outros dias em que ela me ensinou e ensina.)

Não existe nada mais forte do que uma mãe: uma vez, com uns 3 anos de idade, fiquei trancada em casa quando a porta bateu com minha mãe do lado de fora. Ela chamou o zelador, que não conseguiu arrombar a porta com um pé de cabra – era uma porta daquelas antigas, maciças, pesadas. Pois ela, pequeninha e magrinha, deu com o ombro e derrubou a porta para me tirar de lá.

Não existe nada mais forte do que uma mãe: a força criadora é muito mais forte do que a força destruidora.

Amor vincit omnia.

E é dessa força criadora e amorosa que estamos precisando nessa quarentena.

Na caminhada com o filho, o caminho vai se mostrando no caminhar, e cada passo vai meio que sugerindo o seguinte.

Em uma pandemia, a ciência vai fazendo descobertas sobre o vírus e nós também, sobre nós mesmas.

Isso diminui um pouco a angústia de ter que saber tudo desde o começo.

Não precisamos ter prontas as soluções para a vida, só precisamos seguir caminhando e abordando o problema com os novos aprendizados, com a pessoa que vamos nos tornando.

Não existe nada mais forte do que todas nós juntas: em todas as situações, a aldeia. Pensar na aldeia, na nossa interconexão. Nada expõe mais a nossa conexão do que uma pandemia. Eu só posso ficar bem se todos ficarem bem. Eu só posso descansar quando todos os filhos estiverem em segurança. Que a gente possa estar sempre gestando formas de cuidado, que a gente possa entrelaçar nossos cuidados para formar uma rede protetora para todas as mães. Aquelas que precisam sair, aquelas que não tem como alimentar os filhos, aquelas que precisam de ombro (do tipo que acolhe e do tipo que arromba portas para resgatar), cuidado, atenção.

É preciso que as mães se unam nesse momento para mostrar amorosamente essa conexão. Nenhum modelo matemático consegue dar conta de todas as variáveis possíveis, dos comportamentos, medos, dúvidas e de coisas que estão fora do nosso controle, mas nos países onde houve uma mensagem clara de engajamento e de responsabilidade de todos, nos países em que a vida veio primeiro na lista de prioridades, foi possível lidar melhor com a doença e com todas as suas consequências. Talvez não por acaso, muitos desses países que tiveram uma melhor resposta são governados por mulheres. Um deles, que é citado como exemplo de coordenação de esforços, mensagem clara e empatia, é governado pela mesma mulher que foi a primeira chefe de Estado a amamentar em público, em pleno congresso nacional, Jacinda Ardern, da Nova Zelândia.

O mundo não é fácil para as mães. Repito, uma vez mais, é preciso uma aldeia para criar filhas e filhos. Que a gente possa ser sempre a aldeia umas das outras, e que a nossa voz em defesa de quem amamos possa ser ouvida de longe.

O ABRAÇO QUE NÃO PUDE DAR

Jenifer Saffi

Professora de Bioquímica

49 anos, mãe do Gabriel, 22 anos

Dia 19 de março de 2020. Precisávamos nos separar para tentar nos proteger! Que ironia, mas como assim? Muitos sentimentos à flor da pele, entre eles a insegurança, o medo do que poderia acontecer e, principalmente, daquilo já poderia estar incubando dentro da gente de forma silenciosa e trazendo consequências absolutamente imprevisíveis. Por isso, a decisão de separar parte da família. Somos praticamente três gerações dentro da mesma casa e o melhor que podíamos fazer naquele momento era tentar isolar ao máximo quem estava no grupo de risco. E foi nesse dia que me despedi do meu filho Gabriel, de 22 anos, sem mesmo poder lhe dar um abraço (afinal, será que já estávamos contaminados...?) e com um dos piores sentimentos que já experimentei – de incalculável impotência – e com uma angústia profunda por não ter respostas, nem mesmo para a mais básica pergunta: quando estaríamos juntos novamente para poder nos abraçar de verdade?

Paralelamente a tudo isso, muitas responsabilidades profissionais, desafios complexos a todo momento, com decisões importantes a serem tomadas e que exigiam muito equilíbrio e controle emocional. No final de cada jornada, um cansaço evidente e ao mesmo tempo uma

sensação de alívio por termos passado mais um dia “sem sintomas”... No silêncio das noites, o profundo desejo de abraçar e de dividir um colo!

À medida em que o tempo foi passando, e com o meu “monitoramento” de mãe à distância, fui percebendo a maturidade de meu filho. A própria ideia do distanciamento físico surgiu dele, para que pudesse proteger seu pai. Eu e o pai dele fomos para o interior. Ele ficou em Porto Alegre e fez do seu quarto um ambiente de estudo e trabalho e, com muita tranquilidade e serenidade, foi gerenciando tarefas domésticas (essas em menor grau) além dos muitos *deadlines* da faculdade e do trabalho. Fui acompanhando de longe suas composições musicais, todas recheadas de muito sentimento e poesia (já quero declarar a existência de conflito de interesse, risos)!

Mesmo sabendo que estava “tudo bem” (título de uma das suas músicas), a saudade já não tinha mais limites. Chega a véspera de Páscoa e não aguento mais ficar longe. Consigo me encontrar com ele por poucas horinhas, entregar algumas guloseimas típicas do momento e, sem muito pensar nas consequências, nos abraçamos por um longo tempo. Que delícia de abraço! Como é bom sentir seu calor pertinho de mim! O sentimento de que aquilo era recíproco foi ainda melhor!

Os dias foram seguindo, muitos altos e baixos, a surpresa de receber a sua visita no Dia das Mães (inesquecível momento!), cozinhamos juntos, demos muitas risadas, dividimos nossos medos, inseguranças e falamos de esperança. Incrível como as coisas simples do cotidiano passaram a ter outro significado na vida da gente!

Após dois meses de distanciamento físico, voltamos a ficar todos na mesma casa. Agora, sim, o cotidiano toma uma outra dimensão. A divisão de tarefas ainda é um desafio para todos, até por que as demandas só aumentam e as horas na frente no computador parecem ser infundáveis!

A experiência inusitada de passar tanto tempo sem sair de casa, com meu marido e filho, e trabalhando mais do que nunca, tem me revelado diariamente o quanto a individualidade de cada um é importante e deve ser respeitada para que uma convivência harmoniosa seja possível.

Não lembro de ter passado tanto tempo com meu filho como agora, talvez nem mesmo na época em que ele mal caminhava. São novos aprendizados e a possibilidade de compartilhar momentos que antes seriam praticamente impossíveis, como limparmos juntos a casa e fazermos o almoço e o jantar para comermos juntos, todos os dias. Aliás, descobrir a cozinha de casa tem sido um grande desafio e prazer, e, mais uma vez, meu filho tem me ensinado muita coisa, entre elas, que a cebola e o tomate não precisam ser cortados do *meu* jeito. Temos descoberto novos temperos e sabores, partilhado receitas e até inventado algumas coisas que podem ser saboreadas. Outra grande novidade pra mim! Além disso, descobri um amigo e uma parceria que talvez eu corresse o risco de não conhecer.

E o que falar dos momentos de solidão? Esses foram poucos. Na verdade, confesso que estava esperando por mais momentos “solo”, em que pudesse ficar mais comigo mesma, imersa nas minhas reflexões, em leituras prazerosas, em poder ver uma sequência de filmes e séries, sem precisar olhar o relógio atenta ao horário da próxima *web* reunião. Quando este dia vai chegar? Taí mais uma pergunta sem resposta. Se ele chegar, talvez já tenha passado tanto tempo que os desejos possam até já ser outros.

O momento é de muitas incertezas, mas essa “parada” imposta pela pandemia permitiu que eu ressignificasse muitas escolhas e prioridades na minha vida. A compreensão do espaço-tempo tem hoje um valor que até então estava adormecido em mim.

Acompanho de longe minhas amigas e colegas que são mães (no sentido mais amplo da palavra) e percebo a enorme quantidade de energia dessas mulheres para gerenciar, com muita habilidade, filhos, maridos, pais, alunos, trabalho, etc. Claro que isso não é nenhuma novidade para nós, pois sabemos bem da capacidade que temos. Mas agora parece que fica tudo ainda mais evidente para o mundo. E é nelas e com elas que eu me inspiro, respiro e procuro seguir meus dias, sabendo que também tenho com quem contar e que podem contar comigo e, sobretudo, que formamos uma egrégora muito poderosa! A força da amizade e do amor talvez seja uma das poucas certezas que tenho no momento.

De tudo isso, ainda me resta um grande desejo de poder abraçar e ser abraçada por todos que amo! E que chegue o dia em que não tenhamos mais que presenciar atos de incompetência e insensatez por parte daqueles que ainda acreditam que é “só uma gripezinha”.

EU FUI FEITA PARA AMAR E CUIDAR, ELA FOI FEITA PARA IR

Ana Claudia Souza Vazquez

Professora de Psicologia

52 anos, mãe da Beatriz, 25 anos

Eu tô nas Filipinas já tem 8 semanas. Meu último email deve ter 9 semanas. Eu sei que eu não tenho te atualizado tanto. Desculpa!

Eu acho que é tão difícil pra mim escrever emails, ou manter contato constantemente, em geral, - Facetime, WhatsApp, Facebook, etc - porque me faz perceber o quanto eu tô longe. Eu acho que eu nunca entendi tanto que ligar pra casa te faz lembrar o quão longe de casa você está.

Por mais que eu ame estar aqui (onde quer que “aqui” seja), e ame fazer o que eu faço - e, acredite em mim, nem uma pequena parte de mim queria não estar aqui e estar no Brasil agora -, ainda assim é difícil estar longe de “casa”. Longe da minha família e amigos próximos. Longe da minha cultura, da minha língua.

Longe do confortável.

Com certeza a parte mais difícil da vida que eu escolhi é ficar longe de pessoas que eu amo. Mais difícil que dormir no chão de concreto, ou liderar um time, ou morar em uma casa com mofo por 2 semanas (sim! isso aconteceu aqui), ou liderar um time em um país que você nem fala a língua.

Mas, o “pior” (ou melhor, depende do seu ponto de vista) é que, por mais que seja difícil “ir embora”, é mais difícil ainda ficar. Eu não quero “ficar”.

*Eu fui feita **pra ir!!***

(Beatriz Vazquez Aboud, fevereiro/2018)

A maternidade chegou na minha vida aos 26 anos, um presente de Deus que me mudou de dentro para fora e que me fez repensar espaços sociais e ambientes, decorações especiais e projetos de vida. Seu nome, Beatriz, foi escolhido pelo significado: "aquela que faz feliz", uma visão profética de quem aprendeu a sorrir nas mais diferentes situações. A dolorosa distância física veio logo no parto, antecipado por um quadro de hipertensão gravídica em que entrei em pré-eclâmpsia quando ela estava com 34 semanas e meia. Bia (ou Be, como é hoje carinhosamente apelidada) nasceu sendo-lhe exigido que saísse do conforto do meu ventre para a rápida velocidade da vida, intensamente convidando-a a vencer os desafios de uma unidade de tratamento intensivo (UTI). Naquela época, não havia UTI pediátrica nos hospitais; a distância física nos foi imposta por vários dias, nosso cordão umbilical foi cortado e eu já não ouvia seu choro nem sentia o cheiro de bebê, do meu bebê. Me lembro que, imediatamente após ela nascer, eu clamava ardentemente para a equipe médica me deixar ver a Bia, porque isso não tinha sido possível na sala de parto. Quando fui para o quarto, de repente, sem aviso, ela foi trazida em uma incubadora móvel, toda conectada em fios, movendo seus braços e pernas, com a mesma força que fazia na minha barriga. Eu sorri, tão feliz, e disse amorosamente: "*minha filha está numa nave espacial! Que linda!*". Nada mais profético...

Distância física marcou nossa relação desde o início, sem qualquer desejo de estarmos longe de *nós-juntas* ou dos confortáveis abraços, olhares e palavras

de amor que trocamos ao longo da nossa vida, como família. Quando a Bia fez 14 anos, nos mudamos para Porto Alegre. Uma mudança planejada, embora até então eu não tivesse planos de sair definitivamente do Rio de Janeiro (mas isso é outra história que, quem sabe, ainda será contada). Dois anos depois, fui colocada em xeque-mate quando ela disse que desejava voltar para o Rio. Não era ir para matar saudades da família que deixamos, era ir para permanecer lá e seguir sua vida ali. Me senti com um fio de navalha cortando meu coração (um pouco de histeria, mas eu tenho meus momentos viscerais). Fiquei dividida e busquei muita sabedoria, porque eu sabia o quão importante e difícil era para ela me pedir isso; não era uma trivialidade, ela já sabia o quanto eu a amava, só que qualquer decisão que eu tomasse iria marcá-la para sempre. Em minhas orações a Deus, eu gemia: “*não sei ser mãe à distância!*”, pois já tinha entendido que deveria deixá-la ir. E a resposta veio, como Deus sempre faz: “*muito mais do que você jamais seria capaz de amá-la, eu já a amava e sempre a amarei... ela estará bem cuidada por mim e você vai aprender a amar à distância, porque a ser mãe eu te ensino todos os dias, de todas as formas*”. Coragem Ana, a Bia irá!

Às vezes, ela reclamava de algumas situações por ter ido, e eu respondia: “*seu quarto está aqui, arrumado e do jeito que deixou... é só voltar*”. Isso nunca aconteceu. Aos 20 anos ela foi estudar e morar em Nice, na França; e aos 23 anos foi para África trabalhar voluntariamente no projeto *Show Mercy*, enviada pela organização

missionária Jovens com uma Missão (JOCUM). Quando ela me contou, me vieram apenas as palavras: *“voa filha, vai aonde teus sonhos desejam, faz o bem que Deus te enviou a fazer”*. E aos 24 anos ela decidiu se tornar missionária, foi morar na ilha de Kona, no Havaí, sendo sua primeira missão nas Filipinas. O texto em epígrafe foi feito durante essa viagem. Quando ela me contou que iria para esse país, eu disse para Deus: *“logo ali? Há 7 anos atrás eu chorei porque ela quis ir para o Rio, mas por essa eu não esperava”*. Sorri para Deus e me mantive em oração, porque não tenho mais a preocupação de antes; aprendi a confiar e a sentir a felicidade em ser mãe tão mais de perto... Sabe aquela maternidade que nenhuma distância poderia separar?!

Em dezembro de 2019, Bia veio ao Brasil, agora como missionária do projeto *The Send*, também da JOCUM, para trabalhar na logística de 3 eventos simultâneos, em que participaram mais de 150 mil pessoas. Passamos o primeiro Natal juntas desde que começou sua vida missionária, só que – para alegria de todos – ela trouxe consigo 21 jovens dos times de missionários no Brasil. Foi um Natal inesquecível, mais um presente recebido nessa caminhada tão linda!

Bia estava em Paris, na França, conhecendo um projeto missionário na área de moda, quando a pandemia se alastrou exponencialmente e ela retornou para sua casa, em Kona, no Havaí. O que mudou na nossa relação nessa pandemia? Não foi a distância, pois já temos experiência com isso. Mas também não há nenhuma solidão em minha

experiência de maternidade – nunca houve. A Bia sempre esteve perto de mim, mesmo indo para vários lugares no mundo. E todos os anos fazemos uma viagem em família, que só não aconteceu em 2020 ainda, devido à situação da pandemia.

Uma memória marcante que expressa a sua presença na minha vida foi quando perdi meu pai. Uma noite, após eu cuidar de todos os detalhes para seu enterro, ela foi dormir perto de mim, me cuidando. Acordei no meio da noite, em soluços, não sei explicar o que sentia nem se tive algum sonho: foi um choro da alma. Senti seu doce abraço e sua voz me dizendo: “*estou aqui mamy, estou aqui*”. Lembro desse momento com ternura, como se fosse hoje.

A pandemia nos deu mais tempo para falar, pois nossos compromissos foram ajustados e nada parece mais tão urgente como antes. Temos mais tempo em casa, conseguimos falar mais pelo *WhatsApp*, pelo *Facetime* ou por outras ferramentas como essas. Estamos experimentando um tempo de rir mais, filosofar juntas, contar piadas diferentes, jogar *games* que nos divertem juntas e nos conhecer melhor. Afinal, ao longo do tempo, nós mudamos e aprendemos coisas novas. Somos o que somos, mas sempre mudamos. Sempre há algo novo ou que não sabíamos no outro, ainda mais em quem amamos profundamente. Interessante que nós duas ficamos surpresas, certo dia, de termos falado por mais de 2 horas em uma única ligação, sem perceber o tempo passar e nos divertindo muito. Que fique claro: Bia e eu não

somos de nos ligar todos os dias, nem de ter obrigações de datas para nos falar – exceto, claro, aniversários e dias especiais. Temos muitas diferenças e, por vezes, é difícil nos entendermos. Relações amorosas são assim mesmo, trabalhosas, difíceis e exigem dedicação.

Fecho este relato com a convicção e a experiência de que o distanciamento imposto pela pandemia não quebra laços, não destrói a qualidade das trocas, não faz com que a gente se separe ou esteja solitário. Isso quem faz é cada um de nós, com nossas decisões e atitudes diárias. Ouvi uma frase hoje, do pai de um amigo, que repito aqui, porque expressa meu modo de pensar: *“direção e não distância é o que determina seu destino”*. Se tem algo que aprendi sobre maternidade na vida, que vale também para a pandemia e a pós-pandemia, é que os filhos devem voar na direção do seu ir, seja aqui ou acolá, seja perto ou longe, e que mães ou pais devem amar e cuidar, com todo o seu coração. E o resto, Deus cuida, afinal amor maior não há...

NÃO HÁ VAZIO QUANDO TUDO ME CABE

Ana Boff de Godoy

Professora de Humanidades

45 anos, mãe do Pedro, 18 anos, e da Mariana, 14 anos

Nunca quis ser mãe. Desde criança, brincar de bonecas e fazer comidinhas não era uma coisa que me agradasse. Sempre preferi carrinho de rolimã, bolinha de gude, subir em árvore, empinar pipa, fazer experiências (que eventualmente explodiam), observar insetos e folhas, mexer com terra, com argila, com tinta, com papel, com tesoura, ler, ler e ler. E escrever. Tive uma infância com poucas crianças à minha volta. Última filha de três de um casal já idoso (para a época), cresci em meio a adultos. Minhas irmãs tinham 20 e 21 anos mais do que eu. Meus pais poderiam ser meus avós. Meus sobrinhos poderiam ser meus irmãos, mas morávamos longe. Cresci como filha única, com um piano e livros me fazendo companhia. Talvez, por isso, nunca me senti verdadeiramente sozinha e meus momentos nunca foram vazios, apesar de muito silenciosos.

Minha adolescência foi mais agitada. Muitos amigos, movimento estudantil, teatro, capoeira, dança, música eletrônica nas noites de Porto Alegre. Em casa, clássicos, MPB e rock. Descobri que, para estudar matemática, Pink Floyd era um ótimo estimulante mental (hoje, ouço David Gilmour nos raros momentos em que consigo tomar um banho de banheira, para relaxar!).

Apesar do barulho e dos amigos, meus momentos de solidude sempre estiveram preservados e garantidos naquela casa em que habitávamos somente eu e meus pais (e uns peixes, num certo período em que minha mãe se encantou com aquarismo). E assim como eu era capaz de sair na sexta e voltar no domingo à noite, depois de ter emendado uma festa na outra, ou de ter ido acampar e subido uma montanha, ficava também muito feliz em não fazer nada além de ler um bom livro deitada sob minhas cobertas, pintar um quadro ou escrever sobre meus sonhos e angústias. Não era raro ficar acordada olhando as estrelas só para contemplá-las. O fato é que esses momentos nunca foram, para mim, momentos de solidão, e sim de solidude: de ter somente eu mesma como companhia, e me sentir muito bem acompanhada.

Penso que nunca quis ser mãe pelo medo de ter minha solidude ameaçada. Queria seguir a carreira acadêmica, viajar muito, preservar minha liberdade de ir e vir e de, simplesmente, ficar quieta quando quisesse, seja fazendo as coisas que gosto ou tão somente fazendo nada e sendo eu mesma. Tudo que minha mãe não fez, tampouco minhas irmãs. Todas seguiram “a fórmula tradicional da vida para mulheres”: um “bom” casamento, filhos e casa para cuidar. Minha mãe só concluiu o antigo ginásio e, mesmo sendo uma criatura da roça, estudou piano, francês, corte e costura, tricô, crochê, bordado... (E sempre fez tudo isso com a maestria de uma verdadeira artista!) Tudo isso garantiu um bom casamento com meu pai, que lhe ensinou a jogar tênis. Minhas irmãs chegaram

um pouco mais longe nos estudos e fizeram secretariado no então chamado segundo-grau. Aprenderam também a jogar tênis e “se casaram bem”: “tudo nos conformes”. Já eu, nunca consegui coordenar bola com raquete, e casamento e filhos não estavam na minha mira! Mas quem diz que a vida segue nossos planos? Não seremos nós a seguir os planos da vida?

Depois de uns meses estudando na Itália, voltei para o Brasil com a firme convicção de seguir meus projetos à risca. Mas... ao “matar a saudade” do meu companheiro da época, eis que Pedro resolveu aportar em meu corpo. Foi um momento mágico e assustador. No próprio momento da concepção, senti uma energia completamente diferente entrando em mim. Vi, com meus olhos incorpóreos, uma luz madrepérola me cobrindo com calor. Foi lindo. E apavorante. Eu tinha certeza que tinha sido fecundada naquele momento. E sabia que quem chegava em mim era o Pedro (não, nunca tinha pensado em nome para filhos antes disso). Ria e chorava. Meu companheiro achou uma bobagem, pois eu tinha ovários policísticos, não menstruava há meses e já tinha sido alertada por minha ginecologista que, provavelmente, se eu quisesse ter filhos, teria que fazer algum tipo de tratamento. Então, além de não me preocupar com métodos anticoncepcionais, me sentia tranquila pelo fato de que meus planos não seriam atrapalhados. Mas não se passaram três semanas e a confirmação de mudança de rumo na vida chegou.

Apesar de ter sido colhida de surpresa e de não desejar ser mãe, desejei ter aquele filho desde o primeiro instante. Ficamos muito amigos e conversávamos muito enquanto ele ainda estava em minha barriga. É inexplicável o laço de amor que se cria, apesar do medo e de tantas incertezas. E esse amor do meu filho se fez minha quase única companhia naquele momento.

Descobri o que era solidão já na gravidez. Entendi que a solidão não se faz pelo fato de estarmos sozinhos conosco, mas pelo fato de estarmos com uma outra pessoa que ecoa como um vazio. Solidão se faz a dois. Ou talvez em meio a mais gente que nos ignore. Me senti muito, muito sozinha durante minha gravidez e depois do nascimento do Pedro. Casei com meu companheiro, mas talvez fosse mais certo dizer que casei com a solidão de um não companheiro. Nunca presente, nunca marido, nunca pai. Mas por conta do imaginário, das ideias que tecemos sobre o outro e sobre nós mesmos, eu achava que o erro estava em mim. Tentei de todas as maneiras ser sua companheira, mostrar a ele que filho lindo tínhamos tido, que família linda podíamos ter. Por um tempo, engavetei meus planos e tentei interpretar, da melhor maneira possível, o papel que a vida tinha reservado para mim. Sem muito planejamento, mas com muito anseio de criar uma linda família para substituir a solidão que eu sentia, Mariana chegou.

Desde sempre, Mariana foi minha companheira. A primeira noite no hospital éramos só nós duas. Mas não me senti só, e acredito que nem ela. Conversamos muito.

Pedi desculpas a ela por ter escolhido tão mal seu pai, mas expliquei que logo ela e o irmão iriam ser ótimos amigos. E prometi que nunca os deixaria sozinhos, a não ser nos seus preciosos momentos de solididade. Mas, no que dependesse de mim, solidão eles não sentiriam.

Mas o pai não lhes fez essa promessa, e os deixou. Há dez anos que nem sua presença física dá sinal. Antes disso, era só o que tínhamos: um corpo ausente. Aprendemos, então, os três, a crescer juntos. Não, não foi fácil. Conheci outro tipo de solidão: a de não ter ninguém com quem contar. Não ter ninguém com quem contar e ser responsável, totalmente responsável, por duas vidas além da minha.

Hoje Pedro tem 18 anos e Mariana 14 (feitos no primeiro mês de pandemia, logo, sem festa, sem amigos). Estão cada um no seu quarto, com sua solidude, e parecem muito bem em relação a ela. Mariana é muito parecida comigo quando tinha sua idade: um bom livro, um bom filme, uma boa música e trabalhos escolares para fazer já são o suficiente para lhe fazer entrar em contato com ela mesma. Pedro faz exercícios, levanta peso, soca o saco de *box* e joga *online* com amigos uns jogos que não entendo. Agora começaram as aulas de cálculo do primeiro semestre de Engenharia de Energia. Ele também curte seus momentos de solidude. De tempos em tempos, saem do quarto, vêm aqui no escritório, me enchem de beijos ou me fazem cócegas e perguntam o “que tem pra comer”. Essa tem sido a pergunta mais frequente nesse período de enclausuramento necessário e confesso que é a mais

irritante. Nesses momentos, eu lembro por que não queria ser mãe... Não raro a pergunta vem em forma de mímica, quando eles vêm que estou no meio de uma reunião. Faço sinais para se virarem. E eles se viram, mas também viram a cozinha do avesso. E é assim que ela fica, apesar de todos meus protestos.

Meus protestos se direcionam também para limpeza dos seus quartos, para que guardem suas roupas, para que me deem uma mão nas coisas da casa. Mas meus adolescentes estão sendo adolescentes, afinal, e preferem voltar à solidão de seus quartos sujos do que compartilhar a tarefa de limpá-los com a mamãe aqui que, não raro, fica falando sozinha. Esse é um outro momento irritante em que sinto solidão e não solidão. E às vezes dou uns gritos comigo mesma, me descabelo e penso: o que foi que eu fiz?

Mas se dramas fazem parte da vida de quem tem filhos, os momentos de cuidado e afeto por parte deles também. Quando fico até tarde trabalhando, Pedro vem me alertar que está na hora de pedalar e fazer exercícios. Às vezes, Mari me acompanha na Netflix enquanto pedalo. Volta e meia, um entra no quarto do outro para uma brincadeira. Dá um griteiro, umas risadas, eventualmente uma briga, e depois tudo volta à paz. Tem noites que jogamos canastra os três. Final de semana, jogamos War, Detetive, Banco Imobiliário. Aos sábados, vamos até a zona sul ver o rio. Nem saímos do carro, mas conversamos muito durante o trajeto, passamos em algum *drive thru* e almoçamos curtindo a natureza em algum cantinho tranquilo em que conseguimos estacionar. Mari me

ensinou a gostar de Taylor Swift e Pedro me apresentou vários *rappers* interessantes. Acordo a Mari todos os dias fazendo uma espécie de performance-paródia de T.S. e Pedro me desafia a fazer *flows* (obviamente, sempre perco). Normalmente, na hora em que eles querem papo, eu quero ficar quieta. Digo que eles têm o dom de escolher o momento errado para papear e pleiteio meu momento de solitude. Eles riem e dizem: *quem mandou ter filhos?*

DE DOCENTE UNIVERSITÁRIA À PROFESSORA DE EDUCAÇÃO INFANTIL

Emiliane Nogueira de Souza
Professora de Enfermagem
43 anos, mãe do Germano, 8 anos,
e dos gêmeos, Gustavo e Mariana, 5 anos

Replicando o modelo em que cresci, com uma mãe amorosa e um pai atuante, há 8 anos tenho maternado apoiada por um super pai. Temos 3 filhos, sendo um casal de gêmeos, com diferença de quase 3 anos entre eles e o nosso primogênito. Não tenho dúvidas de que um pai presente e participativo torna a maternidade mais prazerosa, uma vez que é possível dividir a realização de tarefas e compartilhar a ternura. Costumo dizer para as amigas que não têm filhos, quando conversamos sobre esse assunto, que a maternidade é uma combinação de ternura e execução, sendo que a proporção de cada uma das partes varia de acordo com as fases de desenvolvimento dos filhos. Com uma visão mais realista e baseada na minha rotina, considero que, atualmente, vivencio 80% de execução e 20% de ternura. Para alguns pode parecer algo exagerado ou negativo, mas não vejo dessa forma, e, sim, como uma realidade que oportuniza o desenvolvimento (ou desdobramento) pessoal quase que cotidianamente.

Embora a disponibilidade de recursos possa trazer muitas facilidades para o contexto familiar, a experiência de ser mãe de três filhos com personalidades bem

diferentes traz inúmeros desafios. Mesmo que se usufrua de uma excelente infraestrutura, a maternidade é bastante exigente. Quem é mãe sabe que, à medida em que os filhos vão crescendo, o dia-a-dia vai nos confrontando com nossas preconcepções, fazendo com que reflitamos sobre nossas crenças e nosso modo de ser e agir. São diversas as situações em que, como mãe, preciso intervir para a resolução de algum conflito entre irmãos ou persuadi-los para a execução de alguma atividade rotineira. Afinal, a resistência em determinadas faixas etárias é natural e esperada. E é nesses momentos que, por vezes, paro alguns segundos e fico desejando a presença de alguém experiente ao meu lado ou que surja um sopro no meu ouvido com uma voz baixinha dizendo qual a melhor forma de agir diante da situação que se apresenta... mas, aos poucos, vou me dando conta de que isso não existe. Então, faço um esforço mental para lembrar algo que já li ou ouvi que possa ser útil no momento. E obviamente, às vezes não obtenho o êxito que gostaria de ter.

Vejo a maternidade como uma experiência única e diferente para cada mãe, acreditando que filhos felizes também são consequência de uma mãe feliz, seja lá qual for a ideia de felicidade de cada uma. E é por isso que, entre ser mãe ou profissional, eu escolhi as duas funções. Sabendo que o curso da vida não é linear e que a estabilidade não é uma constante, busco me adaptar... Vivencio a maternidade com um pai atuante que cuida e “paterna” enquanto trabalho em outra cidade. Muitas vezes perguntada sobre como me sinto quando estou longe

dos meus filhos, afinal essa circunstância causa estranheza, respondo que me sinto bem e sem culpa, pois escolhi ser mãe enquanto construo uma trajetória como professora e pesquisadora. Gosto muito do que faço profissionalmente e isso me traz felicidade, mesmo sabendo que toda escolha acarreta uma renúncia. Vejo com naturalidade o fato de meus filhos serem cuidados alguns dias somente pelo pai enquanto trabalho, pois o meu próprio pai sempre esteve presente enquanto nossa mãe estava ausente trabalhando, quando éramos crianças, época da qual guardo ternas lembranças.

Acredito que é no dia-a-dia que estão os maiores desafios de ser mãe. Muitas vezes, vejo-me só, ao ter que equilibrar minhas vontades e necessidades com as demandas dos filhos. Em alguns momentos, surgem conflitos internos, quando preciso abrir mão de mim mesma para me disponibilizar a eles e à família. Mas é justamente essa disponibilidade que oportuniza apreciar o novo, o inesperado e outros pontos de vista que, acredito eu, podem nos tornar melhores e mais evoluídos, mesmo que, por vezes, com algum sofrimento. Por melhor que seja o pai, percebo que a mãe carrega consigo responsabilidades únicas, ou pelo menos, aquelas para as quais pensa ter mais habilidade, tanto relacionadas à execução – como por exemplo, tarefas da escola –, quanto à ternura – como o abastecimento de carinho e afago. Não que a ternura não possa ocorrer junto com a execução no cotidiano, mas em certas atividades, a energia é canalizada, prioritariamente, para a conclusão da tarefa no menor tempo possível.

Vivencio a ternura de inúmeras formas. Dentre as que percebo com maior frequência estão a observação dos jeitinhos de brincar sozinhos ou com os irmãos, o vínculo entre eles e com o pai e a busca pelo aconchego do meu colo. Mas a que mais gosto é deitar um pouquinho com cada um à noite antes de dormir, ter um braço no meu pescoço, sentir o seu cheirinho e o calor da mãozinha para conversar sobre o nosso dia, rezar e agradecer. E, nesses momentos, exercito a gratidão.

Nesta quarentena, tenho tido a oportunidade de estar cotidianamente imersa na maternidade aliada a outras atividades de cunho pessoal e profissional. Como mãe, naturalmente, me atendo ao suporte e ao desenvolvimento emocional da convivência familiar. Já como enfermeira, mantenho algo que considero cansativo por vezes, que é o contínuo estado de alerta para evitar possíveis acidentes ou danos físicos, mesmo sabendo que alguns fazem parte da infância. Como professora universitária me preocupo com o desenvolvimento psicomotor e cognitivo compatível com a idade.

Assim, neste período de isolamento social, em que as escolas suspenderam as aulas, foi preciso me reinventar como professora, para contribuir com as profissionais de educação infantil e ensino fundamental, que têm se esforçado no *offline* e nas vídeoaulas. Para os gêmeos, preciso criar atividades lúdicas e interessantes que levem desde a construção de habilidades motoras finas, como, por exemplo, escrever letras e desenvolver autonomia para reunir e guardar os materiais. Já para o filho mais velho,

que está no 3º ano do ensino fundamental, foi preciso relembrar técnicas básicas do ensino-aprendizagem de multiplicação e divisão. Claro que, para ambos os cenários, foi necessário me abastecer de muita paciência e criatividade, a ponto de despertar neles a vontade de serem meus alunos... Por vezes, tem sido árdua essa tarefa porque a relação mãe-filho influencia a relação “professora-aluno”, o que exige um esforço para focar no objetivo de aprendizado do conteúdo passado pela escola.

O nosso lar também precisou de algumas adaptações em prol de uma nova rotina minha e das crianças. Foi preciso ressignificar a sala de jantar para torná-la um espaço de *coworking*, em que eu e as 3 crianças pudéssemos realizar nossas atividades relacionadas ao trabalho e à escola. Além de uma infraestrutura de “tecnologia da informação”, com computadores e internet eficientes para atividades *online* síncronas, foi preciso lançar mão de outros recursos para as atividades escolares em casa. Para simular um quadro branco, utilizei folhas grandes de *flipchart*, fixadas na parede em frente à nossa estação de trabalho compartilhada. Utilizadas como recurso adicional, foi possível entreter as crianças (meus alunos domésticos) por meio de desenhos, escrita, operações simples de matemática, português ou inglês.

Também costumo aproveitar o momento em que estamos juntos, sem distrações de som ou imagem, para construir conhecimentos coletivamente sobre temas abordados pelos livros da escola. Invento uma história com 2 ou 3 personagens para depois questioná-los, testando

memória e compreensão, ou então, faço perguntas de matemática, geografia ou anatomia básica. E eles adoram! Por vezes chegam a me pedir: – Mãe, faz pergunta de conta!

É bem verdade que o fato de estarmos todo o tempo juntos em casa, com diferentes demandas, nos acarreta algum estresse, requerendo um tempo só para nós. Então, os livros me fazem bastante companhia, quando eu estou disponível apenas para mim mesma. Às vezes, isso causa desgosto nas crianças, mas eu persisto na leitura, explicando que é a vez da mamãe aprender.

Outro aliado, na hora de eu trabalhar no computador, o que me exige maior concentração, é o vídeo-game. Oportunizando uma imersão em mundos abertos tridimensionais, o Minecraft® mantém meus filhos entretidos em boa parte do tempo que eu estou absorta pelas atividades laborais. Carrego um duplo sentimento em relação a esse aliado, do tipo, é ruim, mas é bom, por que ao mesmo tempo que o jogo é interessante e desenvolve a criatividade, eles preferem ficar no quarto jogando a realizar atividades em família, como jogo coletivo ou até mesmo ao ar livre. Por vezes, isso me deixa com um pouco de culpa, mas em seguida passa.

A quarentena criou, para mim, uma oportunidade de vivenciar, em tempo integral e prolongado, a maternidade – algo que fazia somente nas férias e nos recessos acadêmicos. Percebo que tenho buscado me desenvolver como mãe e como professora de crianças em idade escolar. É possível que alguns dos desafios feitos

para meus filhos enquanto os ajudo no aprendizado dos conteúdos escolares, possam ser aperfeiçoados para os meus verdadeiros alunos. Enquanto o retorno parece distante, vou me aprimorando com meus filhos-alunos e curtindo a maternidade em tempo integral.

UMA CERTA CADÊNCIA ENTRE A VIDA ACADÊMICA E AS BONITEZAS DA VIDA

Maria Paula Prates

Professora de Antropologia

40 anos, mãe do Gabriel, 20 anos, e do Francisco, 15 anos

A relação entre a profissão de professora e a maternidade pode ser pensada por diversos ângulos. Começamos por um recorte geracional e de classe a fim de tomarmos reflexivamente uma geração de mulheres professoras, principalmente atuantes em escolas maternas e primárias. Décadas atrás, tornar-se professora em escolas públicas, sobretudo, era um dos destinos possíveis, considerado prestigioso, para mulheres de classes médias e altas. Ou de conquista e ascensão para mulheres provenientes de classes populares. A atividade de professora como uma extensão do exercício da maternidade, desfecho encontrado para acomodar mulheres no campo profissional e econômico valendo-se de uma “predisposição natural” para o ofício, começou a mostrar-se como um caminho socialmente aceito a fim de suplementar a renda de famílias. Existiria algo mais apropriado do que uma mulher mãe, cuidadora, trabalhando de modo assalariado para educar e “civilizar” crianças, sejam elas as suas próprias ou as de outrem? Às mulheres de classes média e alta passa a ser conferido o direito de “trabalhar fora”. Educar com bons modos, adestrando moral e civicamente, fazia parte de um reluzir do papel da mulher em uma sociedade até então pouco afeita a discutir relações de gênero, raça, classe e poder.

Em anos mais recentes, o ingresso de mulheres no campo acadêmico se deu acentuadamente. Não é algo completamente novo encontrarmos mulheres professoras universitárias, mas pode-se dizer que há poucas décadas esse não era um espaço abundantemente frequentado por nós, diferentemente do que se passava no ambiente de ensino escolar. Nossa universidade, a UFCSPA, conta com muitas professoras mulheres. O campo da saúde, principalmente as áreas de enfermagem e nutrição, é praticamente “delas”. Mais uma vez, cuidar, dar atenção, ensinar hábitos de higiene e de alimentação não fogem à regra do que ainda persiste em entendimentos patriarcais como ofício natural das mulheres. Vale pensar e dar atenção ao que se passa nos micro níveis de poder e de configuração de posições acadêmicas. Seriam todas as áreas da saúde, ou subcampos, abertas à presença de mulheres? Se sim, quais delas e como explicar assimetrias de lugares de atuação neste ou naquele campo de saber? Sem reduzir tudo a relações de gênero, vale notar que em grande parte o regente das assimetrias sociais se encontra entre marcadores de gênero, raça e classe.

O contraste expressivo em relação a gênero se dá no campo das engenharias, majoritariamente ocupado por homens. O livro de Londa Schiebinger, *O feminismo mudou a ciência?* (Bauru-SP: EDUSC, 2001), apresenta estudos qualitativos realizados em escolas estadunidenses com a finalidade de entender as razões que levavam a maior parte das meninas a ingressarem, em nível universitário, em cursos da saúde ou das humanidades e dos meninos

a escolherem o campo das ciências ditas duras. As conclusões mostram que professores homens, sendo eles a maioria dos tutores em matemática, física e química, se mostravam muito mais condescendentes com as alunas do que com os alunos. Dos alunos era cobrado estudo e dedicação maior no que dizia respeito a tais disciplinas escolares. Se tinham dúvidas ou não conseguiam terminar uma tarefa, lhes era dada uma segunda chance e lhes era sumariamente exigido que concluíssem os exercícios demandados. Às alunas, por sua vez, diante da primeira dificuldade ou esmorecimento de interesse, lhes era permitido passar a outra atividade deixando os exercícios considerados “difíceis” sem conclusão. Também lhes eram cotidianamente inculcadas e elogiadas as capacidades de compreensão, docilidade e cuidado para com os outros. As escolhas por esse ou aquele curso não se dão exclusivamente quando as meninas e os meninos se veem frente à decisão de qual carreira seguir, caso passem à próxima fase de escolarização. Meninas e meninos eram, segundo a pesquisa realizada, ensinados e estimulados de maneiras diferentes. E os cursos escolhidos, consequência deste processo.

Como antropóloga, me custa um pouco falar sobre a *minha* experiência de maternidade sendo também uma professora universitária sem dar uma pincelada em contextos mais abrangentes. Não vejo qualquer mérito nessa dificuldade, ainda mais porque o propósito do texto é o de testemunhar a relação entre maternidade e solidão a partir de uma narrativa pessoal. Talvez seja mais uma

das reticências, de minha parte, em me mostrar mãe sendo acadêmica e por consequência acabar por me mostrar e ser julgada por relatar problemas tão pequenos diante do horror vivido por mães indígenas e negras, por exemplo? Talvez.

Gabriel e Francisco são os nomes dos meus filhos. Ingressei na graduação com o Gabriel no ventre e coleí grau com o Gabriel segurado por uma mão e o Francisco no colo. Meu percurso acadêmico não foi fácil, mas também não foi difícil. E foi bonito, posso dizer. Poucas vezes “terceirizei” o cuidado dos meus filhos. Nunca houve vida acadêmica para mim sem filhos. Eles são partes intrínsecas do que me torna hoje antropóloga e professora de antropologia no ensino superior.

Em uma das últimas disciplinas cursadas, antes de me graduar em Ciências Sociais na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), ouvi de uma professora socióloga e feminista que era inviável eu almejar a vida acadêmica tendo dois filhos. Isso me afetou muito. Ingressei no mestrado (PPGAS/UFRGS), em uma das primeiras posições do disputado *ranking* de classificação, e durante a entrevista de seleção, precisei responder a uma das professoras da banca como eu conseguiria dar conta de escrever uma dissertação de mestrado tendo dois filhos pequenos. Mais uma vez, isso me afetou muito. Concluí a dissertação com êxito, dentro do prazo e ainda segui adiante para o doutorado, também na UFRGS – dessa vez tendo ficado em primeiro lugar na classificação de ingresso. Nunca pedi para adiar a entrega de um trabalho

e menos ainda comuniquei que havia faltado às aulas para cuidar de meus filhos, seja porque estivessem doentes ou por qualquer outro motivo que os envolvesse como razão de minha ausência. Enquanto aluna de graduação e pós-graduação, escondi meus filhos e tudo o que concernia à maternidade o máximo que pude. Talvez isso explique minha relutância em adentrar no tema maternidade e vida acadêmica. Hoje em dia não busco mais provar a mim mesma atos de heroísmo e superação a fim de compensar o fato de ser mãe de dois. Mas durante muito tempo assim foi.

Gabriel e Francisco estão crescidos. Gabriel estuda na universidade, em Paris, e Francisco está terminando a escolarização em Londres. Meus pais não têm formação superior e cresci no interior, na região da campanha do Rio Grande do Sul, tendo estudado a vida toda em instituições públicas (escolas e universidade). Tempos atrás, dei-me conta que todo o meu investimento pessoal na carreira acadêmica se deve em parte a uma ânsia enorme de tentar fugir de um mundo onde para as mulheres eram destinadas a maternidade e a subjugação ao marido. Minhas avós, minha mãe e até mesmo minha irmã são parte dessa configuração que algema mulheres. Nunca fui de enfrentamentos e foi no estudar que encontrei refúgio para romper com um destino que era, de certo modo, quase inescapável. Meus filhos tiveram outras oportunidades e isso, sem dúvida, se deve aos caminhos trilhados por mim previamente e que hoje pavimentam seus horizontes. Estamos vivendo a pandemia de Covid-19 juntos e como

imigrantes. Quando realizei trabalho de campo entre coletivos guarani-mbyá, Gabriel e Francisco estavam comigo na maior parte do tempo. Francisco, inclusive, aprendeu a falar algumas palavras primeiramente em guarani e depois em português. *Uru*, galinha em guarani, persistiu em seu vocabulário durante anos. Quando fui estudar em Paris, onde realizei parte do meu doutorado, mais uma vez meus filhos estavam comigo. Em 2018, vim para o Reino Unido, onde atualmente me encontro, para trabalhar como pesquisadora na Universidade de Londres e, mais uma vez, Gabriel e Francisco foram trazidos pela mão para trilhar mais uma etapa da vida comigo.

Solidão não faz parte do meu vocabulário e não porque não seja possível sentir-me sozinha mesmo estando rodeada de gente, mas por sentir-me sempre realmente acompanhada e compartilhando a existência com meus filhos. De algum modo, tanto eu quanto eles temos vidas e interesses próprios. Gostaria de não romantizar nada, mas, de fato, é assim que sinto. Não encaro como um problema estar sempre na corda bamba entre maternidade e atividades atinentes ao exercício da profissão de antropóloga. Enquanto escrevo este texto, por exemplo, já respondi aos guris sobre qual o tênis mais apropriado para correr (eu não corro e quase não uso tênis!), sobre se choveria ou não nas próximas horas e se eu poderia ou não fazer bolinhos de chuva. Treinadora física, meteorologista e cozinheira foram as qualidades requeridas de mim neste momento e que se somam a infinitas outras desempenhadas ao longo desses vinte anos.

Quando o confinamento em decorrência da emergência global de Covid-19 se iniciou na França, corri para trazer o Gabriel para debaixo da asa, em Londres. Pensava eu: sozinho, imigrante latino, com asma, etc. e tal, como o guri sobreviverá? Meus receios diziam respeito a não conseguir reencontrá-lo com brevidade, seja pelo risco de fronteiras nacionais serem fechadas, seja por termos qualquer tipo de impeditivo enquanto imigrantes. Gabriel tem visto de residência tanto na França quanto no Reino Unido, mas a marca da imigração e da latinidade sempre se fazem presentes e validam subterfúgios para obliterar deslocamentos em países como os da Europa. A operação de resgate, após angustiantes 48 horas, foi um sucesso, posso dizer. E a quarentena foi por mim vivenciada com muita dedicação ao trabalho. Há tempos não me sentia tão “produtiva” em termos de escrita. E isso, sem dúvida, por estar com as crias debaixo das asas, sentindo assim que os protejo de um mundo que desaba lá fora.

Os três meses de confinamento absoluto têm me feito usufruir mais um pouco da companhia do Gabriel, em especial, que tem as asas largas e já alçou voos. Entretanto, tudo parece querer voltar ao normal por aqui. A um novo normal, vale mencionar. E Gabriel, em poucos dias, retornará para sua vida em Paris. Fico feliz por ele e feliz por mim, por me saber determinante nessa independência que experimenta.

A solidão, para mencionar a palavra que até agora pouco ou nada apareceu no texto, se apresenta timidamente em cada distanciamento que sou provocada a viver em

relação aos meus filhos: uma solidão tristeza com alguma boniteza, diria. Uma parte de mim me faz falta quando fico longe do Gabriel, mas uma outra parte de mim se diz orgulhosa por lhe ter permitido ter as asas que tem e a certeza de que estarei bem e ele também. Francisco, ainda debaixo da asa, voltará logo a aproveitar o lugar de filho único. Junto com os dois cachorros, Tartiflette e Bebèrt, e o gato Charlie, continuará a receber minha atenção entre um texto e outro, uma leitura e outra, uma reunião e outra, uma orientação e outra, uma aula e outra.

A cadência da maternidade e da solidão, que acoberta sentimentos de falta e ao mesmo tempo de orgulho, continuarão a me acompanhar na trajetória que trilho enquanto pesquisadora e enquanto professora de antropologia. Meus filhos, meu marido Joachim e a antropologia são, com toda a força e vigor, parte do que me sustenta sã neste mundo adoecido de afetos e tímida cooperação. Imagino o quanto não devem ter sofrido ou abdicado de experiências pessoais para terem podido se tornar quem são as professoras que me interpelaram durante a minha formação acadêmica sobre como conseguiria conciliar carreira e maternidade. Sem saber, não apenas me alertaram como também me incentivaram, desafiando-me, a crescer.

Os tempos mudaram, mas mesmo assim nem todas as mulheres têm tido as mesmas oportunidades e condições físicas e mentais para ir adiante na vida universitária, tanto como alunas quanto como professoras. Raça e classe pesam ainda mais que gênero neste caso. De todo modo, ofereço por ora este breve relato de que possível é, com todas as dores e delícias de ser quem se é, ser mãe e também ter uma vida acadêmica.

OLÁ, GURIAS

Gisele Branchini

Professora de Biofísica

35 anos, mãe do Bernardo, 10 anos, e do Eduardo, 6 anos

“Olá, gurias”. Esse é o começo das muitas e muitas mensagens trocadas nessa quarentena. Olá, gurias, para o grupo das mães do filho mais velho, para o grupo das mães do filho mais novo, para o grupo das amigas da faculdade, para o grupo das amigas da academia, para o grupo das amigas do bairro, para o grupo das amigas da pós-graduação, para o grupo das cunhadas, para o grupo das amigas do trabalho, para o grupo das mães da antiga escolinha... Primeira lição da quarentena: você não está sozinha. Olhando assim, para essa lista enorme de contatos, parece que está sendo fácil, que estamos passando a quarentena toda trocando mensagens de “comadres”. Sim, rimos muito de *memes* e *gifs*, mas esse não é o ponto. O ponto é que muitas de nós estão nas suas casas, com seus filhos, companheiros, pais, mães, enfim, com seus núcleos familiares, mas muitas de nós experimentam uma profunda solidão, pois ninguém parece ser capaz de entender o sentimento do outro. Quem para, parece não entender quem precisa continuar. Quem continua, parece não entender que o outro segue trabalhando, mas em um contexto diferente, muitas vezes muito mais extenuante que a rotina normal de trabalho.

E, nesse contexto, numa troca de mensagens em um desses grupos que mencionei acima, além de dicas de tudo-o-que-se-possa-imaginar, recebi uma dica de perfil no *Instagram*, de uma escritora que trata de temas voltados à maternidade. Comecei a acompanhar, de longe. E aí parece aquela coisa de destino, conspiração do universo, ou simplesmente coincidência (mas muito provavelmente era porque todo mundo estava vivendo a mesma situação), em que ela indicou um vídeo de uma palestra que tratava de como a escola acaba com a criatividade dos estudantes. O vídeo não me era estranho, eu já devia tê-lo assistido. Mas dessa vez ele me impactou. O vídeo trata da maneira como as escolas organizam os conteúdos e priorizam as matérias ditas “importantes”, em detrimento das artes, o que, na opinião da autora, acaba com a criatividade das crianças, provocando um importante impacto na vida adulta. E aí veio o texto de *WhatsApp*, direcionado àquela leva de grupos, com o desabafo de uma mãe na quarentena:

Olá, gurias. Nessa onda de altos e baixos tão peculiares que só uma quarentena é capaz de proporcionar, queria compartilhar com vocês esse vídeo. Confesso que nas primeiras semanas me vi louca, surtada, querendo fugir de casa. Aí, batia a culpa por estar reclamando de passar tempo com meus filhos (que é o que a gente mais se queixa que nunca tem).

Vivi umas situações pessoais bem estressantes, até que voltei a me centrar e me acalmei um pouco. Conversando com outras amigas sobre maternidade na quarentena, surgiu um papo sobre uma escritora, que

fala de maternidade e seus desafios, e dela veio essa sugestão de vídeo.

O que eu queria compartilhar é que, sem querer, nas últimas semanas, resolvi observar meus filhos. Privilegiada eu, sim, que posso estar com eles em casa o dia todo e posso observá-los. Mas não é esse o caso.

O caso é que as crianças nos dão as respostas para as perguntas que insistimos em fazer: por que tu não presta atenção? Senta aí pra fazer a atividade; por que tu não termina de uma vez e depois tá livre?

Eu fiz essas perguntas (e muitas outras) muitos e muitos dias... Mas quando resolvi observar meus filhos, descobri a simplicidade da brincadeira e a criatividade e engenhosidade deles... Flexibilizamos horários e estamos sim, aprendendo conteúdo.

Mas o maior aprendizado dessa quarentena vai ser meu. O de aproveitar mais a minha maternidade.

Sem julgamentos. Há o dia de ser louca; há o dia de ser professora; há o dia de ser faxineira-cozinheira-camareira; há o dia de ser jogadora de futebol. E há o dia de ser “filósofa”, tipo hoje...

Só queria dividir com vocês esse momento de se redescobrir mãe.

Beijos e muita força na peruca (porque haverá muitos dias de surtar ainda).

E, então, veio o coro. Algumas expondo a sua situação de não poder viver esse momento com os filhos, outras ainda incapazes de “aproveitar” a maternidade – como eu estava até há pouco –, mas todas com um mesmo sentimento, aquele, sem-vergonha, chamado culpa. A

partir daí, aquela boa terapia coletiva *online*, quando uma dá suporte para a outra, e todas vão dormir com o coração um pouco menos apertado. E aos pais, filhos, companheiros, que porventura leiam este texto, peço que entendam a não menção ao suporte emocional dado pelo próprio núcleo familiar, pois ele é sim, fundamental, mas muitas vezes incapaz de diminuir o sentimento de culpa. E com a culpa, vem a vergonha de assumir os sentimentos e, com a vergonha, vem a solidão. O que posso dizer, aos 88 dias de quarentena, é que nenhuma mãe está sozinha. Sempre haverá uma outra mãe pronta para estender a mão. É só dizer: olá, gurias.

P.S.: tem também a versão mais intimista, direcionada a algumas poucas pessoas em especial, em que vocês podem começar com “oi, amiga”. Ah, essa cura até as feridas que a gente nem sabe que tem...

TEMPOS DE SE BANHAR

Luiza Maria de Oliveira Braga Silveira

Professora de Psicologia

43 anos, mãe do Vicente, 10 anos, e do Miguel, 2 anos

Gostaria muito que a maternidade pudesse ser incluída no currículo Lattes. Não apenas como “ser mãe”, mas de uma forma que expressasse que essa é minha “grande ‘produção’ não-técnica”, pessoal, porque considero que isso é parte fundamental da minha vida e da minha trajetória como profissional, psicóloga, professora, pesquisadora e todos os outros papéis que tenho construído (e reconstruído nesses anos). Exige, qualifica e gratifica. Mais do que a dedicação e as renúncias de um doutorado; mais do que o prazer da publicação e da citação de um artigo; mais do que os convites para eventos, palestras, aulas, conferências e formaturas. Todas elas estão aqui citadas porque são, sim, geradoras de um grande prazer, retribuição e reconhecimento do trabalho profissional/acadêmico. Quero aqui ressaltar que isso tudo me dá muito prazer. Mas quero também destacar o quanto “ser mãe” me gratifica e me realiza, com um enorme prazer no processo e nos seus resultados.

Ser mãe durante a quarentena tem sido um desafio para todas as mulheres e para todos que exercem a parentalidade. Quanto à proposta desta escrita (sobre maternidade e solidão) revelo que, de pronto, me suscitou muitas reflexões. E para externá-las de meu inconsciente-

consciente aceitei este desafio. No seu livro “A Infância através do espelho”, de 2014, Celso Gutfreund descreve muito bem esse processo de arriscar-se na escrita e traduz minha vivência ao dizer que o resultado é sempre pequeno, “depois que a ideia topou a imperfeição da ação” (p.161). E aqui estou... Para compartilhá-las e recriá-las, inclusive comigo mesma.

A relação entre maternidade e solidão pode adquirir diversos sentidos. E tratar de um não exclui os demais. Entendo que a maternidade é “ser em relação” (*na relação com* o filho), sempre acompanhada; mas que pode, sim, ser uma jornada solitária. Há quem diga que ser pai e mãe é abdicar da paz, do narcisismo, da alteridade, preparar a solidão e aceitar a “bagunça” do amor (e também da casa, da rotina, do trabalho, etc.).

Mais do que nunca, em tempos de isolamento social frente à pandemia de Covid-19, ser mãe é aceitar o possível, vivendo mais a prática com menos utopias. Ou melhor, com utopias diferentes, mas aceitando o possível. Talvez seja a chance de redimensionar o ideal para fazer frente à realidade, aliviando as mães e os filhos (ambos agradecem!). Mas nem sempre isso é tarefa fácil. Na maternidade precisamos conhecer, contar e narrar nossas vitórias e derrotas para deixar os filhos viverem as suas. Com isso quero refletir sobre abrir mão da perfeição, do ideal, numa ideia de que o que se cobra de um se transpõe ao outro; assim como o contrário: ao se aliviar um, pode nascer a independência do outro. E ser mãe é assim também: estar junto para ser separado, do egoísmo ao

altruísmo, da fusão à independização, do estado de “dois-em-um” para ser “dois-em-dois” (porque não deixamos de existir no interior do outro, porém como marca e com significado).

E buscando os próprios ideais e “reais/possíveis” é que se pode pensar a solidão. Estar solitário, abandonando os ideais e as cobranças coletivas. A solidão pode ser entendida e sentida de diversas formas, de acordo com o contexto e a história do sujeito. Em algumas situações ela é sentida como angústia, isolamento que remete ao abandono. Em outras, ela é percebida como um movimento contrário à massificação, a se separar do que é coletivo e, por isso, sentir-se “sozinho”. No texto de 1921, “O mal-estar na civilização”, Freud apontou esse sentimento como uma renúncia às ideias e aos ideais coletivos. Na vivência das massas e no compartilhamento de ideais coletivos, as singularidades são submetidas a um processo de unificação dos desejos, das escolhas, dos modos de ser e viver no mundo. De acordo com essa compreensão, há um esvaziamento das singularidades, podendo trazer sofrimento ao sujeito através de uma manifestação de contrariedade ao que é posto socialmente. Muitas vezes, assim a maternidade é construída: uma única forma de sê-la, de construí-la e vivê-la. O que a pandemia pode nos lembrar é que não há como unificar essa experiência, fazê-la igual para todas. Em certa medida, ela pode ser uma experiência solitária, tanto por ser única, como por se dar sozinha, sem apoio ou compartilhamento.

Não temos como negar que nossa identidade está arraigada na cultura, no coletivo e vinculada a esses processos. E, sendo assim, criam-se estereótipos e expectativas acerca de ser mãe e mulher. Em tempos de pandemia de Covid-19, em que estamos em isolamento social, essas expectativas voltam-se para a mulher e escancaram a sobrecarga feminina pelo trabalho exercido dentro e (anteriormente feito) fora de casa. Então, penso que sentir a solidão pode ser uma forma de se afastar desse modelo e das exigências de uma sociedade que ainda sobrecarrega a mulher e põe nela a responsabilidade, praticamente exclusiva, de cuidar dos filhos. Assim, posso tratar dessa solidão como uma vivência que, em certa medida, é transgressora, que busca uma conexão com o singular, com o individual e que quer fugir da sobrecarga dos estereótipos e das expectativas sociais, de massa. Assim, a mãe pode se conectar com as expectativas que são exclusivamente suas, conscientes ou não, vindas e derivadas das relações, da família, da cultura, do coletivo, mas que passam, em algum momento, a ser suas.

Essa conexão com o singular, com a *sua* maternidade, com o *seu* desejo, é fundamental para a mãe e para o *seu* filho. O reconhecimento do “meu” e do “teu” é que possibilita a ambos se amarem sem se misturarem e impõem desejos, expectativas e até exigências, um ao outro. Portanto, pensar na solidão da mãe possibilita a autonomia e a solidão do filho. Durante o período de isolamento social temos tentado construir muitas coisas novas: rotinas, formas de trabalhar, espaços e tempos

de convivência familiar, formas de estudar, hábitos de consumo, relações com a natureza, relações com o corpo, com a estética, com a saúde, com a vida e a morte, espaços para relação conjugal, relações e conexões consigo mesmo, entre tantas outras mudanças que nos acompanham a cada dia e novo cenário.

Imagino que todas as mães estão revisitando e reinventando sua própria maternidade, sua conexão com esse papel e essa esfera da vida e redimensionando-as. Não temos mais as fronteiras físicas para nossas diferentes funções e papéis. Todas e todos são vivenciados no mesmo espaço físico (maior para umas e para menor para outras): mãe, trabalhadora, esposa, filha, irmã, amiga, etc., o que impõe inúmeros desafios para pô-los em ação, de uma forma minimamente organizada, ainda que a organização se dê apenas de modo mental. No cotidiano de muitas mulheres, como é o meu caso, que estão sempre acompanhadas fisicamente, tem sido um grande desafio encontrar esse espaço de solidão, de ficar sozinha, pensar e sentir “em modo solo”.

Meus banhos nunca foram tão longos, isso é fato! Percebi neste período de isolamento social que essa foi uma estratégia que apareceu de forma inconsciente. Acho que isso tem se dado por ser, praticamente, o único momento do dia em que fico sozinha, sem ser interrompida, já que alguém estará “de olho” no pequeno. Durante esse tempo é que tenho ideias e faço reflexões muito importantes, em que lembro de coisas que não podem ser esquecidas (e que não quero esquecer sobre esses dias). É uma solidão muito prazerosa.

Lembro que isso também aconteceu durante os primeiros meses de vida dos meus filhos (na licença maternidade), quando eu precisava (como agora) de um planejamento e organização para ficar ausente, para usar parte do tempo só para mim. Com as características do puerpério, os banhos tinham o prazer da solidão, mas uma certa angústia por me separar do bebê (vai chorar? vai acordar? vai querer mamar?). Agora, tenho apenas o prazer da solidão, mas a necessidade da logística voltou a se impor. Resolvida a logística, fica o prazer de estar só com minhas ideias, minhas reflexões e sem compromissos de ser ou fazer nada. Também há dias em que não tenho ideias, não faço reflexões e simplesmente “tomo banho” e aproveito o momento. Há dias em que o silêncio não chega, mas mesmo assim, estou vivendo um momento de solidão.

E, voltando à reflexão de Freud sobre a solidão, entendo que essa é o que ajuda a me afastar das massas, dos ideários, dos grupos (tantos no *WhatsApp!*) e reforçar minha singularidade, minha vida durante a pandemia. Do jeito que é possível para mim e minha família, com as características do contexto e do momento da vida de cada um, nossas características individuais positivas e negativas, descobrindo tantas qualidades em cada um de nós que antes não eram vistas. Claro que às vezes sinto saudades do antigo “cotidiano”. Mas o quero com o que tenho descoberto no “agora”. Como quando a gente quer a maturidade do adulto com a juventude dos 18 anos. Mas não posso finalizar sem mencionar as saudades dos passeios, das visitas, da convivência social e, especialmente, dos beijos e abraços.

O TEMPO ANDA? NÃO! CORRE LOUCAMENTE!

Claudia Giuliano Bica

Professora de Bioética, Biossegurança e Gerência de Laboratório

46 anos, mãe do Pietro, 15 anos,

e das gêmeas, Sofia e Luiza, 9 anos

Por onde começar? A cabeça ferve, são tantos os pensamentos que é difícil priorizar, ordenar e compactar. Agora, imaginem descrever esse turbilhão de sentimentos. Sentimentos que se misturam em várias mulheres dentro de mim. A professora, a pesquisadora, a rondonista, a orientadora, a mãe, a filha, a esposa, a corredora. Tudo junto e misturado. Cada uma dessas mulheres querendo dominar o tempo da outra. Haja tempo para tudo isso!

Neste período de pandemia tive de me reinventar, lidar com as muitas Cláudias que clamam por sair de dentro de mim. Não é fácil escrever e nem falar em primeira pessoa, mas este texto está sendo um exercício delicioso.

Em tempos de reclusão, já fiz de tudo e produzi muito, mas percebo minhas ideias e pensamentos eclodirem como um vulcão em plena erupção. Os pensamentos transbordam e tomam conta de mim. Chega a noite e eles não se desligam, não me deixam dormir. E fica sentimento de CULPA (em maiúsculo) reverberando dentro de mim, dizendo que faço pouco. Me desorganizo fácil no tempo.... *Ah o tempo!* Que têm passado muito rápido... Queria que ele parasse. Quantas vezes desejei ter

uma semana inteira sem aulas para colocar as coisas em ordem... pois bem, estamos há muitas semanas sem aulas e estou a quilômetros de distância de ter “alguma ordem” nas tantas atividades que faço. Me sinto tão sozinha nessa empreitada de dar conta do mundo à minha volta, e tão lotada...

Sozinha no sentido de sentir falta de mim. Da minha vida, das minhas coisas (da sala de aula, da mesa de trabalho, da rotina de pegar as crianças na escola, de sair com os amigos). A minha vida agora é lotada de tarefas que num curto espaço de tempo se multiplicaram quase tanto quanto este vírus.

A cabeça não para... fervilha como água em ebulição, ou melhor, como leite, que derrama para todos os lados. Leio essas linhas e vejo o quanto estou só, perdida neste período. Tanto tempo e tão pouco tempo.

À noite, a solidão é maior. É o único tempo que tenho a sós comigo. Meu momento. Fico tão só que nem o sono ousa se aproximar. Nem lentamente. O sono, ah, o sono... um privilégio de muitos que não me pertence. Na verdade, tenho uma escola de adestramento em casa há mais de 15 anos: desde que meu filho veio ao mundo, nunca mais dormi como antes. Talvez a maternidade me preparasse para este período duro e difícil de acreditar. Mas, em tempos de isolamento social e sem poder fazer atividades físicas, o pouco sono que me cabia foi passear e não voltou. Fiquei abandonada.

Estou em constante dilema dentro de mim. Seguir à risca as recomendações, ou infringi-las uma hora por dia? A vontade de sair é avassaladora. Sou da rua. Sou rueira. Adoro sair de casa. Amo ver gente, reunir gente e tocar em gente. Mesmo em casa, com a família, me sinto só. Falta algo. Tem dias que me falta o ar... literalmente. Como agora, em casa, escrevendo e com o coração saltando no peito...

Penso sobre o tempo que eu não consigo aproveitar. O tempo perdido. O tempo de estar em casa com os filhos, pois não consigo me desligar do trabalho, virar a chave. Minha válvula de escape eram os finais de semana, com famílias e amigos, mas agora todos os dias têm a cara de dia da semana. Nada muda. Dia após dia, noite após noite.

Tento, me esforço. Tem dias que até me arrumo. Motivação é algo que não me falta. Já iniciei a dieta nem sei quantas vezes.... e já comi baldes e baldes de pipoca doce (que amo!).

A ambivalência, a confusão e a inconstância de sentimentos me atormentam.

Quero abraçar a minha mãe! Quanta saudade! Um dia desses, meu amigo do peito me disse uma frase numa das nossas ligações que me marcou profundamente: “*a pandemia institucionalizou o abandono dos idosos*”. As pessoas usam a pandemia como desculpa, pois agora não “podem” mais visitar seus velhinhos. Nossos idosos, que já sentiam solidão, estão totalmente abandonados pelos filhos. E com uma “perfeita desculpa”. Incontestável verdade...

Mas será que a minha mãe pensa isso? Ligo para ela, faço o que posso, no pouco tempo que tenho... a vejo pela janela, levo um doce, um carinho, tomamos chimarrão, uma de cada lado da janela, mas sem o toque, nada é suficiente... é devastador. E, ao mesmo tempo, penso: e se eu passo o vírus para ela? Ela que tem tantos dos fatores de risco. Não posso carregar o peso da possibilidade de contaminar quem eu tanto amo. Então, ela segue sozinha, feliz e triste, em seu lar seguro.

E eu me pergunto, por quanto tempo vou aguentar? Já passou a Páscoa, o dia das mães, o meu aniversário... o que mais vem pela frente? O que fará mudar a situação? A vacina... na melhor opção em 2021... Quero meu Natal de volta! Quero meus amigos aqui comigo! Quero a energia boa das pessoas!

E o tempo... até o projeto que coordeno tem o tempo no nome, como um marcador que não conseguimos medir... Minuto Corona. Nada que fizemos ou planejamos levou “um minuto”. O tempo se transforma em longas horas, felizes, mas, intermináveis.

Sem contar o tempo, que antes era perdido em deslocamentos, agora é ganho em mil cursos que a Internet nos presentia. Mas cadê o tempo para fazer tudo isso? É curso para cá, vídeo para lá, TEDx, filmes e documentários. Sim, tudo *online*. O que seria de nós sem a Internet? Já imaginaram? E sem o *WhatsApp*? E os livros que tenho para ler, que se acumulam ao lado da cama... A pilha só aumenta, assim como a solidão de ter de dar conta de tantas atividades sozinha.

Escrevo aqui, escutando a música “Tempos Modernos” do Lulu Santos na voz do JotaQuest, e não é que eles falam do tempo (tão moderno e atual).

*Hoje o tempo voa, amor
Escorre pelas mãos
Mesmo sem se sentir
Não há tempo que volte, amor
Vamos viver tudo que há pra viver
Vamos nos permitir*

Cadê meu tempo? O *meu* tempo?! Hoje, com tanto tempo, não há tempo.

Desorganização? Também. Mas o aumento de tarefas é gigante. Como se desdobrar em mil, nem o Projeto Mulheres em Ação dá conta de tantas ações. Me sinto só com a parte do Projeto, sem a Ação.

São mil reuniões pela *web*; todos resolveram fazer algo. E eu também resolvi fazer algo, né? Fiz tantas coisas... defesas de doutorado, apresentações de mestrado, envio de artigos, escrita de projetos, envio de outros projetos para o Comitê de Ética em Pesquisa, construção de documentos institucionais, mil comissões que não existiam... sem falar na demanda das aulas em casa. Minhas? Não!!! Ainda nem cheguei neste ponto.

As aulas das crianças... Aqui são três. Um nem conta, porque já é adolescente e se vira. Mas, as aulas das gêmeas me dão um baile. Um baile sem a festa, só com a parte da ressaca. Cada uma num horário de vídeo aula.

Os ciúmes tomaram conta. Querem atenção total! Então, as 3 horas de aula se multiplicam e se tornam facilmente 6 horas, pois elas querem atenção individual. Sem falar nas atividades extras que recebem, do tipo: “vamos fazer uma receita culinária”. Todos na cozinha da casa com o computador, e a querida da professora ainda fala: “não se preocupem se sujar um pouco o chão”. Como?!

E assim seguimos, na certeza de que a consolidação do conhecimento ocorre quando o aluno cria, constrói. Sim, na teoria é lindo. Teorias, teorias... mas esqueceram de dizer que a consolidação do conhecimento ocorre quando a mãe não enlouquece. Aqui em casa, as tarefas diárias vêm com a criação de tudo e mais um pouco. As professoras mandam atividades para fazer *com a família*. Às vezes me pergunto se as professoras acham que a família está em casa sem nada para fazer. “Criem jogos e joguem em família”. Quando? “Façam maquetes, bonecos, usem tinta, cola quente” e a pqp. Quando? Quando? Quando?

Sim, estou estressada, pois detesto coisas manuais e tudo que vem é para *fazer, fazer, fazer*. Me pergunto se as pessoas não têm nada mais para *fazer*?

A pergunta que mais escuto das crianças é: “Mãe, o que tem para comer?” ou Mãe, o que podemos fazer?” Até a minha criatividade me abandonou. Não sei mais de onde tirar tantas comidas e brincadeiras novas.

E a psicóloga me diz, lindamente, numa ligação: “respira, vai tomar um solzinho”. Juro, juro que tenho vontade de mandar todo mundo para longe de mim. Quero ficar só. Quero ficar cheia de gente à minha volta. Quero a minha vida, que não volta, de volta.

Quero ficar quietinha, sozinha. Na minha paz. Paz que a corrida me dá. Um momento meu, de solidão e encontro comigo mesma.

Não consigo fazer tudo que quero fazer neste tempo e isso tem me corroído por dentro. Quero arrumar as aulas, mas não consigo. Quero fazer dieta e atividade física, impossível. Quero dar atenção para as minhas filhas, brincar e tudo mais, mas também não consigo. E me sinto mal todos os dias. Todos os dias...

Se priorizo algo, no outro dia o trabalho triplica. Inexplicável. Se tiro o domingo para não trabalhar, me sinto culpada e à noite o sono não vem, a cabeça borbulha com as atividades que não fiz... o sentimento de culpa é algo avassalador.

De novo, o tempo passou e aqui estou. Achando lugar para mais uma “coisinha aqui e ali”. Por que faço tanta coisa? Eis a pergunta fácil de responder: porque amo tudo que faço! Amo trabalhar, amo ser mãe, amo ser mulher. Amo ter a cabeça cheia de coisas. Com mil coisa e, digo, quanto mais melhor. Eu me entendo na minha bagunça.

E digo mais, esquece tudo que foi escrito acima, e me chama para compartilhar um bom vinho?! Tô precisando desse tempo também. Um tempo conjunto. Tempo compartilhado.

Com carinho, de uma mulher cheia de tempo na pandemia.

P.S.: E por falar em ser *mulher* durante uma pandemia, ainda bem que acabou o espaço para escrever, pois faltou comentar toda a parte sobre sexualidade. Não foi esquecida, não, mas, para essa parte, sempre é preciso mais um tempo, tempo compartilhado...

DIAS DE SOL, NUVENS, AFETOS E INSEGURANÇAS

Marilene Porawski

Professora de Fisiologia

51 anos, mãe do Rodrigo, 22 anos, e da Laura, 21 anos

Até 16 de março de 2020 eu era uma pessoa que não trabalhava em casa. Desde que meus filhos nasceram, o Rodrigo em abril de 1998 e a Laura em julho de 1999, trabalhar em casa ficou inviável.

Mas eis que, em março de 2020, uma declaração de emergência em saúde pública nos impôs o trabalho remoto, precisei readequar minha rotina, pois não tinha um escritório ou uma mesa de trabalho em casa. Rapidamente, precisei promover uma mudança no posicionamento dos móveis e organizar um espaço com computador, impressora, tomadas e outros acessórios que garantissem a execução das funções de ensino, pesquisa, extensão e gestão de forma remota. E, desde então, passei a trabalhar de casa com relativa facilidade, pois os filhos já são jovens adultos universitários e não me demandam tanta atenção.

E justamente isso tem trazido inquietações. Estamos todo o dia em casa, eu e meus dois filhos, e nossos encontros e relacionamentos não se intensificaram mais do que antes. Eles têm o seu mundo próprio e já não querem dividir a individualidade com a mãe. Nem sempre querem compartilhar o almoço ou o jantar, porque preferem viver

esse tempo num tempo diferente do que é ditado pelo relógio, o tempo deles é regido pela interação com os amigos, pela hora do jogo de computador e pelo encontro *online* com a turma, ou a conversa com a amiga. Seguimos na mesma intensidade das relações de antes: vemos um filme ou um episódio da série que compartilhamos uma ou duas vezes na semana; promovemos um jantar em família também duas ou três vezes na semana; o almoço de domingo. E o resto do tempo segue como era antes, eles envolvidos com a própria vida, a própria rotina. A diferença é que agora eu sou uma expectadora disso.

A grande dificuldade de uma mãe de filhos jovens adultos é aceitar o distanciamento, que é natural, mas que nos entristece, parece que não estamos fazendo o que deveríamos, que não estamos dando o apoio necessário, que deixar como está é como uma omissão, que deveríamos cobrar mais interação, mais interesse pelas coisas da casa, etc. Ao mesmo tempo, quando tento uma aproximação maior, eles rechaçam com maior ou menor intensidade dependendo do quanto me percebem invasiva.

Uma cena interessante e recorrente aqui em casa é quando estamos reunidos e os dois começam a conversar sobre assuntos do interesse deles, falam com entusiasmo e eloquência e eu só ouvindo. Eles discutem sobre pontos de vista e sobre posicionamentos em relação a amigos, séries, jogos, etc. Eu, às vezes, faço algumas intervenções que podem ser aceitas com alguma condescendência, ou rechaçadas com carinho ou, ainda, com enfado ou impaciência, afinal eu sou *boomer*. Mas é gratificante

ver a capacidade de comunicação e o entendimento entre eles, embora tenham ideias opostas em alguns temas, expressam isso abertamente e defendem suas posições, suas divergências e buscam pontos de convergência.

Quando querem saber de mim, sentam próximo e perguntam diretamente: – e aí mãe, como tu estás? Ou: – como está a tua vida? Essa é a senha para uma conversa mais íntima sobre dores e amores com direito a conselhos e troca de impressões.

Tenho mais facilidade para conversas francas e abertas com a Laura, conversamos sobre tudo e nenhum assunto é tabu. Nesses momentos, eu aprendo tanto quanto ensino, porque essa geração conseguiu evoluir em muitos temas e falar com eles sobre racismo, feminismo, identidade gênero, entre outros, é expandir os horizontes e ver que muita coisa mudou e ainda vai mudar. Conviver com os jovens e ouvir suas ideias, seus anseios, suas revoltas e suas dificuldades nos ajuda a entender a dinâmica dos novos tempos. Não adianta comparar com o que eu vivi quando jovem, porque muita coisa mudou; as relações não têm a mesma hierarquia e os sentimentos são muito mais valorizados.

O que eu percebo dessas conversas é que essa geração terá que encontrar um equilíbrio entre “fazer o que gosta” e “fazer o que deve”. Uma coisa é certa, esse tempo de isolamento físico tem permitido mais tempo para pensar e analisar as nossas relações. Se elas eram boas e saudáveis antes continuam sendo agora, mesmo que a maior frequência dos encontros gere discussões e

ajustes nas exigências que fazemos de quem amamos. E embora estejamos fisicamente mais juntos, por uma imposição das circunstâncias, isso não muda a necessidade de distanciamento e individualidade próprios da busca por autonomia e identidade tão cara aos jovens e que nós precisamos entender e respeitar. Esse é o grande desafio da maternidade de jovens adultos: aceitar que a solidão que sentimos algumas vezes é o resultado de filhos que estão seguindo o caminho natural do crescimento saudável.

O PERMANENTE ISOLAMENTO SOCIAL DAS MULHERES-MÃES NÃO BIOLÓGICAS

Aline Alves Veleda

Professora de Enfermagem

*37 anos, mãe de uma criança que está trilhando a sua
jornada para casa*

O convite para a escrita deste capítulo chegou em meio a uma avalanche de preocupações acadêmicas e profissionais, em um redemoinho entre todas as tarefas que eu precisava realizar e todas as que eu ainda tinha que anotar na agenda para depois realizar. Insanamente ou, quem sabe, terapeuticamente, eu aceitei, sem pensar muito e com uma certeza incrível de que era preciso, antes de qualquer coisa, ocupar um espaço tão raro e imensamente invisibilizado socialmente. Ocupar um espaço aberto de forma tão amorosa e, o principal, tão respeitosa e comprometido com a temática da maternidade, uma confluência entre o que se espera do maternar e a experiência viva do ser mulher-mãe.

Não tinha como negar a participação, a ocupação oficial do lugar vivido da maternidade e não apenas o acadêmico, a partir do qual eu já experencio dados, leituras, referências e evidências há cerca de quinze anos, tempo que atuo como enfermeira, especialista na área obstétrica. É a primeira vez que sou convidada para escrever e dialogar sobre o que sou, o que vivo e o que silêncio, e, talvez por isso, tenha sido a vez que eu tenha

sentido mais dificuldade de iniciar um texto, afinal não há citações possíveis aqui, referências bibliográficas que me auxiliem; há apenas eu, minha história e os desafios de uma maternidade socialmente não reconhecida.

Na verdade, é a primeira vez que uma colega de trabalho oficialmente me reconhece como uma mulher-mãe habilitada para falar sobre o assunto, ou, no caso, uma mulher-gestante habilitada. Até o presente momento, tirando os aspectos acadêmicos e profissionais para os quais sou considerada *expert* no assunto, a minha gestação vem passando bastante despercebida. Poucas são as pessoas que vieram me parabenizar, desejar coisas boas, perguntar como está sendo o processo ou apenas oferecer um abraço. Não escrevo isso com dor ou mal-estar; a fase desse sentir já passou, mas trago como uma observação da invisibilidade e do isolamento social percebido pelas mulheres que decidem trilhar os caminhos da maternidade não biológica.

Portanto, ocupar estas páginas e trazer a experiência do maternar e do gestar o invisível é ao mesmo tempo um processo reflexivo, amoroso comigo e com a sociedade que me cerca, um exercício de colaboração social com a compreensão sobre maternidade, um possibilitar a mim e aos outros visualizar o não presente, uma preparação colaborativa sobre a necessidade de todos e todas adotarmos nossos filhos e filhas muito antes de concebê-los. Escolhi utilizar a ocupação resistente destas páginas não para me queixar ou reclamar do que não tenho. Não sou adepta a isso; sou adepta das lutas de reivindicação,

da utilização do tempo e do espaço para resistir e educar. Escolhi escrever para contar um pouco de como é ser uma mulher-mãe-gestante habilitada, dos incríveis diálogos que já experienciei, anexando aqui dicas amorosas do que não fazer, e de como a pandemia não mudou muito o como sou vista (*ou não*) em todos os outros dias.

Reitero que é um texto bastante particular, então, o que escrevo, compartilho com outras mulheres-mães na mesma situação e com quem tenho convivência – mas não generalizo essa vivência para todas, afinal cada uma tem sua história ímpar para compartilhar. Além disso, sou uma mulher-mãe feminista, portanto essa perspectiva sempre aparece quando da escrita sobre maternidade, seja ela a minha ou a de outras mulheres. Não posso deixar de sinalizar aqui que a maioria dos “causos” que conto são verdadeiramente compartilhados, experienciados por muitas de nós, o que não faz deles uma evidência científica obviamente, mas colabora com a construção social dessa reflexão.

Os caminhos da habilitação ou que esperar quando não se está esperando

Uma das perguntas que eu mais respondo e que você não deveria jamais fazer é a seguinte: “*Ah que lindo, mas você não deseja ser mãe?*”. Bom, para quem não entendeu ainda, sou uma mulher, com útero saudável (sim, também já respondi bastante sobre minha saúde uterina) e que decidiu que sua forma de viver a maternidade seria

por meio da adoção. Sim, posso até ser uma pessoa que preza pela caridade e pela solidariedade – como já disse, sou feminista –, e isso faz parte do meu modo de existir, mas não foi isso que me conduziu para o processo de adoção e para a gestação não biológica. O que me conduziu a esse caminho foi justamente a resposta à pergunta acima: “*Sim, eu quero ser mãe!*”.

Percebeu a quantidade de “*sim*” no parágrafo acima? Não foi aleatório que eu os escrevi e repeti, foi de propósito, para que o leitor ou a leitora possa iniciar a compreensão que, antes de tudo, de todas as formas de viver o maternar, é preciso realmente uma aceitação, uma resposta afirmativa, uma *adoção* por uma vida em conjunto, colaborativa, compartilhada. Foi preciso muita reflexão, muita leitura, diálogos difíceis com meu companheiro, anos de dúvidas, terapia, até que eu conseguisse simplesmente responder que “*Sim, eu quero ser mãe!*”. E eu queria (e quero) ser mulher-mãe assim, por meio da adoção. Afinal, eu entendi que eu quero ser mãe e não gestar – e se você ainda não pensou sobre o assunto, são coisas totalmente diferentes.

Para tomar essa decisão, eu retomei inclusive brincadeiras infantis minhas. Afinal quem de nós mulheres nunca brincou de casinha? Eu já, muito. Sou do interior e lá tinha uma casa inteira de madeira para minhas bonecas e filhas (sim, eu sempre tinha meninas) e eu não me lembro de brincar de estar grávida. Mas eu sempre tinha filhas. E elas chegavam até mim da mesma maneira: do nada. Pois é, na época, aos cinco anos, eu não

tinha ideia do processo de habilitação, então, obviamente elas sempre apareciam como mágica, mas nunca vinham da barriga. Hoje, com quase quarenta anos, o processo de desconstrução social da gestação biológica, do qual foi bastante difícil o desprendimento e o qual exigiu de mim uma interiorização e um respeito muito grande por quem sou, se materializou e passei a entender que, desde o passado, a adoção já estava presente e que essa era forma de maternidade que eu já vivenciava plenamente.

Entre o “*sim*” para a maternidade e a habilitação para adoção, foram seis anos, nos quais eu e meu companheiro refletimos sobre maternagem e paternagem, sobre o tipo de pais que desejamos ser e sobre a responsabilidade que é, em um mundo tão complexo, criar um sujeito de resistência, de amorosidade e de colaboração.

Mas não se assustem, esses anos todos foram os necessários para nós. Os caminhos da habilitação foram relativamente rápidos e o tempo exato que precisávamos para amadurecer mais ainda a ideia. Entre o início do processo e o arquivamento com a habilitação legal foram oito meses de espera proativa, em que acompanhamos grupos de acolhimento na Vara da Infância, entrevistas com psicóloga e assistente social e grupos de conclusão com a equipe de atendimento. Podem estranhar agora, mas achamos tudo muito organizado, os atendimentos ótimos, e os diálogos importantes, pois nos levaram a reflexões absurdamente necessárias, que nos auxiliaram a delimitar o que esperávamos e nos deram o tempo que

precisávamos para entender e amadurecer tanto as nossas necessidades pessoais quanto aquelas que nos fazem um casal. Afinal, o que esperar quando não se está esperando? Ou melhor, o que esperar quando só se pode esperar?

Nossa (e aqui incluo o *nós* e não mais o *eu* apenas) habilitação saiu em 29 de novembro de 2019, um pouco antes da pandemia se instaurar no país e no mundo. Não precisei fazer exames laboratoriais, bastou entrar aleatoriamente no site do Tribunal de Justiça do Estado, e lá estava a confirmação da sentença: “*Julgado procedente o pedido*”. O nosso positivo teve uma linguagem jurídica caprichada. Na mesma noite, abrimos um vinho – afinal, a minha gestação permite a ingesta alcoólica – e não contamos para ninguém. Não porque tínhamos receio de “não vingar”, como escuto bastante das mulheres que atendo nos ambulatórios de pré-natal, mas porque tínhamos receio da aceitação. E se o amor dos outros “não vingar”? E como será a aceitação da família agora que é para valer? No entanto, depois de breves cinco minutos de hesitação, resolvemos que iríamos tratar tudo com a mesma “naturalidade” que qualquer tipo de gestação possibilita (ou deveria possibilitar às mulheres). Ligamos os celulares e contamos para uma parte da família, aquela em que acreditamos que a compreensão das nossas escolhas já estava mais consolidada e, foi muito bom nos sentirmos abraçados, mesmo que virtualmente. Decidi, naquele instante, que todos e todas estavam muito abertos para essa amorosidade e que era nossa responsabilidade incluir todas essas pessoas no nosso pré-natal a partir de então.

Todas e todos nós vivemos na mesma sociedade, na mesma comunidade que entende adoção como caridade, que inclui a palavra adotivo logo após da palavra filho e que questiona as mulheres que não engravidam biologicamente se elas não se sentem incompletas como mulheres. Fazemos todos parte desse lugar onde a afirmação “Nossa, que coragem, vocês não sabem o que pode vir!” é uma das mais ouvidas por homens e mulheres pretendentes ou habilitados para adoção. Por isso, resistir e incluir é parte da minha maternidade, corrigir amorosamente os preconceitos velados (ou nem tão velados assim), compartilhar leituras e filmes que abordem o tema, convidar para grupos de apoio à adoção, dialogar com familiares e amigos. Esse é também o meu papel como mulher mãe-gestante habilitada. No final, o que a gente espera quando “não está esperando” é apenas sermos vistas e escutadas, o que, pelo que observo, não difere de nenhum outro tipo de gestação e maternidade vivida pelas mulheres no mundo inteiro.

A pandemia e o isolamento social ou como tudo continua igual

Um dos questionamentos quando do convite para a escrita deste texto me foi o seguinte: O que ou como a pandemia e, principalmente, o isolamento social, pode impactar na vida das mulheres-mães? Bom, no meu caso, especificamente como mulher-gestante habilitada, a resposta prática é apenas uma: está absolutamente tudo parado nas varas da infância do país inteiro, o que leva a

uma maior demora no andamento dos processos de adoção para todos e todas que aguardam seus filhos e filhas. Mas eu não queria problematizar isso, porque simplesmente esse fator é compreensível; vivemos uma pandemia, as varas da infância já não possuem pessoal suficiente para atender em tempos normais, imaginem neste tempo tão complexo em que vivemos?

Eu quero responder de outra forma a mesma pergunta: o que ou como a pandemia e, principalmente, o isolamento social, pode impactar na vida das mulheres-mães? Na minha vida como mulher-mãe-gestante por adoção eu quero responder assim: nada. Absolutamente nada. E me deixe explicar melhor para você não compreender errado o teor da minha argumentação e reflexão.

O tópico aqui é isolamento social e o quanto essa nova realidade impacta a vida e a saúde mental das mulheres-mães, diferentemente do que impacta a vida dos homens. E nós, pesquisadoras, sabemos bem que isso é uma verdade científica e vivida. O trabalho domiciliar não é o mesmo para homens e mulheres, desde sempre, agora eles estão apenas colidindo de forma pandêmica. No entanto, para mim, o isolamento social como mulher-mãe já é uma realidade permanente, de forma que a pandemia atual não me permite dizer que o isolamento mudou algo na minha invisibilidade como mulher-gestante. Me sinto absolutamente igual, respondendo às mesmas perguntas e driblando preconceitos diários.

Vou exemplificar com algumas afirmações e perguntas que já ouvi e respondi durante o isolamento social decorrente da atual pandemia, por vezes respostas amorosas, por vezes raivosas, porque a raiva é um sentimento e faz parte do processo:

“Ai que pena! Sinto muito por vocês!”, ao contar alegremente que estava gestante por adoção a uma pessoa da família.

“Você quer um bebê? Eu tenho como conseguir um para vocês, vai parecer de vocês!”, ao contar alegremente que estava gestante por adoção a uma outra pessoa da família.

“Mas quando vier o de vocês não vai ser negro, né?”, ao contar a uma pessoa colega.

“Mas Aline, tu não vai te sentir incompleta? Por que mãe só engravidando!”, ao contar a uma pessoa colega.

“Imagina só o que virá para vocês, pode vir qualquer coisa.”, ao ser questionada sobre que “tipo de criança” viria para nós, sarcasticamente respondida com *“Aguardamos um ser humano, não entramos com perfil para Transformer!”*.

“Admiro vocês, são muito caridosos.”, logo após explanei bastante sobre a diferença entre maternidade e caridade.

“Cuidado pra não ser filho de drogada, vai ser drogado também”, uma observação não solicitada de uma pessoa nada próxima da família.

Se eu fosse contar os causos de tempos anteriores à pandemia, seriam muitas afirmações além dessas e perguntas descabidas ou que em si desvelam preconceitos, em especial de raça. Por sinal, quero deixar aqui escrito e marcado o quanto a questão da raça e do racismo adentrou a nossa vida de maneira potente depois da nossa decisão de sermos mãe e pai por adoção. Os questionamentos sobre a cor que incluímos no nosso cadastro são permanentes, sugerindo um preconceito que nos dói ao imaginarmos apenas que nosso filho ou filha ainda poderá vivenciá-lo. Esse é um assunto que estamos trabalhando bastante no pré-natal familiar, incluindo textos e vídeos que falam sobre racismo e impedindo todos os dias as piadas com esse teor nos grupos dos quais participamos.

Piadas que também fazem parte do isolamento social das famílias geradas pela adoção, quase sempre imbricadas com conteúdos que relacionam o desenvolvimento humano como algo determinado somente por fatores biológicos: “Ainda bem que não será teu, por que assim vai saber fazer isso direito, né?”. A maternidade e o desenvolvimento humano são entendidos como produtos puramente biológicos e não vivências sociais compartilhadas, somos o que somos não porque temos um emaranhado de células, mas porque temos um emaranhado de experiências e de histórias que nos impulsionam ou nos limitam. A maternidade pela adoção vem me ensinando diariamente sobre a imensa limitação humana para amar e sobre a superficialidade dos relacionamentos humanos.

Assim, estar em isolamento social, ainda sem meu filho ou minha filha comigo, o que não impacta diretamente a minha vida profissional, não trouxe mudanças significativas sobre a experiência com a maternidade e o isolamento que já vivencio. As pessoas continuam não me perguntando nada, evitam quaisquer tópicos sobre adoção e, quando perguntam, suas falas carregam preconceitos que machucam e cabe a mim sempre abordar em família o tema para que o desconforto não se instale. Para as mulheres que decidem que a maternidade vai além da barriga e que o materno vai além do seio, o isolamento e a invisibilidade já são constantes, às vezes doem e às vezes protegem da dor. É a resistência que nos possibilita seguir, a força daqueles que nos veem, que nos impulsiona a visibilidade e a acolhida daqueles que compreendem a imensidão da maternagem, que nos instiga a educar com amor. Afinal, como diz um provérbio africano: *“É preciso uma aldeia para se educar uma criança”*, o que independente da maternidade vivida é uma verdade imprescindível de ser compreendida pela sociedade.

Desfechos breves ou como colaborar com o não isolamento

Quando recebi o convite para colaborar com este relato-reflexivo, eu chorei. Chorei porque foi realmente a primeira vez que me senti visível, não isolada na minha maternidade e feliz demais pela compreensão tão amorosa sobre a maternagem como uma ampliação do ser e do viver e não como um requisito biológico. Chorei porque ser

respeitada em sua escolha, para nós mulheres, é sempre tão complexo, e quando a escolha envolve corpo, sexualidade e maternidade o respeito é ainda mais difícil de ser alcançado. Chorei e falei rindo para o meu companheiro que pela primeira vez me chamaram e me viram como uma gestante e não como uma pesquisadora na área e ele, delicadamente me disse o seguinte: “Parabéns, fala sobre o que é amor.”

Concluo, então, falando do amor ou de como colaborar com o não isolamento social das mulheres-gestantes-mães não biológicas. Eis dez dicas simples e práticas sobre como nos retirarem da quarentena permanente:

1. Nos deem os parabéns! A gente quer muito ser parabenizada por estarmos gestando.
2. Respeite os momentos de cada mulher, você não sabe se a adoção foi a sua primeira escolha (como no meu caso), então, deixe que ela fale a primeira vez sobre isso e depois trate o assunto sem desconfortos.
3. Nos presenteie! Sim, nós podemos ganhar presentes, pergunte a ela o que pode ser útil e o que ela valoriza, dependendo do perfil da criança esperada, roupas de bebês e fraldas podem ser dispensáveis. Já pensou em livros?
4. Pergunte se ela quer companhia para os grupos de adoção (se você tiver

intimidade para viver isso com a família).

5. Se coloque à disposição para aprender.

6. Evite termos como: “mãe/pai adotiva/adotivo”, “filho/filha adotivo/adotiva”, utilize apenas mãe/pai e filhos/filhas, afinal ninguém diz “filhos/filhas biológicos/biológicas” ou “filhos/filhas inseminados/fertilizados”, né?

7. Não faça comentários do tipo: *“Ah agora que vocês estão habilitados com certeza vocês vão engravidar!”*. Você não sabe o que levou a mulher ou o casal a decidir pela adoção, não seja essa pessoa. Além disso, a mulher já está grávida.

8. Inclua a mulher nos bate-papos sobre criação dos filhos/das filhas, se ela desejar.

9. Não esqueça que o isolamento não é só da mulher, ela pode ter um companheiro ou uma companheira que deseja ser incluída também. Acolha a todos e todas!

10. A história da criança é única, respeite a escolha da mulher sobre isso. Somente a mãe e o pai vão poder decidir sobre como lidarão com esse tema. Não cabe a você se intrometer nisso, cabe a você apenas acolher e apoiá-los.

Finalizo com muita gratidão pelo espaço aqui reservado para um debate tão importante, o da maternidade, em todos os seus aspectos e suas formas de ser e viver. No final, os desejos que temos são muito parecidos, sermos mulheres, escutadas, visíveis, apoiadas e respeitadas em suas escolhas. Frente a uma pandemia e à necessidade do distanciamento, resta-nos refletir, produzir diálogo e educar amorosamente. Como cientistas e pesquisadoras, o método que nos é possibilitado utilizar é esse e as evidências de sucesso são inúmeras. Para mim, sem barriga crescendo (pelo menos não por causa de uma gestação biológica), fica a resistência de ocupar todos os espaços disponíveis, abertos e colaborar com uma expressão e compreensão social de maternidades e de maternagem que impacte e transforme o mundo. Enquanto espero, por tempo indeterminado – o que também é uma aventura –, o telefone tocar e o renascimento acontecer.

REDESENHANDO MOMENTOS

Cláudia de Souza Libânio
Professora de Gestão e Inovação em Saúde
41 anos, mãe da Valentina, 7 anos

Muitas são as formas de pensarmos o tema da solidão. Podemos entender como algo ruim e que nos traz tristeza, mas também podemos pensar em momentos bons para estarmos com nós mesmas, com nossos pensamentos e ideias, curtindo nossa própria companhia. Sob essa ótica, podemos pensar que diferentes são os sentimentos e estados de espírito que a solidão pode despertar.

Com a pandemia de Covid-19, o tema da solidão ganhou ainda mais espaço nas discussões. Como não falarmos disso em meio ao isolamento social imposto pela pandemia? A rotina de grande parte das pessoas mudou drasticamente. Famílias reorganizaram dinâmicas para acolherem atividades de ensino à distância dos filhos e filhas em idade escolar e, principalmente as mães passaram a desempenhar novos papéis de professoras e educadoras enquanto realizam as tarefas domésticas e profissionais. As crianças, que antes iam diariamente ao colégio, agora necessitam aprender a nova rotina de aulas à distância para darem conta das atividades escolares. E elas necessitam da ajuda das mães e/ou dos pais para tanto. Claro, partindo do pressuposto que pais e mães têm total domínio e destreza para manejar essas aulas em computadores, *tablets* ou *smartphones*.

Quando imagináramos passar por um momento como esse no ano de 2020? Nem famílias, nem empresas, nem colégios, nem serviços de saúde estavam preparados para tanta mudança. E, apesar do convívio intenso com quem mora conosco e de todas as tarefas desempenhadas pelos membros da família em um mesmo espaço físico, o sentimento de solidão se faz presente em muitos momentos. E não somente o sentimento de solidão mas, por vezes, o sentimento da falta da solidão.

Vamos conversar primeiramente sobre os momentos que despertam um sentimento desagradável de solidão. Grande parte das pessoas, em meio à pandemia, está realizando suas tarefas profissionais remotamente, em casa. Apesar de estarmos no conforto do lar, muitas vezes com os familiares, a falta de convívio social, seja em reuniões de trabalho ou em sala de aula com os alunos ou mesmo nas conversas com amigos em bares, jantares ou em encontros de família, gera um sentimento de solidão. As habituais e ricas conversas e trocas de percepções e informações agora devem ser feitas remotamente. Fisicamente, estamos sozinhas para desempenharmos funções que, em um passado nada distante, compartilhávamos com colegas e pessoas próximas. Hoje em dia, se quisermos manter tais conversas e trocas de percepções, faremos por vídeo chamada, conferências *online* ou outra forma remota, através de alguma tela. A espontaneidade de uma conversa não programada no corredor da Universidade acabou, pelo menos enquanto perdurar a pandemia. E o sentimento de solidão se intensifica com a incerteza do momento,

com o agravamento das crises políticas e econômicas no Brasil e em outros países e com a insegurança decorrente das condições de saúde tanto das pessoas quanto da infraestrutura dos hospitais para enfrentar essa pandemia.

Entretanto, a convivência intensa com as pessoas que moram conosco nos traz a ausência de momentos a sós, com nossos pensamentos, nossas ideias, nossa criatividade e nossa construção de conhecimento. Em meio à sobrecarga de trabalho que estamos enfrentando, deixamos de lado esses momentos para nos dedicarmos às atividades prementes da família e da casa. Contudo, toda a mulher que tem a profissão de professora e pesquisadora, que lida com a criação e a construção de conhecimento, necessita de momentos sozinha para elaborar uma aula, escrever um artigo ou desenvolver uma pesquisa, por exemplo. E em outros momentos de entretenimento também, como ver um programa na televisão, tomar uma taça de vinho, ler um bom livro e curtir um momento só seu. Tudo isso é a solidão. E não necessariamente esses momentos são ruins. Muito pelo contrário. Esses momentos são ótimos! Por exemplo, eu adoro ler livros. Sou apaixonada pelo que a leitura nos desperta. Entretanto, esses dias, percebi que eu estava comprando livros, mas muitos eu não conseguia ler. Ficavam na prateleira, intactos. Percebi que eu já tinha uns dez livros novos que eu não tinha conseguido iniciar a leitura de nenhum. Lembro dos planos que fiz para ler cada um deles quando os comprei, mas pelas demandas do dia a dia, acabei deixando-os de lado. Não que minhas demandas rotineiras não sejam boas e importantes. São,

e muito! Entretanto, também é prazeroso o momento em que estou somente eu e uma nova história pronta para ser descoberta. Adoro o prazer de ler um bom livro. Só que para “entrar” na história, é necessário ter uma continuidade na leitura. Para mim, parar a leitura de uma história e retomar dias ou semanas depois, não traz a mesma sensação que o livro proporciona se mantida uma constância.

E, assim, percebemos como é bom estarmos com nós mesmas. Como não gostar disso?

Eu sou professora e pesquisadora e sou apaixonada pela minha profissão. Em minha atividade profissional, sempre convivi com uma diversidade de pessoas, e isso é muito bom. Tenho uma filha maravilhosa de sete anos, que é meu maior amor e minha maior alegria. Também tenho amigos, família, adoro praticar esportes, viajar e conhecer novos lugares e culturas. Tenho minhas obrigações diárias, mas faço delas momentos prazerosos no dia a dia. E a rotina do dia a dia passa a ser algo bom, que me estimula e me motiva. Uma rotina que foi fortemente impactada desde o início da pandemia, mudando radicalmente os modos e as maneiras de pensar, conviver e se relacionar, tanto no âmbito profissional quanto no âmbito pessoal.

Atualmente, me divido entre três grandes frentes. Uma delas é o cuidado e criação da minha filha que, além dos cuidados rotineiros, ainda necessita de acompanhamento nas aulas à distância, nas quais tenho de auxiliar nas reuniões *online* da professora com a turma, ajudar na realização das tarefas de matemática, português, artes, entre outras. Outra tarefa são as minhas

atividades na Universidade, quando assessoro alunos, realizo pesquisa, ministro aulas, participo de reuniões, atuo na vice-coordenação de um curso de mestrado, além de atividades como membro do Conselho Editorial da Editora da UFCSPA, membro do Comitê de Ética em Pesquisa da UFCSPA, membro da Comissão de Riscos da UFCSPA entre outras várias atribuições. Bom, essas são as minhas obrigações diárias, como mãe e docente. Só que ainda preciso administrar a casa, as finanças e a vida pessoal. Então, no início da quarentena, as distrações acabaram ficando em segundo plano. Contudo, comecei a perceber que não seria justo se eu não tivesse momentos de distração com minhas amigas, meu namorado, meus livros, minha filha e comigo mesma (sozinha!). Percebi que a pandemia era uma realidade e que tudo estava sendo readaptado para o novo momento. E que meus momentos de divertimento também deveriam estar incluídos entre as tantas atividades da semana.

O ano de 2020 nos trouxe mais incertezas e muitas mudanças. Temos que nos cuidar e ajudar a cuidar dos outros enquanto esperamos por uma vacina e pela melhora da situação. Contudo, me questiono: como recriar dinâmicas de vida para termos momentos que tanto nos alegrem e nos fazem evoluir? Sejam eles os de convívio com nossos filhos e familiares como também de convívio conosco.

Aí vem o exercício de redesenhar a rotina, criando outros modos e maneiras para dar conta da nova situação. Esse é um belo exercício de redesenho frente

ao contexto restritivo da pandemia. E haja habilidade para convivermos diariamente no novo modo de viver, pensando se retomaremos a vida de antigamente. Aliás, na minha opinião, não retomaremos a vida daquele modo, pois aquela realidade não existe mais.

De uma maneira geral, as mudanças causam incertezas, geram ansiedade e podem nos desestabilizar, pelo menos por um certo período de tempo. Aliado a isso tudo, a realidade que se apresenta pode nos levar a sentir solidão. Entretanto, assim como a solidão tem suas diferentes facetas, as mudanças também têm. Então, há de se pensar em como vamos tratar de sentimentos tão diversos que nos atingem em momentos como os de uma pandemia. Como tudo na vida, temos de entender o que está acontecendo e tentar antever uma melhora na situação, objetivando a construção de um futuro melhor. Ainda assim, pensarmos que, como mães, podemos curtir nossos filhos e aproveitar o convívio tão próximo que estamos tendo com eles, seja em brincadeiras ou em atividades escolares. Mas também nos permitirmos ter nossos momentos de reflexão sozinhas, com nós mesmas. E ver como todos esses momentos pode ser bons, produtivos e prazerosos.

TUDO O QUE SE PROCURA ESTÁ DENTRO

Simone Morelo Dal Bosco

Professora de Nutrição

44 anos, mãe do João, 12 anos, e do Davi, 8 anos

Quando recebi o convite para falar sobre solidão e maternidade, passou um filme pela minha cabeça, entretanto, com tantas atividades de professora, pesquisadora, mãe, filha e mulher pensei se daria conta. Logo veio a resposta que sim. Pensei em todas as mães que passam ou passaram por momentos de solidão semelhantes – não só nesta quarentena, mas em outras ocasiões –, e que eu poderia estar compartilhando as minhas experiências e vivências.

Vou fazer uma pequena introdução sobre a solidão, para que vocês depois entendam que ruptura e solidão podem ser positivas. A solidão é contrária à natureza humana, porque somos seres sociáveis, gregários, que gostamos da companhia de outras pessoas – principalmente eu que sempre gostei de estar com meus filhos, com os estudantes, com minha família. Dediquei uma vida inteira aos estudos. O isolamento, comprovadamente, causa algum tipo de dano à saúde psíquica, principalmente se não trabalharmos sobre a questão. Sabemos e que toda ruptura leva à sensação de perda e à solidão. Ansiedade, estresse, tristeza, raiva, medo do adoecimento, tédio, são alguns dos sentimentos que têm acompanhado o isolamento, em parte, autoimposto nesta

quarentena, que implica na restrição da movimentação das pessoas a fim de prevenir contágio com sentimos quem está infectado, reduzindo a propagação do vírus. Mas vamos observar o lado positivo de nos recolher a nós mesmos. A solidão pode ser um lugar privilegiado para acalmar o barulho de dentro e nos ouvirmos. Estamos tão acostumados à poluição sonora, visual e mental que tememos ouvir nossos próprios pensamentos. Por quê? O que vem do nosso íntimo que nos assombra? A reclusão, em parte obrigatória, que estamos vivendo nos propicia esta oportunidade fantástica de autoconhecimento. Isolar-se também é perceber coisas na gente que o cotidiano, a correria do dia a dia e a aglomeração não permitem.

Sim, é importante procurar distrações neste momento tão tedioso e tenso, ocupar a mente com atividades prazerosas como assistir a bons filmes, ler livros, jogar, se comunicar virtualmente com pessoas queridas a fim de compensar o distanciamento físico com aproximação afetiva à distância, mas é imprescindível também que se aproveite o silêncio para aprender, para se conhecer, se escutar, para refletir sobre o que em nós precisa ser transformado.

Eu tive a oportunidade de ressignificar um pouco a palavra “solidão de mãe”. Vou contar uma história de “amor pelos filhos”, para que vocês possam entender. Eu me separei em 2016, e achamos melhor aceitar que estávamos nos separando enquanto casal, e que todos precisariam ficar bem, dentro das possibilidades. Optamos por ter a guarda compartilhada com alternância de casas,

isto é, uma semana os meus filhos passariam comigo e uma semana com o pai deles. Mesmo com muito medo, e com o sentimento de querer que eles ficassem só comigo, quem era eu naquele momento? Tinha que perceber que eles tinham um pai muito presente, e que cuidaria bem deles também, e eles não eram só propriedade minha. Sim, chorei muito, mas eu sabia que seria o melhor para eles. Para mim, teria que resignificar o cotidiano, pois, a partir daquele momento, não poderia mais, todos os dias, cantar todas as noites músicas para eles. A partir de então, seria uma semana sim, outra não. Mas me senti também uma mãe empoderada, com um pai que estava ali, presente, dividindo todos os cuidados, e as crianças tendo esta oportunidade de convivência com os dois.

Lá começou esta solidão, que trabalhei e resignifiquei. Não foi fácil, mas hoje sei que foi o melhor. Aí veio a pandemia. Num primeiro momento, passou pela minha cabeça, que talvez fosse melhor eles ficarem só comigo. Coisas de mãe protetora... Mas como assim? Estava só no meu pensamento, sem eu falar nada, mas espontaneamente as crianças disseram: – Mãe, sabemos da pandemia, e vamos tomar todos os cuidados, não iremos sair de casa, mas estamos já acostumados com a nossa rotina, a nossa vida é esta, vamos sentir saudades tanto de um como do outro, e vamos continuar fazendo a alternância de casas.

Bem, era tudo o que eu precisava escutar, mesmo com a pandemia, quem era eu novamente para decidir por eles? Eles sempre me dão uma lição de coragem e amor

ao enfrentamento. E começamos a quarentena, com todos os cuidados. Mais uma vez, me peguei a pensar e refletir; eu precisava me sentir segura, e ter certeza de que tudo daria certo. Quando ocorreu a separação, o Davi tinha 4 anos e o João 8 anos. Eu me fortaleci tanto como mulher e como mãe. Eu tenho o privilégio de ter filhos amorosos, que entendem diferenças, que me ensinam muito como ser uma mãe com guarda compartilhada, pois muitas vezes eu quero, sim, estar mais juntinho... pensam quando estão doentes? Mas aprendi que o pai também pode fazer as coisas. E quando não estou com eles, tenho, sim, filhos da UFCSPA, os estudantes com quem faço seguidamente reuniões virtuais; tenho os meus orientandos de pesquisa, com quem falo sobre tudo, e óbvio, por mais que se trabalhe para encher os vazios, meu trabalho também me enche de amor. Aprendi que nada se constrói no barulho, que o silêncio e a reflexão nos trazem resiliência, decisões melhores, mais assertivas, amadurecimento, que as lágrimas são necessárias, mas que o sorriso e a gargalhada são uma forma genuína de demonstrar o quanto sou feliz por receber tanto amor.

Durante a quarentena, tenho a oportunidade de ser professora deles, principalmente do Davi, o menor. Na semana que estão comigo, faço as atividades de aula com eles, marco o horário em que vamos começar. Muitas vezes tenho que dar um intervalo, com uma “merenda”, pois tenho reuniões por webconferência e outras atividades do meu trabalho. Faço as combinações das brincadeiras, do tempo previsto que ficarei fazendo o meu trabalho, e logo ele vem: “Mãe, eu acho que tu esqueceste de mim?”

faz tempo já que estou no meu intervalo”. Sim, muitas vezes tenho demandas, ele fica, sim, brincando mais tempo, mas logo retomamos! Estou vendo com bons olhos a possibilidade de ser professora, mãe e tutora. Que bom poder também participar da educação deles! Eu corrijo as atividades, coloco estrelinhas, peço para melhorar a letra e fazemos desenhos. Enviamos para a Professora e, quando chegam os *feedbacks*, ele fica muito feliz. E eu também!

É um processo real de ensino e aprendizagem. Muitas mães perguntam, de onde você tira esta energia toda? Não reclama de nada? Do meu coração! Fizemos até as bandeirinhas para a festa de São João virtual. Em vez do bigode ele preferiu as pintinhas na cara, e estava a mamãe também caracterizada de caipira.

Temos também o horário da terapia, agora virtual, com as psicólogas. E os horários para as brincadeiras. Muitas vezes, eu digo: “epa epa, hoje estes alunos resolveram brincar durante o dia, e estudar à noite! que escola e professora bem boas!” Vamos, dentro das possibilidades, tentando organizar a mistura dos espaços de trabalho e de estudos.

O dia a dia ainda tem mutirões de limpezas. E outras peculiaridades. João, tem 12 anos, adora estudar, coloca o relógio para despertar e cedinho está nas aulas síncronas. E, para minha sorte, me ajuda com as tecnologias. Ele adora participar, e auxiliar. É a mãe que eles têm; eles dão risadas com minhas trapalhadas. E ainda tem o cachorro, que se chama Pimpão, falta só falar, participa até das webconferências.

Escrevemos um livrinho “Nutri Si, João Melão e Davi Abacaxi”, que é a história inventada pelo Davi, de 8 anos. Tenho o privilégio dos meus filhos comerem muitas frutas e vegetais. Fiz uma introdução, amorosa, sem forçar nada, e o Davi inventou uma história de crianças que não comiam frutas, e de como poderíamos ajudá-las a comer. Vocês vão conhecer o nosso livrinho em breve. O João está pensando em um livrinho sobre as emoções. Quando o João tinha 2 aninhos, ele pegou um computador de brinquedinho e falou que a minha tese estava pronta. Desde pequeno já se vê escritor.

No final do dia, meus filhos sempre me dizem: “Mãe, estou com sono; vou dormir”. Também nessa hora, a praticidade de criar os filhos com a liberdade com que eu mesma fui criada, funciona. Na liberdade estão incluídas muitas conversas sobre a vida. Desde pequenos, eles sabem que as coisas nem sempre acontecem do jeito que planejamos. Mas as surpresas da vida nos dão oportunidades de aprendermos encarar o inesperado de uma forma mais leve.

Em tempos de quarentena, eu percebi desde o início que as queixas mais comuns derivam mais de um autoabandono do que do distanciamento físico dos outros. Reconectar-se consigo mesmo, se preencher sozinho, encontrar prazer e gratificação na própria companhia, manter relações significativas com quem você mora, fazer as pazes e resolver pendências com a família e com outros com quem você divide o teto, são aprendizados deste período. E, no meu caso, ainda acrescento aprender a lidar com outra forma de alternância, pois em uma semana estou com meus filhos e na outra, sozinha.

Vivemos um momento único, e estou aprendendo a ser uma mãe e dona de casa também um pouco só. Já troquei lâmpadas, usei a furadeira, fiz tantas coisas... Resolvo os problemas e encaro, pois assim vivo, uma semana só, e a outra com os meus dois pimpolhos. Estou descobrindo como viver plenamente comigo, mantendo a mente no aqui e no agora. E esse é um exercício diário. Lembrar-me de que preciso de mim mesma e que o mergulho em mim é vital e parte do resgate do contato com a própria essência. Tudo que se procura está dentro.

RESSIGNIFICADOS

Lucila Ludmila Paula Gutierrez

Professora de Fisiologia

44 anos, mãe da Beatriz, 12 anos, e da Clara, 9 anos

O que a pandemia pode nos ensinar? Me pego pensando nisso muito mais vezes do que eu poderia imaginar... Sou mãe da Beatriz e da Clara, dois tesouros que a vida me trouxe, uma nascida em 2008 e outra em 2011. Antes da pandemia, eu levava uma vida como talvez a de muitas outras colegas professoras, dividindo meu tempo entre o trabalho – ensino, gestão, pesquisa, extensão universitária, orientação de alunos, projetos etc – a casa, as crianças, o marido, o supermercado, a farmácia, os amigos, os familiares e os momentos de lazer. Quantas vezes cheguei em casa à noite, tarde, depois de um dia inteiro de trabalho, cansada ao extremo! Quantas vezes minhas filhas queriam atenção e eu não conseguia dar a atenção que eu acreditava que elas mereciam (elas nunca reclamaram, porém, como mãe, sempre carregava a culpa comigo). Ao longo do tempo, fui me adaptando para ficar com elas com qualidade... levando-as para passear, tomar café, ouvindo-as, pegando-as no colo, enchendo cada uma de beijos, brincando de Barbie, de “porco espinho chato” (uma brincadeira só nossa), jogando jogos... Mas claro, sempre havia dias mais fáceis e outros mais cheios, dias em que eu conseguia fazer isso tudo e dias que não tinha paciência para tal.

E então, chegou a pandemia... e com ela, muitos medos, ansiedade, inseguranças e o aumento de trabalho de muitas formas! Meu marido é farmacêutico e está na linha de frente no combate à pandemia; logo, agora passo o dia todo com as crianças. Claro que isso modificou a dinâmica familiar que havíamos montado! O trabalho remoto foi somado aos cuidados com a casa (pois antes da pandemia tínhamos uma ajudante que parou de vir, por motivos óbvios), cozinhar, lavar, cuidar das crianças, auxiliá-las com as tarefas remotas da escola... E, de repente, a individualidade sumiu, o espaço para ficar comigo mesma sumiu, a rotina sumiu, a hora de dormir e de acordar sumiram, a hora de ficar com as crianças e com o marido sumiu, a hora de conversar sumiu, o medo aumentou, a briga política aumentou, as notícias eram de morte e isolamento, a Covid-19 chegando cada vez mais perto da gente e dos conhecidos, enfim, fomos engolidos por tudo isso! Como dar conta de tudo? Como manter a saúde mental? A minha, a da minha família? Tempos desafiadores, mas o ser humano é sempre capaz de se adaptar! Assim, gostaria de contar aqui, para ti, o que fiz e estou fazendo para enfrentar tudo isso, já que escrevo em meio a este momento!

Em primeiro lugar, fui assistindo *lives* e vídeos do NAP (Núcleo de Apoio Psicopedagógico da UFCSPA) e quero começar dizendo: gratidão a vocês, vocês ajudam muito! Também fui assistindo *lives* e palestras que fortaleciam minha espiritualidade, assim como fui conversando com amigos, com familiares, com professores, com grupos

de mães e tantos outros grupos. Desta forma, nós fomos criando, todos juntos e de modo virtual, uma rede de apoio mútuo que foi essencial para que compartilhássemos nossas experiências de dor e de alegrias. Fui organizando meu horário de dormir e de acordar, de fazer as tarefas de casa e as das crianças. Comecei acordando mais cedo para ter um momento para mim, para minha solidão necessária, para me ouvir internamente: estou meditando, faço prece, escuto palestras que trabalham minha espiritualidade e faço exercícios físicos regularmente. Para conseguir fazer essas coisas que são importantes para minha saúde mental, passei a deitar mais cedo: assim, encontro um tempo para ler, o que gosto muito! Talvez tu estejas pensando que eu tenho sorte ou que sou uma super mulher para dar conta de tudo... A resposta para isso é: disciplina! Disciplina, disciplina, muita disciplina! Vou deitar com hora marcada (o que não impede que as crianças pulem na minha cama e eu confesso que amo), acordo com hora marcada, exercícios são feitos na hora certa, as atividades remotas, as tarefas da casa, tudo tem horário e eu evito procrastinar... Ok, mas e se eu não estiver com vontade de fazer as coisas? Coloco uma música ou uma palestra que me agrada para me dar um ânimo para fazer as tarefas de casa; coloco música e faço exercícios mesmo sem vontade, porque sei que a vontade chega quando começo. Também procuro me lembrar o quanto me sinto bem depois de fazer o que estava planejado. O mesmo ocorre em relação ao trabalho: amo o que faço e o entusiasmo vai chegando quando começo, a vontade de fazer o bem para os outros, de fazer a minha

parte, de me sentir útil... Por meio de todas essas formas encontrei um espaço para minha solidão, para minha individualidade, para ficar comigo mesma, para me ouvir, para me autoconhecer, aproveitando meus momentos! Eu também relaxei: priorizo o que é mais importante! Neste momento, a família e meu trabalho são essenciais, então, tudo bem que a casa não fique impecável! É o que dá para fazer agora!

Aprendi e estou treinando o “respeitar o momento”. Há dias, como para todo mundo, em que eu estou me sentindo pior... Quando isso acontece, me aproprio desse sentimento, acolho, penso no motivo dele ter “aparecido”, no que posso mudar e tento ressignificá-lo; vejo se não está nas minhas mãos modificar o que me consome. Se está, faço algo diferente! Por exemplo, me dei conta que estava muito “reclamona” e isso tirava minha energia, as crianças também começavam a reclamar e logo toda a família só reclamava. Podíamos mudar isso? Sim!!! Começamos a escrever em um papel motivos pelos quais todos nós éramos gratos diariamente e quando a coisa apertava por aqui, relíamos as nossas gratidões. Isso melhorou o humor da casa toda! Outra coisa que nos demos conta: que assistir os noticiários só nos deixava tristes... paramos de assistir. Hoje ficamos sabendo somente das notícias que são mais importantes pelos grupos de *WhatsApp*! Ok, mas e se não está nas tuas mãos modificar o motivo pelo qual te sentes pior (o fato de a pandemia estar ocorrendo, por exemplo, e todas as consequências dela)? Trabalho em mim (de muitas formas) a resiliência, a paciência, a esperança, a coragem, a espiritualidade, olho para meus sentimentos, tento ressignificá-los... e respeito meu momento.

Tudo bem, mas e as crianças? Ahhh, as crianças! Apesar do cansaço, refaço minhas energias tendo-as comigo todos os dias. Agora que conseguimos estabelecer uma nova rotina em casa, é maravilhoso saber que elas estão ali comigo, mesmo que cada uma de nós esteja executando tarefas diferentes! Saboreio com a família o café da manhã, momento de paz, de iniciar o dia... tomamos o café curtindo esse tempo juntos. Nós já tínhamos o costume de almoçar em casa, mas era muito corrido desde a hora de chegar do trabalho até a de sair para o colégio e ir para o trabalho de novo. Agora essa refeição passou a ser outro momento da família, não tem aquela pressa toda, não tem trânsito pesado, pois já estamos em casa e a aula e o trabalho ocorrem aqui. Conseguimos almoçar sossegados e ainda chegamos mais cedo no trabalho e na escola (risos). Estamos nos alimentando muito melhor e eu não paro de ouvir o quanto elas estão felizes em comer algo que fizemos! Nossos lanches da tarde são saudáveis e aproveito muito esse momento também para vê-las fazendo suas próprias merendas, sob minha supervisão, para vê-las crescer, se tornarem independentes!

Volta e meia tem “recreio” do meu trabalho, junto com o delas, no *homeschooling*! Então, sentamos juntas para brincar um pouquinho: cantar parabéns com um bolo de aniversário para os cachorros aqui de casa, dançar música lenta na festa de quinze anos de uma das Barbies, jogar uma partida de uno, mico, de jogo de tabuleiro, jogar *stop*... E tudo isto rola com mais tempo disponível depois que terminou o expediente, como uma festa de dia dos namorados ou de aniversário só para nossa família, jantar

à luz de velas só para nós, filme no sofá bem abraçadinhos e tantas coisas mais! Puxa, que legal, tu podes estar pensando! Mas também tenho que te contar que inúmeras vezes fico trabalhando até mais tarde e que muitas vezes minha vontade é só de me jogar no sofá e não pensar! Nenhum dia é igual ao outro, muito menos durante uma pandemia.

E pensando na pandemia, imagino que ela tem muito mesmo para nos ensinar... Para começar, fazer com que a gente note que não existe certo ou errado quando se trata de sentimentos e que eles devem ser acolhidos e respeitados, os nossos e os dos outros. Que a pandemia nos propicia treinar a convivência harmônica em família, a respeitar os espaços individuais uns dos outros (mesmo com todos dentro de casa), nos ensina que a empatia começa em casa e que é possível vivenciar com mais intensidade cada instante da nossa maternidade! Ela surge para nos ensinar que devemos nos curtir mais, gostar mais de nós mesmos, usar nosso tempo para abraçar, beijar, ser resiliente, criativo, enxergar a felicidade nas pequenas coisas, nas coisas cotidianas e comuns, enfim... a *sermos humanos*, aceitando nossas dores e alegrias de peito aberto!

Talvez devêssemos valorizar o que a pandemia nos trouxe de bom: ela descortinou para cada um de nós novas maneiras de ver a vida e de vivê-la! Que possamos escolher vivenciar esta experiência de modo positivo, focando no que é bom e nas oportunidades de sermos mais felizes!

NA QUARENTENA E VIDA AFORA, SEGUIMOS JUNTINHOS, MEU FILHO!

Caroline Tozzi Reppold

Professora de Psicologia

42 anos, mãe do Marcos, 5 anos

Quando a pandemia chegou por aqui, Marcos, nosso filho, estava com 4 anos. Naquela fase em que estar perto da mãe é a melhor coisa que pode haver. Eu, claro, adoro! Logo no início, ele dizia que queria que o isolamento durasse para que a gente pudesse seguir “juntinhos e agarradinhos”. Contudo, não queria que o vírus chegasse. Uma das primeiras coisas que fez foi um cartaz para colar na porta de casa, com uma placa de “proibido corovanírus”. Nos dias que se seguiram, outras portas do andar apareceram também com seus próprios cartazes, mostrando como é contagiante a inocência infantil e como é bonita a forma simples com que as crianças buscam as soluções para o mundo.

Assim, estamos passando a quarentena “juntinhos”, brincando, nos divertindo e trabalhando, em meio a tantas reuniões virtuais que ficaram típicas nesse período de trabalho remoto. Antes mesmo do isolamento, Marcos já sabia que as reuniões eram parte do meu trabalho. Uma vez, na escola, a professora pediu que cada criança contasse no que seus pais trabalhavam; ele respondeu que a mãe fazia reunião e banca, kkk. Acho

que porque, eventualmente, quando eu precisava sair cedo para trabalhar e o deixava com a avó, explicava que ia participar de alguma defesa ou reunião.

Todavia, ainda no ano passado, ele teve a oportunidade de me acompanhar algumas vezes na universidade e descobrir um pouquinho do que se faz por lá em termos de ciência, para além das reuniões. Por sorte, encontramos nos corredores colegas generosos, como a Marilene Porawski, Márcia Vignoli, Pedro Romão, Alberto Rasia, Helena Barros e, especialmente, Cláudia Rhoden, que, de forma atenciosa e entusiasta, mostraram a ele seus laboratórios, microscópios, pipetas, cadinhos, tubos de ensaio e tudo mais que faz brilhar os olhos de uma criança curiosa. Foram experiências que ficaram ressoando na imaginação dele dias depois. E me deixaram feliz em mostrar algo que tento ensinar a ele desde cedo: que o trabalho pode ser um espaço de realização. Diga-se também: filho de um “físico-quase-químico-ambientalista-construtor” que adora marcenaria, Marcos, em casa, sempre esteve rodeado de equipamentos, ferramentas e outras traquitanas que frequentemente fazem parte de suas brincadeiras.

Então, logo que soube que a COVID-19 era uma doença transmitida por um vírus que poderia ser eliminado com uma vacina, Marcos resolveu que ele iria inventar a tal vacina. No pátio, juntava folhas, água e o que achasse que poderia compor sua fórmula; passava horas brincando dessas experiências, se achando um super cientista, com

um “microscópio” que ele mesmo bolou. E eu era sua assistente. Até que um dia, falou: “mamãe, já que a gente não conseguiu ainda fazer a vacina, quem sabe a gente começa a trabalhar num novo projeto: fazer um portal do tempo para que a gente possa ir para o futuro, num tempo que não tenha mais o coronavírus?” Eu achei o máximo! Pode deixar, filho, vou anotar no meu coração!

COMO AS MÃES CONSEGUEM?

Ana Carolina da Costa e Fonseca

Professora de Filosofia

45 anos, mãe do Arthur, um ano e meio

Organizei este livro. Li todos os artigos várias vezes até chegarmos à versão final de cada um e a do próprio livro. Ao terminar a leitura de cada texto, sempre me perguntava: como elas conseguem? Ainda não sei a resposta. Conheço suas trajetórias, sei o quanto trabalham. Só não sei como conseguem. Sei como eu consigo. Mas tenho um trunfo: minha mãe, que possibilita que eu me mantenha intelectualmente produtiva, mentalmente saudável, e não apenas durante a pandemia. Só consegui pensar que seria bacana organizar um livro sobre maternidade e solidão, escrever para minhas colegas fazendo o convite, receber os textos, revisá-los, me emocionar a cada nova leitura, porque minha mãe está cuidando do meu filho.

Minha mãe já era uma avó-babá desde o fim da licença maternidade. Vou poupar leitoras e leitores dos meus resmungos contra creches (necessárias para que muitas mulheres possam trabalhar, eu sei, mas jamais defensáveis como o melhor lugar para um bebê estar). E deixo claro, desde já, que tenho consciência do privilégio que é ter uma mãe como a minha. Sim, o privilégio se estende ao meu filho que pode dormir a soneca da tarde no colo da avó, que o embala sentada em sua cadeira de

balanço. Cena bucólica, não? Por isso, este não é um relato para reclamar, e, sim, para agradecer. Resmungo feito, privilégio declarado, sigamos adiante.

E meu agradecimento público para minha mãe é também um lembrete aos filhos de outras mães, de como deveriam ser gratos às próprias mães. Muitos crescem e se tornam filhos ingratos. Depois, crescemos ainda mais e reconhecemos o tanto que nossas mães fizeram e, quando temos sorte, ainda fazem por nós. Alguns se redimem, outros não. O bom seria se todos pulassem a fase da ingratidão e, desde sempre, fossem filhos amorosos. Será que minhas palavras virarão ações cheias de afeto em casas alheias?

Ser mãe é muito difícil. Passo o tempo todo preocupada, tentando fazer o melhor para o meu filho. Sim, o que se entende por melhor é algo relativo. Corrijo-me: tento fazer o que *eu* acho o melhor para o *meu* filho. No *meu* caso, isso significa, deixar crescer um ser humano feliz e confiante, capaz de ser o que quiser e puder e de desenvolver maximamente suas habilidades de modo consciente e respeitoso. Não, querer nunca é o suficiente, eu poderia ter desejado ser uma excelente pianista, mas sequer seria uma pianista medíocre, pois não tenho nenhum talento para a música – nenhum! Querer conforme as possibilidades é fundamental. E desejo isso para o Arhtur. Se vai dar certo? Não sei, sei apenas da intenção.

O que, em geral, as pessoas que têm filhos não contam e as que não têm filhos não sabem, e que, desde que descobri, não canso de repetir, é que um filho toma o tempo das mães de um modo inimaginável para as pessoas que não têm filhos. E eu não consigo imaginar o que significa ter mais de um filho, menos ainda como alguém consegue fazer algo tendo gêmeos, pois sequer imagino como alguém consegue atender dois bebês ao mesmo tempo. Menos ainda como consegue fazer algo além de cuidar de dois bebês. O dia continua com 24 horas, mas há um ou alguns seres fofíssimos demandando muito o tempo todo. Às vezes, me pergunto se a cada novo filho não surge uma espécie de tempo paralelo, do tipo, o tempo do filho um, o tempo do filho dois, o tempo do filho três, e quando o filho um está sendo atendido, os tempos dois e três estão congelados, e assim vai... Não, não é assim, eu sei, então, como as mães conseguem? (E se vocês chegaram até este escrito, que é o último, já leram vários relatos de mães com mais de um filho, e algumas com gêmeos! Podem, então, imaginar meu espanto lendo os textos das outras mães-professoras. Eu sequer entendo como elas conseguiram, além de tudo, atender ao meu convite e escrever um lindo texto para o nosso livro!)

Nós tomamos conta da vida de nossas mães (felizmente, cada vez mais, também de nossos pais). Ser mãe significa estar ocupada e preocupada 24 horas por dia, 7 dias por semana. Um dia, sua mãe, assim como minha mãe, e assim como eu, passou noites e mais noites em

claro, ou acordando muitas vezes, durante muitos e muitos meses, porque uma criatura pequena e fofa precisava de cuidados constantes, o que incluiu nós mesmos, quando éramos pequenos e fofos, e também o meu filho e todas as pessoas que habitam e habitaram a Terra. Não importa o quanto sua mãe trabalhava durante o dia, durante a noite, ou sabe-se lá a que horas; quando você acordava e se recusava a dormir novamente, sua mãe também acordava por mais que quisesse e precisasse dormir. Bebês são seres adoráveis, que precisam de cuidados o tempo todo (o tempo todo significa o tempo todo!). Mas como as mães conseguem?

E durante uma pandemia? Para bebês não existem pandemias. Bebês querem seus seres amados por perto. Então, como fazer *home office* com um bebê? Como explicar o que é *home office* para um bebê? Não, não dá para explicar! Não dá para negociar com um bebê. Bebês, de fato, amam que os pais estejam em *home office*, eles só não entendem a parte do *office*. Mas o *home lhes* parece uma beleza! E o que fazer?

No meu caso, agradecer incansavelmente para minha mãe. Se posso trabalhar com alguma tranqüilidade, apesar da culpa (o próximo livro talvez se chame “Maternidade e culpa em tempos de pandemia”) é porque sei que meu filho está com a avó. Sei do amor e do carinho com que ela sempre cuidou de mim. E sei que meu filho tem uma versão melhorada da minha mãe, como ela mesma diz, porque a velhice tem também vantagens, e uma delas

é a possibilidade de refletir sobre o passado e agir de modo diferente no presente. Minha mãe repete com meu filho o que acertou comigo e evita repetir os erros. E eu sempre me pergunto, quais são os erros que eu estou cometendo sem perceber?

Minha mãe me dá tempo para pensar, ler, escrever. Só consigo trabalhar em tempos de isolamento social porque horas do meu dia estão liberadas para a reflexão. E as minhas horas estão liberadas porque horas do dia da minha mãe estão ocupadas com meu filho. Minha mãe garante as muitas horas de trabalho produtivo por dia que tenho todos os dias. Todos significa quase todos os dias. Hoje é domingo e estou desde às dez da noite trabalhando neste livro. Por quê? Porque meu filho já foi dormir. Porque meu marido já foi dormir. Porque todos, menos Lola, a cachorra, estão dormindo. Lola me faz companhia, mas olha com cara de cachorra pidona que diz: vá dormir, por favor, estou cansada. A cachorra não entende que durante a madrugada tenho tempo, silêncio e solidão suficientes para permitir que este texto flua pelos dedos. Ou talvez entenda, e, por isso, senta ao meu lado, sempre, enquanto trabalho. E trabalho durante a madrugada porque amanhã posso voltar para cama e dormir um pouco mais depois que nosso mini-despertador amado acordar, entre 5:30 e 7:00 da manhã. Ser avó é ser mãe duas vezes, não? Depois de deixar meu filho com minha mãe, enquanto ela toma café com o neto, poderei voltar para a cama, dormir um pouco mais, e, então, sentar em frente ao computador e pensar neste e em muitos outros livros.

P.S.: O maridão merecia um relato similar. E alguém poderia pensar: mas sem a parte da gratidão, porque ele não faz mais do que a obrigação! Ele cuida e muito bem do filho que fizemos, é verdade! Mas ser grata e agradecer mesmo pelo que as pessoas fazem porque devem fazer é uma das tantas gentilezas que alegram a vida. Gentilezas deixam o mundo e a vida das pessoas melhor, não? Então, sou, sim, grata a ele, que merecia ler um lindo texto escrito só para si, mas este é um livro sobre maternidade, então, espero que ele fique feliz por receber apenas um breve *post scriptum*.



Editora da
UFCSPA