

MARÉ

DE NOTÍCIAS



Presença militar não trouxe mais segurança para os moradores da Maré

Pesquisa revela que mais de 69% da população das 15 favelas ocupadas pelo Exército não se sentiu mais segura com a presença militar. **PÁGINAS 8 E 9**

Dicas para poupar dinheiro

PÁGINA 3

Tratamento para tuberculose é de graça e dura seis meses

PÁGINA 13

A luta contra a impunidade dos crimes cometidos pelo Estado nas favelas

PÁGINA 4

ELISÂNGELA LEITE



CHEGOU A HORA de cuidar do corpo

A oferta de atividades físicas nas favelas para quem quer se movimentar e ganhar qualidade de vida. **PÁGINAS 10 E 11**

O feminismo nas periferias

A nova geração de ativistas utiliza técnicas inovadoras de conscientização da condição feminina e conquista novos espaços. **PÁGINAS 6 E 7**



DIVULGAÇÃO

EDITORIAL

Olá, bem-vindo a mais uma edição do Jornal **Maré de Notícias**. Em época de crise, dinheiro nunca sobra, mas saiba que com esforço é possível poupar e ainda guardar alguma coisa para investir futuramente. Neste mês, um economista dá dicas preciosas para que possamos usar melhor o nosso dinheiro e poupar um pouquinho para alguma eventualidade. E com pouco ou quase nada também é possível investir em saúde. Cuidar do corpo é imprescindível e pode ser feito em qualquer idade. Nas páginas 10 e 11, um convite para começar a se exercitar aqui mesmo, na Maré. E olha que já tem gente à beça nessa onda e você pode aproveitar o mês das férias escolares para começar também. E falando em saúde, um alerta importante para combater a tuberculose. O Estado do Rio é o segundo no *ranking* de casos de tuberculose, e há casos registrados na Maré. A boa notícia é que há cura com o tratamento, e os medicamentos são de graça, disponíveis no Sistema Único de Saúde. Mas o paciente não pode desistir, tem de tomar os comprimidos por seis meses. Isso é fundamental, mas muitas pessoas acabam desistindo do tratamento no meio do caminho e, com isso, além de continuarem doentes, transmitem a doença. Uma novidade nessa edição está na página 5, onde convidamos duas pessoas de diferentes atuações para responderem às mesmas perguntas sobre o mesmo tema: a importância dos movimentos sociais. E falando em movimento social, um dia após a Marcha da Maré, os caveirões estavam presentes nas ruas da favela. Uma operação policial aconteceu 24 horas depois do pedido de paz. O que nos faz pensar que a luta é grande, mas não vamos desistir. Assim como as mães que perderam seus filhos nessas operações não desistem e lutam contra a impunidade dos crimes cometidos pelo Estado. Um lindo exemplo a seguir que retratamos na página 4. E como, infelizmente, a Segurança pública continua em destaque, trouxemos a pesquisa feita com moradores das 15 favelas que foram ocupadas pelo Exército. A maioria da população da Maré não aprovou a presença dos militares, e nem se sentiu mais segura com a ocupação. A pesquisa completa você pode encontrar no site da Redes (www.redesdamare.org.br) e a matéria está nas páginas 8 e 9. Ótima leitura!

ERRAMOS

Na capa da edição 75 falamos que Vitor Santiago foi atingido por uma bala perdida, na verdade, ele foi atingido por uma bala que mirou o veículo que ele estava com os amigos. Os tiros foram dados pela tropa do Exército que ocupava a Maré naquele período.

EU, LEITOR

Comentário sobre a matéria a respeito do lixo e das caçambas que estão embaixo da Ponte do Saber:

A solução seria a coleta domiciliar ou caçambas. Também uma ONG poderia entrar com um projeto tipo de plantação. Sempre prometem que vão fazer algo, mais o lixo continua. A comunidade joga o lixo, então a COMLURB retira e, em resumo, o que fazem é enxugar gelo.

ENVIE SUA POESIA, FOTO, RECEITA OU PIADA. ESSE ESPAÇO É SEU!

comunicacao@redesdamare.org.br

O lixo traz ratos e baratas, além de ter um mau cheiro, indo para dentro de casa. Quando chove é impossível andar por esse espaço; no sol, seca e vira poeira. Estamos abandonados!

Jonas Santiago, morador da Vila dos Pinheiros

EDITAL DE CONVOCAÇÃO PARA ASSEMBLEIA DE FUNDAÇÃO

A Associação Ivar (Instituto Vanda Alcantara Rios) convida todos os moradores do bairro Maré a comparecerem, no dia 29 de julho de 2017, às 19h30, na Travessa Oliveira, nº 10, casa 2, Baixa do Sapateiro, para participarem, na condição de sócios-fundadores, da reunião que será discutido e votado o projeto de estatuto social e também acontecerão as eleições dos membros das diretorias executivas dos Conselhos Fiscal e Administrativo.

Rio de Janeiro, 28 de junho de 2017.

P/ COMISSÃO ORGANIZADORA: Antonio de Pádua Alcantara Rios

EXPEDIENTE

REALIZAÇÃO:

redes da maré

R. Sargento Silva Nunes, 1012
Nova Holanda – Maré
Rio de Janeiro – RJ – CEP: 21044-242
Telefone: (21) 3105-5531 / 3104.3276
comunicacao@redesdamare.org.br

PARCERIA:

act:ionaid

UMA INICIATIVA:

Redes de Desenvolvimento da Maré

DIRETORIA:

Alberto Aleixo
Andréia Martins
Edson Diniz Nóbrega Júnior
Eliana Sousa Silva
Helena Edir

APOIO:

16 Associações de Moradores da Maré
Observatório de Favelas
Conexão G
Luta pela Paz
Vida Real

EDITORA EXECUTIVA E JORNALISTA RESPONSÁVEL:

Daniele Moura
(Mtb 24422/RJ)

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:

Adriana Pavlova
(Mtb 17614/RJ)
Hélio Euclides
(Mtb 29919/RJ)
Roberto de Oliveira
(Mtb 29977/RJ)

FOTÓGRAFA:

Elisângela Leite

REVISÃO:

Elizete Munhoz

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO:

Mórula_Oficina de ideias

IMPRESSÃO:

Folha Dirigida

TIRAGEM:

50 mil exemplares

OS ARTIGOS ASSINADOS NÃO REPRESENTAM A OPINIÃO DO JORNAL. PERMITIDA A REPRODUÇÃO DOS TEXTOS, DESDE QUE CITADA A FONTE.

[f /redesdamare](https://www.facebook.com/redesdamare) [@redesdamare](https://www.instagram.com/redesdamare)

GARANTA SEU JORNAL!

O **MARÉ DE NOTÍCIAS** chega todo mês na Associação de Moradores da sua comunidade. É só ir buscar. É gratuito. Leia também o jornal no nosso site: www.redesdamare.org.br



FOTO ILUSTRATIVA

Seu dinheiro pode caber no seu bolso

Aprenda como poupar e terminar o mês fora do vermelho

JOÃO KER

Aumento na conta de luz, salário atrasado, período de desemprego, gasolina cara e o preço das compras de supermercado só cresce de mês em mês. Às vezes, pode parecer quase impossível sair do vermelho no fim do mês e fazer com que seu salário renda 30 dias. Bem, esse até pode ser o caso em algumas situações, mas saiba que é sempre possível enxugar alguns gastos extras aqui e ali, para melhorar seu orçamento. A seguir, o assessor de investimentos Miguel Milanez¹ dá algumas dicas de situações que você pode e deve evitar para não se ver preso em dívidas que se tornem uma bola de neve:

Para começar o mês bem

- Nunca planeje gastar tudo o que você recebe no mês. Se você tem uma renda fixa ou



mesmo se seu pagamento varia de um período para o outro (de acordo com vendas ou comissões, por exemplo), lembre-se sempre de guardar uma quantia “por precaução”. Pense que a qualquer momento você pode perder o emprego e que alguns meses podem ser piores que outros. Uma reserva também pode ser útil para se precaver em situações como um concerto de última hora, até uma enfermidade.

No supermercado

- Faça uma lista de compras antes de ir ao mercado e seja fiel a ela. Pequenas compras impulsivas podem fugir do seu controle. Às vezes, um item acaba se tornando dez e, no final do mês, o dinheiro pode lhe fazer falta.
- Compare preços antes ir às compras e, se necessário, divida os produtos entre dois ou mais estabelecimentos. No fim das contas, o que você poupou com promoções, descontos e pequenas vantagens entre um produto e outro significa um dinheiro extra no orçamento do mês.



Com cartão de crédito e parcelamentos

- Mantenha seu próprio controle



de tudo o que gastou no cartão de crédito. Lembre-se de comparar o limite restante com o que você ainda tem sobrando. Nunca deixe ultrapassar o que você tem pra gastar no mês.

- Tente pagar tudo à vista e sempre negociar descontos para essas compras. Ao parcelar, mesmo que sem juros, você pode se esquecer do valor total da compra e focar apenas no preço da parcela, o que tende a se tornar uma bola de neve para quem tem dificuldade de se controlar com cartões de crédito e cheques.
- Planeje compras grandes com o máximo de antecedência possível, seja uma nova TV, um celular ou, até mesmo, aquela máquina de lavar que precisa ser trocada. Também evite ao máximo fazer financiamentos e parcelamentos com juros, mesmo que eles pareçam pequenos a princípio.
- Não deixe a fatura do cartão para depois. Muito menos parcele ou pague apenas o valor mínimo, que representa uma parte bem pequena do problema real. Lembre-se de que, no mês seguinte, você precisará pagar o restante da parcela, uma multa por atraso e as próximas compras. Essa bola de neve criada pelo cartão também gera outro gasto: os juros rotativos, que podem chegar a taxas de até 15%.
- Se tudo der errado e você não conseguir pagar a fatura do mês, retire a quantia da reserva de emergência. Se ainda assim não for suficiente, tente negociar com o Banco um empréstimo — as taxas continuarão menores que aquelas cobradas pelo cartão. Caso chegue a esse ponto, pegue apenas o valor necessário e negocie o menor número possível de parcelas para o seu orçamento.

Conseguiu juntar dinheiro no fim do mês?



- Guarde essas reservas e force os juros a trabalhar para você, e não contra. Investir dinheiro não é necessariamente “coisa de gente rica” — existem modelos pequenos que chegam a 100 reais por mês. A poupança já é uma ótima maneira de começar: simples e não requer um valor mínimo.
- Preocupe-se com o seu futuro e pense que investimentos são como uma bola de neve do bem. É possível investir um pouco todos os meses e, daqui a 15 ou 20 anos, comprar um carro ou até mesmo uma casa. Isso sem falar na sua aposentadoria, assim você não dependerá da previdência do governo.

¹ **JOÃO MIGUEL MILANEZ** é assessor de investimentos pela XP Investimentos, sócio da RJ Investimentos, formado em administração pela UFRJ e atualmente mestrando no Coppead/UFRJ.

A impunidade dos crimes cometidos pelo Estado

A formação de grupos e associações para que as violações de direitos sejam reparadas

ROBERTO DE OLIVEIRA

O combate ao tráfico de drogas no Brasil se transformou em guerra insana, que tem deixado um rastro enorme de mortes nas favelas, principalmente de jovens negros. As armas apreendidas mostram o quanto a população está refém do grosso calibre dos grupos civis armados e da polícia, que também reforça o seu arsenal. O traço mais visível desse modelo de guerra às drogas, adotado pelo Estado, são as operações policiais, que podem vir acompanhadas de violações dos direitos básicos do cidadão, como o de ir e vir, de estudar, arrombamentos, danos morais e, em último caso, o direito fundamental à vida.

As mães das vítimas e o combate às violações

Ana Paula Oliveira, Janaína Soares e Gláucia dos Santos são três mulheres que perderam filhos negros, jovens e moradores de favelas, para a violência do Estado. Os três foram assassinados por policiais. Jonathan, filho de Ana Paula, tinha 19 anos quando levou um tiro nas costas de um policial da Unidade de Polícia Pacificadora (UPP) de Manguinhos. Christian, de 13 anos, filho de Janaína, morreu com um tiro de fuzil, disparado por um policial numa operação também em Manguinhos. Fabrício, filho de Gláucia, foi morto por policiais no primeiro dia do ano de 2014, dentro de um posto de gasolina, nas imediações do Complexo do Chapadão. O relato de Janaína Soares mostra o quanto é difícil levar os casos à Justiça, por causa

de intimidações, tentativa de mudanças na cena do crime, perguntas ofensivas nos interrogatórios e a falta de apoio institucional. “Tentaram colocar o corpo dele dentro do caveirão, mas a população não deixou, porque sabia que se tirassem ele dali, ia ficar mais difícil provar qualquer coisa. Disseram que ele estava com radinho, que andava de moto, mas meu filho só andava de bicicleta...”, diz Janaína. A mãe do menino contou que só conseguiu preservar a cena intacta com o apoio dos moradores e da amiga Ana Paula, que ligou para a Secretária da Comissão de Direitos Humanos da ALERJ, que, por telefone, convenceu o comandante da operação policial a lidar de outra maneira com os fatos. Parte da imprensa, ao divulgar os crimes, tenta justificar os assassinatos com insinuações de que as vítimas teriam envolvimento com o tráfico ou teriam “morrido”, ao invés de assassinados, em decorrência da falta de cuidado com a vida do morador de favela.

Pequenas mas valiosas conquistas

No mês de maio foi aprovada no Rio de Janeiro a criação da Semana Estadual das Pessoas Vítimas de Violência no Estado. A Lei foi consequência de uma luta intensa do Movimento

Independente Mães de Maio, que nasceu após os Crimes de Maio de 2006, quando o Estado de São Paulo sofreu uma onda de violência com a morte de 500 pessoas, sendo a maioria de jovens negros e pobres. O Deputado Marcelo Freixo (PSOL) ouviu a demanda do movimento de Mães de Vítimas de Violência no Estado do Rio e conduziu a aprovação na ALERJ. “A polícia está matando e morrendo muito. Os movimentos de favelas estão mobilizados em torno desses temas, debatendo e construindo... É urgente discutirmos a violência de forma séria, reconhecendo todos os fatores implicados, acabando com essa lógica militarista do extermínio do inimigo, da luta do bem contra o mal”, diz o Deputado, sobre a aprovação da Lei.

O apoio às outras mães no combate à impunidade

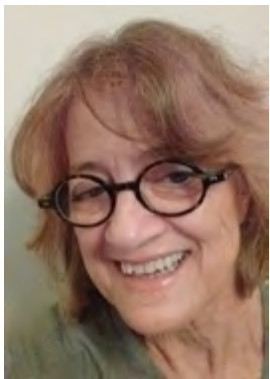
As Mães das Vítimas de Violência viajam pelo Brasil e pelo mundo com o apoio da Anistia Internacional, para contar suas tristes experiências. Elas também apoiam outras mães, que descobrem nelas uma luz, para transformar a dor em enfrentamento. Além da militância nacional, elas atuam localmente. Ana Paula, Janaína Soares e Fátima, outra mãe vítima da violência praticada por policiais, criaram o grupo Mães de Manguinhos, enquanto Gláucia faz atividades comunitárias no Chapadão, com o grupo Mães sem Fronteiras. Segundo Marcelo Freixo, a Defensoria Pública e a Comissão de Direitos Humanos da ALERJ são locais onde a pessoa recebe assistência e orientação adequada. A partir disso, os demais Órgãos competentes, como o Ministério Público, são acionados. A Redes da Maré também faz um trabalho de acompanhamento e encaminhamento para instituições que garantem, gratuitamente, acesso à Justiça em casos de violações de direitos cometidos por agentes de Segurança Pública. O atendimento é feito às segundas das 15h às 18h e às sextas das 9h às 13h, na Rua Sargento Silva Nunes, 1012, ao lado da Praça da Nova Holanda.

À esquerda, Janaína Soares junto com outras mães criou o grupo “Mães de Manguinhos” para lutar contra a impunidade



ELISÂNGELA LEITE

DIVULGAÇÃO



LEILAH LANDIM

ANTROPÓLOGA,
PROFESSORA
NA ESCOLA DE
SERVIÇO SOCIAL,
DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DO RIO
DE JANEIRO

MN — Historicamente, que importância teve a organização da sociedade civil em movimentos sociais?

LEILAH LANDIM – Os movimentos sociais são diversificados em suas formas de organização, sujeitos, ideários, objetivos e rituais públicos. Estamos falando aqui de ações coletivas no campo das transformações participativas e democráticas contra as desigualdades, pela justiça social, que contemplem interesses das classes populares, nas bases da sociedade. Isso inclui questões culturais e de identidade, como o racismo, o gênero, a etnia e outros.

MN — Quais as conquistas desses movimentos?

LEILAH LANDIM – Mobilizações deixam rastros. As transformações sociais são lentas e contraditórias. Por exemplo, nada será como antes após as manifestações contra o *impeachment*, contra as catracas, contra a violência e pela paz na Maré. Creio ser evidente que houve conquistas significativas em áreas, por exemplo, como direitos das mulheres, dos LGBTs, das políticas relacionadas à questão racial e de ideias e atitudes na sociedade em relação a esses segmentos e seus interesses, nos últimos trinta anos.

MN — Como é a relação entre o Estado e os movimentos sociais hoje em dia? Viramos um País intolerante? Como sair dessa condição?

LEILAH LANDIM – A sociedade brasileira, de feição historicamente autoritário, hierárquico e patrimonialista, com mais de 400 anos de mão de obra escrava e industrialização tardia, não foi propícia ao surgimento de amplos movimentos sociais ou da construção de uma sociedade civil forte e organizada. No entanto, não faltaram ao longo do tempo revoltas e reações à dominação e à exploração. A estratégia das forças dominantes sempre é a de ilegitimar, criminalizar ou, simplesmente, abafar e não dar visibilidade aos movimentos sociais e suas conquistas.

Dois lados da mesma moeda

Convidamos duas pessoas com atuações diferentes para responderem às mesmas perguntas

ANNA CAROLINA COSTA

MILITANTE
SOCIALISTA E
FEMINISTA,
ORGANIZADA PELO
#MAIS, PROFESSORA
DE HISTÓRIA DA
REDE ESTADUAL DO
RIO DE JANEIRO



FERNANDA FIORAVANTI

MN — Historicamente, que importância teve a organização da sociedade civil em movimentos sociais?

ANNA CAROLINA COSTA – O fim da escravidão aqui no Brasil foi fruto de muita luta social dos negros e negras que, aquilombados, encorajavam seu povo a serem protagonistas de sua própria história. Em nosso País, não há um direito social ou político que não tenha sido fruto de mobilizações e lutas sociais dos trabalhadores e trabalhadoras.

MN — Quais as conquistas desses movimentos?

ANNA CAROLINA COSTA – A campanha pelas Diretas já, lá atrás, quando vivíamos o fim da ditadura militar. Lembrar deste momento histórico é bom, porque exigir a realização de eleições gerais e diretas por meio de uma grande greve geral no País, é também uma das principais pautas dos movimentos sociais no Brasil hoje!

MN — Como é a relação entre o Estado e os movimentos sociais hoje em dia? Viramos um País intolerante? Como sair dessa condição?

ANNA CAROLINA COSTA – Os movimentos sociais são criminalizados no Brasil. Se tornou uma prática, lamentável, absurda, inadmissível, que as manifestações de rua invariavelmente tenham presos políticos. Eu vejo a polarização ideológica e política que, hoje, são características do cenário brasileiro, como parte de um crescente conservadorismo no cenário mundial. Então, entendo que a resposta a essa intolerância é a organização destes setores oprimidos para combater, com lutas sociais, este modelo de sociedade hipócrita, moralista, que está apodrecida. Eu acho fundamental que os movimentos sociais tenham independência política de qualquer governo ou de qualquer instituição.

Feminismo na periferia:

COMO A LUTA PELOS DIREITOS DAS MULHERES CONQUISTA ESPAÇO EM NOVAS CAMADAS SOCIAIS

Encabeçados por uma nova geração de ativistas, projetos de sensibilização e conscientização da condição feminina florescem pouco a pouco nas periferias

JOÃO KER

Assovios, agressões, assédios, palavrões e todos os mais diversos tipos de violência — a quantidade de opressões suportadas por mulheres ao longo da história é incontável. E, apesar dos avanços obtidos com o passar dos anos, há ainda um longo caminho para ser percorrido até a igualdade. Caminho que o movimento feminista começa a trilhar em novas camadas sociais, sensibilizando mulheres que, por vezes, nem se dão conta do abuso diário ao qual são submetidas. E, dentre esses projetos de sensibilização está o Coletivo Madalena-Anastácia, que usa o teatro como canal para levantar debates sociais, com base em laboratórios e em suas próprias experiências como mulheres negras.

Fundado em 2015, o Grupo utiliza o método criado na década de 1970 por Augusto Boal (1931-2009): o Teatro do Oprimido, que usa os palcos como forma de diálogo entre sociedade e artistas. Apresentando-se por áreas periféricas do Rio por meio de ONGs, escolas, praças, ruas e instituições, suas 13 integrantes denunciam, em diálogos verbais e corporais, situações cotidianas de abuso. Lideradas por Bárbara Soares, precursora do movimento, elas mantêm seu foco sempre em mulheres, especialmente as negras, com realidades

bem próximas às suas. “Trabalhamos com histórias reais, que são resultado de muito laboratório. Por meio delas, montamos uma peça baseada no racismo e no machismo que nos atravessa. Não é apenas entretenimento — trazemos sempre uma reflexão e uma pergunta para a nossa plateia”, conta Carolina Netto (33), integrante do coletivo. A técnica do Teatro-Fórum, na qual a barreira entre palco e plateia é quebrada, para o debate social tomar seu espaço na ribalta com a participação do público, gera identificação e conscientização em níveis imprevisíveis

durante os espetáculos apresentados pelo Grupo. “Muitas pessoas se chocam, choram e ficam angustiadas com o que a gente mostra. Mas são histórias que merecem ser contadas”, aponta Carolina, esclarecendo que homens e mulheres brancas, muitas vezes, se sentem incrédulos e perturbados ao se identificarem em uma situação semelhante a dos opressores retratados na apresentação. “Nossas peças são, geralmente, recebidas com bastante impacto. Já tivemos convidados na plateia que, durante o fórum, tentaram emplacar um discurso de defesa da opressão

como forma de aliviarem suas consciências”, avalia.

Projetos semelhantes de sensibilização e capacitação de mulheres da periferia vêm surgindo e se fortalecendo no Rio de Janeiro, muitos deles ajudando a desmistificar o medo e a repulsa contra o termo “feminista”. Karolayne Cristine, de 19 anos, por exemplo, confessa que sua relação atual com o movimento é bem diferente da que teve quando o descobriu de maneira superficial. “Eu tinha a mente bem fechada e conservadora. Meu primeiro contato foi o de repulsa, porque

Coletivo **Madalena-Anastácia** numa apresentação do Teatro Fórum, que utiliza a técnica do Boal

DIVULGAÇÃO



me apresentaram o feminismo de forma desvalorizada, como se fosse um desmerecimento”, conta. O que mudou a mente de Karolayne foram as aulas no curso pré-vestibular oferecido pelo Centro Comunitário de Capacitação Profissional Paulo da Portela, em Oswaldo Cruz. Ali, ao aprender Cidadania, ela teve contato com feministas, transsexuais e agentes públicos que a ensinaram novas realidades e até novas maneiras de encarar o seu próprio papel social. “Quanto mais você estuda, menos ignorante fica”, brinca a jovem, hoje declaradamente ativista e integrante da Marcha das Mulheres. Ela esclarece: “Eu sigo a linha do feminismo que aborda a vida nas periferias e o movimento negro, abrangendo outras situações, como o preterimento da mulher negra na faculdade, sua hipersexualização e todo o nosso contexto histórico”, aponta, citando os séculos de avanços que as mulheres brancas tiveram, enquanto as negras ainda lutavam pelo fim da escravidão.

“

Trabalhamos com histórias reais, que são resultado de muito laboratório. Por meio delas, montamos uma peça baseada no racismo e no machismo que nos atravessa”

CAROLINA NETTO,
COLETIVO MADALENA-ANASTÁCIA



Sabrina Ginga e Taisa Machado durante oficina do Afrofunk Rio. A turma é composta por mulheres de todos os cantos da cidade

A força que o sangue jovem tem para pulsar o movimento em áreas nas quais ele ainda não chegou é inestimável. Pela internet, as novas gerações de mulheres vêm aprendendo e disseminando conceitos e lutas em torno do feminismo, alcançando mulheres ainda alienadas sobre o assunto. No Complexo da Maré, a produtora de conteúdo AMarêVê foca o seu trabalho principalmente na forma como a figura feminina é representada no meio audiovisual. O Grupo foi idealizado por Suzane Santos, Karina Donaria, Jéssica Pires e Mayara Donaria, quatro jovens moradoras da região que se envolvem, ativamente, na vida política e social do bairro, ao mesmo tempo em que se transformam em catalizadoras do estilo de vida dali. “Nós não discutimos os temas, apenas. Nós vivemos isso”, explica Mayara. “Nós fazemos esse recorte de gênero, porque ele não existe nos lugares onde a gente vive. Produzimos juntas e tem dado bastante certo”, comenta Mayara, citando festas, vídeos, fotografias e palestras em escolas públicas como algumas das vertentes de seu trabalho.

O empoderamento sexual pela subversão do funk

Nas periferias do Rio de Janeiro, o feminismo também encontra

um de seus grandes paradoxos: o funk. Ao mesmo tempo em que o ritmo é encarado por algumas líderes do movimento como forma de opressão e hipersexualização da mulher pelos homens, há vertentes que defendem o poder que ele proporciona de autocontrole sobre o corpo e a sexualidade. É o caso do Afrofunk Rio. Usando o gênero musical como gancho, o Grupo intercala movimentos corporais com histórias contadas sobre os ritmos africanos e suas tradições milenares. Do dancehall ao baikoko, passando pela dança dos orixás, as meninas entendem como o ritmo carioca é parte de uma expressão cultural que deve ser respeitada e celebrada. Comandado por Taisa Machado e Sabrina Ginga, o coletivo aplica oficinas regulares na Fundação Progresso, na Lapa, e outras edições itinerárias que ramificam e potencializam o alcance das aulas. “O grande diferencial do nosso trabalho são as informações históricas. Você entende por que cada movimento é executado, e então toma consciência de que as mulheres rebolam há mais de 8 mil anos como uma função social”, esclarece Taisa, enquanto Sabrina acrescenta: “temos um discurso muito voltado para a liberdade, principalmente do corpo e do sexo. Costumamos

dizer que nossa aula é afrocentrada, porque segue práticas de origens africanas. Dessa forma, debatemos que o corpo, a sedução e o sexo não são pecados nem errados. Assim, empoderamos nossas alunas”. O curso se divide em três módulos: o primeiro foca na libertação das pernas e do quadril; em seguida, o Grupo trabalha os arquétipos de deusas e alguns deuses do candomblé — Iansã, Oxum e Iemanjá, assim como Ogum, Xangô e Oxóssi; por fim, é apresentado um panorama geral de ritmos como o kudu-ro, dancehall e sons tradicionais da Bahia e do Rio de Janeiro. Na turma, há mulheres tanto da Zona Sul e do Centro quanto de Nova Iguaçu e da Tijuca, a maioria em torno dos seus 20 anos. “Trabalhamos também com a galera ‘tombamento’, o pessoal que curte rap e funk, mas que não se sente seguro em nenhum dos dois ambientes. Principalmente meninas mais novas, gays e transsexuais”, lembra Taisa.

Durante as oficinas, ela e Sabrina oferecem um local seguro para que as alunas possam se expressar sem os olhares e comentários opressores de homens que, majoritariamente, “inundam” os espaços onde o funk é celebrado. A reação é palpável: “sempre levamos a conversa em torno da liberdade corporal e de como ela influencia a maneira que você se veste, como você anda e a atitude que você tem. E essa é uma questão muito delicada, por mais que não pareça. Para muitas meninas, é uma vitória poder e conseguir usar um shortinho durante aquele período. Ali, ninguém repara se você tem ou não celulite. Elas estão em um ambiente seguro, sem padrões e sem cobranças estéticas”, esclarece Sabrina. E, por mais que esse não seja o foco, é inegável que o feminismo permeia o trabalho realizado pelo Afrofunk. “O que a gente aborda de fato é a liberdade, sabe? A liberdade de dançar e conhecer seu corpo. De entender a sua música e a sua história!”, defende Taisa.

VINCENT ROSENBLATT



O custo do Governo Federal com a Ocupação Militar na Maré foi de **600 milhões de reais**, em 15 meses. Já a Prefeitura do Rio gastou metade desse valor em seis anos em projetos sociais nas 16 favelas

O resultado da ocupação das Forças Armadas na Maré

Publicação revela a opinião dos moradores a respeito da presença do Exército

ROBERTO DE OLIVEIRA

Desde 2007, quando sediou pela primeira vez os Jogos Pan-Americanos, a cidade do Rio de Janeiro se tornou uma vitrine brasileira e atraiu os olhares do mundo para espetáculos diferentes do Carnaval. Com a mídia a seu favor, o País quis mostrar que estava pronto para organizar

grandes eventos como a Copa do Mundo e as Olimpíadas, como qualquer outra capital europeia. Mas para dar aos espectadores a sensação de segurança na cidade, os governantes decidiram utilizar um recurso questionável: a ocupação militar das favelas. Com a presença de policiais e militares das Forças Armadas, esses espaços foram declarados “áreas perigosas” e a mensagem enviada para a sociedade

era de que controlar as favelas com poder bélico era o melhor caminho para controlar a criminalidade.

Com cerca de 140 mil habitantes, o Complexo de Favelas da Maré foi ocupado pelas Forças Armadas durante 14 meses, com o objetivo declarado de preparar o território para a implementação de quatro Unidades de Polícia Pacificadora (UPP) – fato que jamais se tornou realidade. Conforme pedido feito pelo então governador Sérgio Cabral, que hoje se encontra preso por corrupção e lavagem de dinheiro, a ocupação militar na Maré aconteceu a partir do dia 5 de abril de 2014 e durou até 30 de junho de 2015.

A opinião dos moradores da Maré sobre a ocupação

Uma pesquisa coordenada pela Redes da Maré, com a parceria das instituições britânicas *Queen Mary University of London* e a *Newton Foundation*, revelou a opinião dos moradores a respeito dessa ocupação. O estudo ouviu mil mulheres e homens de 18 a 69 anos, residentes nas 15 favelas ocupadas por militares do Exército e da Marinha. Entre fevereiro e setembro de 2015, a equipe de entrevistadores aplicou um questionário com 54 perguntas sobre as ações dos militares na comunidade e o resultado mostra

que a ocupação não foi um sucesso como pretendiam divulgar o governo do Estado e o Ministério da Defesa. O resultado está publicado no livro “A ocupação da Maré pelo Exército brasileiro – Percepção de moradores sobre a ocupação das Forças Armadas na Maré”. “A ideia é chamar a atenção, pois a ocupação que houve, aqui, foi extremamente controversa, pois era algo que respondia a uma demanda de combater a violência e trazer Segurança pública, mas o que se viu com a pesquisa foi justamente o contrário”, disse a coordenadora geral da pesquisa, Eliana Sousa e Silva. “O morador, ao mesmo tempo em que estava dando uma entrevista, também considerava a pesquisa um espaço de desabafo, de como ele percebia isso e talvez não encontrasse esse espaço de fala em outros lugares”, afirmou Lidiane Malanquini, uma das integrantes da equipe de pesquisa. Os pesquisadores também conversaram com alguns militares do Exército e com integrantes de grupos civis armados (GCAs) que atuam na Maré (com exceção de milicianos), para ter uma visão mais ampla da ocupação, o que contribuiu para qualificar e aperfeiçoar a pesquisa.

As violações durante a ocupação

Com a autorização da Presidência da República, as Forças Armadas tinham poder de polícia e podiam efetuar prisões em flagrante, patrulhamento e vistoria. Com isso, a Maré ganhou ares de um verdadeiro território de guerra, com tanques circulando pelas ruas, soldados com armas de alto calibre, arames farpados e sacos de areia como barricadas. A principal revelação da pesquisa é que menos de 1/4 da população da Maré considerou a ocupação ótima (4%) ou boa (20%), enquanto o restante dos entrevistados avaliou a ação das Forças Armadas como regular (49%), ruim (12%) ou péssima (14%). Para 70% da população da Maré, a entrada das Forças Armadas não aumentou a sensação de segurança.

Charles Gonçalves Guimarães, presidente da Associação de Moradores da Baixa do Sapateiro, uma das comunidades ocupadas, disse que, no início, a relação entre os militares e a comunidade se deu de forma tranquila, porém, com o passar dos meses, a convivência ficou tensa. “O Exército perdeu um pouco do controle da situação, a comunidade também se descontrolou e a relação ficou violenta, com algumas vítimas fatais inclusive, mas para as Forças Armadas os problemas foram só arranhões, por isso, a ocupação não foi satisfatória para minha comunidade e acho que nem para o Complexo da Maré como um todo”, afirmou Charles.

Quando chegaram, os militares tentaram se aproximar e criaram atividades comunitárias e sociais, fazendo com que alguns moradores acreditassem na proposta do Exército para mudar o quadro de violência que até então a comunidade vivia. Mas a cada dois meses, havia uma mudança de soldados e também do comando da operação, fato que gerava abordagens diferentes, pois o comportamento da tropa dependia das orientações do comandante da vez. Segundo os dados oficiais divulgados pelo Ministério da Defesa, houve redução na taxa anual de homicídios durante

a ocupação na Maré, mas com o tempo, os militares começaram a cometer as mesmas violações de direitos praticadas por policiais.

Segundo a pesquisa, nove de cada 100 moradores tiveram problemas com os militares, sendo os principais a forma de abordagem (70%), agressões verbais (46%) e físicas (31%), danos aos bens materiais (15%) e diversas invasões domiciliares, fato comum nas operações policiais na Maré e que continuou acontecendo durante a ocupação do Exército. Levando-se em conta que são 47 mil domicílios nas áreas ocupadas, cerca de quatro mil podem ter sido revistados pelos militares e, em muitos casos, sem o consentimento do morador.

Conclusões

De fato, não houve pacificação na Maré, o que mostra que o modelo adotado não pode ser considerado um sucesso. A Unidade de Polícia Pacificadora (UPP) da Maré não saiu do papel e nem tampouco os grupos civis armados deixaram de atuar na região. Os gastos com a ocupação também são espantosos. Com a pretensão de tornar a região segura, o Governo Federal gastou cerca de 600 milhões de reais dos cofres públicos com as Forças Armadas em pouco mais de um ano,



Para ler o livro “A ocupação da Maré pelo Exército brasileiro – Percepção de moradores sobre a ocupação das Forças Armadas na Maré” em versão digital, acesse www.redesdamare.org.br/publicacoes e vá na aba livros e periódicos

enquanto a Prefeitura do Rio investiu, no período de seis anos, metade desse valor (R\$303 milhões) em projetos e programas sociais. Na época, o próprio Secretário Estadual de Segurança, José Mariano Beltrame, dizia que a solução policial era apenas a “ponta do iceberg”, e que o problema da violência deveria ser precedido por projetos sociais em áreas pobres.

Enfim, fica a impressão de que a verdadeira intenção das Forças Armadas com a ocupação era apenas o controle dos territórios para que a Copa do Mundo pudesse ocorrer sem maiores problemas, mas também fica o questionamento sobre o tratamento dado ao morador de favela pelos soldados, que representam o Estado brasileiro, a “Pátria Amada” e a “Mãe Gentil”. A população da favela, discriminada por diversos setores da sociedade, é a primeira a querer que as condições de Segurança pública melhorem, mas a solução não é fácil, como mostrou a ocupação militar na Maré, no Alemão e, ao que parece, em qualquer outro lugar onde não haja a participação da população local no planejamento das ações e maior presença estatal por meio do investimento em políticas sociais.

O/A SENHOR/A PODE INDICAR O/S TIPO/S DE INCIDENTE? PODE ESCOLHER MAIS DE UMA OPÇÃO				
	BAIRRO MARÉ	ÁREA 1	ÁREA 2	ÁREA 3
	n= 82 N= 8.072	n= 15 N= 2.099	n= 55 N= 5.684	n= 12 N= 289
AGRESSÃO FÍSICA	31%	28%	31%	51%
FORMA DE ABORDAGEM	70%	51%	78%	50%
INVASÃO DE DOMICÍLIO	29%	27%	30%	27%
AGRESSÃO VERBAL	46%	45%	48%	26%
DISCRIMINAÇÃO	24%	26%	23%	15%
DANO AOS SEUS BENS MATERIAIS	15%	–	21%	8%
OUTRA	9%	14%	6%	15%

FONTE: Pesquisa Percepção de moradores sobre a ocupação das Forças Armadas na Maré. Dados Primários: 2014/2015.
 NOTA: Os totais eventualmente diferentes de 100% se devem aos arredondamentos das parcelas.

Não dá pra ficar parado!

A oferta de atividades físicas nas favelas da Maré

HÉLIO EUCLIDES

Esporte é a prática individual ou coletiva de qualquer atividade que demande exercício físico, com fins de recreação, manutenção do condicionamento corporal e da saúde. Para alguns, o grande vilão é o aumento de peso, que atinge 2,2 bilhões de pessoas, ou seja, 30% da população mundial são obesas. Os moradores da Maré procuram diversas maneiras para a prática de esportes, com o objetivo principal de uma vida mais saudável para a mente e para o corpo. Flavio Alves é professor de Educação Física. Ele explica que o trabalho do corpo tem três esferas: o esporte, que é sistemático, com jogos e brincadeiras; a atividade física, que se faz no dia a dia; e o exercício físico, que é algo direcionado. “Qualquer uma das esferas é bom para acabar com o sedentarismo, prevenir o diabetes, a hipertensão e a má circulação. Eu trabalho o circuito funcional, *muay thai* [tipo de arte marcial], musculação e Pilates na Nova Holanda. Sempre quis implantar o circuito aqui, pois o morador da favela merece a mesma qualidade de vida de quem mora perto da praia”, afirma. Para ele, a prática do esporte hoje não é fácil. “Na minha época existia bastante área de lazer, muitos campos. Com o tempo, os espaços foram acabando, as crianças ficaram sem o incentivo de um bom lugar para a prática”, observa. Além do trabalho do circuito, ele atua no projeto Rio ao Ar Livre, na quadra do Nem, na Nova Holanda, pela manhã, que recebe os



Rodrigo Pedro, conhecido como **Fantasma**, treina diversas crianças na primeira Escola de Lutas José Aldo

idosos. Já na Praia de Ramos trabalha numa academia, e na comunidade de Rubens Vaz tem uma escolinha de futebol. “É bom lembrar que a atividade física não caminha sozinha, é preciso ter uma boa alimentação. O corpo é igual a um carro, precisa de gasolina para circular. Outros fatores importantes são o descanso e a frequência. Dessa forma, se constrói um bom atleta”, frisa.

A vila dos esportes

A Vila Olímpica da Maré, que funciona de terça a sexta, das 7h às 18h, com judô, capoeira, futsal, ginástica, futebol de campo, basquete, dança, atividades de pessoas com deficiência e da terceira idade. A Instituição tem como maior intuito realizar a socialização e a melhoria da qualidade de vida dos usuários, assim como captar futuros atletas de diversas modalidades esportivas.

“Na vila tenho grandes amizades, além de ter a saúde em primeiro lugar. O local reúne as atividades que preciso, igualmente crianças e idosos. Se não existisse, faria a maior falta. Lá se encontra professores que dão a maior atenção aos moradores”, exemplifica Jane dos Anjos Passos, que frequenta as aulas de zumba e hidroginástica.

Um circuito de exercícios

Quem passa em frente ao Parque Ecológico da Vila dos Pinheiros percebe diversas pessoas se exercitando na quadra de areia do futevôlei. Carlos Alberto Monteiro Souza, professor de Educação Física, realiza o treino funcional, com os seus 40 alunos. “O atleta tem um circuito, mas é respeitado o limite de cada um, o próprio condicionamento”, resume. “O ideal é uma alimentação de três em três horas, um exemplo é começar

o dia cortando o pão da mesa e adicionando batata doce e ovo mexido. Outra dica é a carne vermelha só ser consumida de dois em dois dias, sendo substituída por frango e peixe. Os vilões são as festas, onde se encontra apenas refrigerante /ou ainda refrigereco [refrigerante genérico], e sopa gordurosa, nunca suco natural”, conta. Para Carlos, o certo é o indivíduo procurar o médico para perder peso, e não apenas quando sofre com dor. No circuito, os alunos aprendem que não é só ficar magro, ver apenas o lado estético, o ideal é ter saúde. “Estava em depressão, com arritmia cardíaca e hipertireoidismo, então a endocrinologista me recomendou atividade física. Resolvi viver, e não preciso mais do remédio de tarja preta. Com essa atividade a vida mudou por completo, elevei a autoestima”, expõe a aluna Roselaine de Carvalho Mothe.

A caminhada e a corrida à procura da saúde

Na ciclovia do Conjunto Pinheiros se encontram dezenas de pessoas que caminham de um lado a outro. Luiz Carlos é um deles. “Caminho já há dois anos, por conta própria, comecei pelo excesso de peso. Esse exercício melhora bastante a vida, com disposição e melhor respiração. O ideal é a pessoa largar a televisão e escolher um espaço para caminhar”, aconselha. Já Ramires da Silva escolheu a velocidade. Ele corre há um ano na Cidade Universitária, de três a seis vezes por semana, com outros amigos, cerca de 20 pessoas, no início da manhã ou ao final da tarde. O grupo se denomina Maré Esporte, representa a favela em diversas corridas pela cidade, e nelas conseguiram algumas premiações por faixa etária. “Lembro que no meu primeiro dia não consegui dar uma volta ao campo. Hoje já alcanço 21 quilômetros. Um dia fazemos um treino pesado, e no outro algo mais leve, tipo uma corrida de cinco quilômetros, depende do preparo de cada um. É uma verdadeira terapia, esquecemos dos problemas”, argumenta. Ramires explica porque não corre perto de casa. “É mais seguro a Ilha do Fundão do que a Maré, na favela falta iluminação, e tem a violência, já tivemos um da equipe que foi baleado quando se exercitava”, reclama. Ramires manda um recado para quem tem uma vida sedentária: “recomendo a todos que, depois de lerem essa matéria, levantem do sofá para a prática de uma atividade física. No início é difícil, mas traz satisfação, é um vício saudável”, conclui.

A importância do esporte na infância

Na Maré, nos campos de futebol há sempre uma escolinha. No Conjunto Pinheiro, a escolinha do Mário movimentava 120 meninos e meninas, de seis a 13 anos, nas noites de terças e quintas. O treinador



Na Vila Olímpica há atividades para todas as idades e também pessoas com deficiência

“

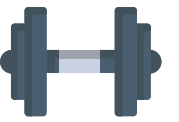
É bom lembrar que a atividade física não caminha sozinha, é preciso ter uma boa alimentação. O corpo é igual a um carro, precisa de gasolina para circular. Outros fatores importantes são o descanso e a frequência”

FLAVIO ALVES, PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

é Mário Alves do Nascimento, que realiza a atividade há 21 anos, e se emociona a ouvir ex-alunos renunciarem que o esporte ajudou na vida. “É muito bacana ver um menino que treinou comigo, trazer o seu filho para a escolinha. É o esporte passado de pai para filho”, declara. Para ele, quando se começa cedo no esporte, o aprendizado é rápido. “O esporte é bom para a saúde da criança, em especial quem tem bronquite e asma, os médicos recomendam. Mas a criança precisa gostar da prática, e nunca atuar por vontade dos pais”, alerta. Outro que incentiva o esporte nos primeiros anos é o atleta Rodrigo Pedro, conhecido como Fantasma, que treina diversas crianças na primeira Escola de Lutas José Aldo, nas tardes de segundas e quartas, na Associação de Moradores do Conjunto Esperança. São 600 meninos e meninas na faixa etária de seis a 16 anos, que se dividem em aprender boxe, judô, luta olímpica e *jiu-jitsu*. “Quando

se começa cedo no esporte, surge o desejo do exercício, e é algo contra a obesidade. Além de evoluir o desempenho escolar, melhora o comportamento em casa, e se tem uma vida saudável”, explica. Rodrigo entende que o esporte não é apenas para a carreira profissional, mas é fundamental e necessário para o crescimento pessoal do ser humano. “O esporte dá uma opção, e direcionamento, abre portas que muitas atividades não abrem. Eles vão a outros lugares sem carregar rixas, entendem que a guerra não é deles. Participam de competições em outras localidades, percebem outra realidade, são vistos com bons olhos e saem aplaudidos”, esclarece. O treinador conta que muitos brigavam na rua, e com o esporte aprenderam que a força é para ser usada na competição. “O esporte torna indivíduos vencedores, por isso acredito que no futuro teremos alunos da Maré defendendo as cores do Brasil”, finaliza.

ONDE CUIDAR DO CORPO NA MARÉ



PROJETO RIO AR LIVRE:

de segunda à sexta, das 7 às 10h, na Quadra do Nem, Rua Principal, Nova Holanda. Exclusivo para a terceira idade (gratuito).

ESCOLINHA DE FUTEBOL AEBAM:

segunda e quarta, das 15 às 17h, no campo do Rubens Vaz. Faixa etária de oito a 20 anos (gratuito).

STUDIO FUNCIONAL:

de segunda à sexta, às 18h, na Rua Teixeira Ribeiro (valor R\$ 70,00 mensais).

ACADEMIA 72:

na Praia de Ramos, faixa etária de 12 anos em diante (valor R\$ 60,00).

VILA OLÍMPICA DA MARÉ:

as atividades acontecem de terça à sexta, das 7 às 18h (gratuito).

TREINO FUNCIONAL:

quadra de areia do Parque Ecológico da Vila dos Pinheiros, de segunda à sexta, das 6 às 9h e das 18 às 20h (valor R\$ 40,00 mensais).

CICLOVIA DO CONJUNTO PINHEIROS:

local público, a caminhada ocorre no início da manhã.

CIDADE UNIVERSITÁRIA:

moradores correm a partir das 5h, e na parte da tarde às 17h.

ESCOLINHA DE FUTEBOL DO MÁRIO:

campo principal da Ciclovia do Conjunto Pinheiro, terças e quintas, às 17h (gratuito).

ESCOLA DE LUTAS JOSÉ ALDO:

Associação de Moradores do Conjunto Esperança, segunda e quarta, das 14 às 18h (gratuito).

Promover hábitos saudáveis de vida na Maré

LUCELIA SANTOS

DIRETORA DA DIVISÃO DE AÇÕES E PROGRAMAS DE SAÚDE – FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a prática de 30 minutos de atividade física de intensidade moderada, em cinco ou mais dias por semana. Hoje, o sedentarismo é um problema para a sociedade, principalmente pelas consequências não só para a área de saúde, mas também para os setores econômicos, ambientais, culturais e sociais e, por isso, o Ministério da Saúde escolheu esse tema como prioridade, para ser discutido e trabalhado junto ao cuidado das pessoas, destacando a importância de uma atuação de forma interdisciplinar e intersetorial.

Em 2009, no município do Rio de Janeiro, foi instituído o “Programa Academia Carioca”, que se constitui como um espaço mobilizador de promoção da saúde, por meio de ação comunitária e intersetorial, centrada na inserção da prática de atividade física regular nas unidades de atenção

primária à saúde. Por garantir o acesso da população a práticas que visem promover o bem-estar físico, mental e social, a Academia Carioca tem se constituído como um significativo dispositivo de construção de uma sociedade mais ativa e com estilo de vida mais saudável.

Hoje, o Programa Academia Carioca, por meio de sua equipe de profissionais de Educação Física e do trabalho das equipes de saúde da família, que direcionam e orientam a inserção no Programa, tem garantido a compreensão de que a atividade física é uma importante ação na saúde pública, capaz de contribuir para a redução de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão e diabetes, que tornam as pessoas mais expostas ao risco de infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral, principais causas de morte no mundo, atualmente. São vários os serviços ofertados, como: aparelhos de ginástica nas unidades de saúde, grupos de caminhada, ginástica e alongamento, dança de salão, capoeira, ginástica laboral, atividades culturais, atividades integradas com as equipes de saúde da família e Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASFs).



“Promover orientação comunitária para que as pessoas se alimentem melhor, independente da condição social, melhora a condição de saúde da população”

Na Maré, o Programa Academia Carioca da Clínica da Família Augusto Boal foi o primeiro a ser inaugurado e, atualmente, conta com alguns educadores físicos distribuídos pelas demais unidades de saúde desse território. Os espaços para as práticas coletivas, além da realização de atividades físicas, colaboram para a integração e o aumento do vínculo das equipes da estratégia saúde da família com a população assistida. Hipertensos, diabéticos, tabagistas, idosos e gestantes são grupos cotidianamente presentes nas atividades. Somente no primeiro semestre de 2017, na Clínica da Família Augusto Boal, foi possível realizar o cadastro de 1.300 novos participantes, com frequência diária de cerca de 150 pessoas, a maioria mulheres, e por volta de 6h30min a turma chega animada para a primeira aula do dia. É comum o entretenimento mesclando exercícios físicos com trocas culturais e também trabalhos se estendendo ao cultivo de hortas e plantas medicinais, contribuindo para divulgar possibilidades de melhorias na qualidade de vida tão necessária em cenários de violência, assim como favorece as atividades que expõem as pessoas a outros cenários fora da Maré, promovendo passeios turísticos de baixo ou nenhum custo.

As equipes de saúde da família recebem o apoio de nutricionistas e, juntos, buscam motivação, foco e melhoria dos hábitos de vida das pessoas. Promover orientação comunitária para que as pessoas se alimentem melhor, independente da condição social, melhora a condição de saúde da população. Nesse sentido, os agentes comunitários de saúde são fortes protagonistas, pois conhecem o cotidiano dos usuários, auxiliando no alcance das metas estabelecidas pelo médico de família, enfermeiro, educador físico ou nutricionista, além de desenvolver práticas integrativas, como a **AURICULOTERAPIA**, que interfere positivamente no componente emocional, importante para a motivação. Toda pactuação em saúde visando ao bem-estar do usuário e promoção da saúde é sensível aos profissionais, principalmente aos que trabalham na atenção primária, pois estes estão mais perto das pessoas que cuidam, e no contexto social onde elas estão inseridas, esse é o principal fator para que a experiência de incentivo a melhores hábitos de vida na Maré dê certo.

AURICULOTERAPIA é uma forma, de medicina alternativa ou complementar, baseada na ideia de que a orelha é um microsistema, com o corpo inteiro, representado no pavilhão auricular, a parte externa da orelha. Então, uma técnica de diagnóstico e tratamento baseada no pavilhão auricular. Aurículo (orelha) + terapia (tratamento), ou seja, um tratamento por meio da orelha.

A importância do cuidado contínuo

Tuberculose tem cura se o tratamento não for interrompido

HÉLIO EUCLIDES

A tuberculose é a doença infecciosa que mais mata no mundo. Por ano, são notificados cerca de 10 milhões de novos casos, e mais de um milhão de pessoas mortas. No Brasil, a cada ano são mais de quatro mil mortes. E o Rio de Janeiro é o segundo Estado do País com maior número de casos: 10.229, em 2015.

É uma doença contagiosa, causada por uma bactéria chamada *Mycobacterium tuberculosis* (ou bacilo de Koch). O controle da tuberculose acontece na busca ativa de casos, diagnóstico precoce e adequado, tratamento supervisionado até a cura. O método de tratamento mais utilizado consiste no uso de quatro antibióticos: Rifampicina, Isoniazida, Pirazinamida e Etambutol, que deve se prolongar por, no mínimo, seis meses. A única forma de curar a tuberculose é fazer o tratamento completo, sem interrupção. Breno Villela Albrecht é médico da Clínica da Família Adib Jatene, na Vila dos Pinheiros. Durante 10 anos de trabalho, já viu diversos casos da doença. “É uma luta contra a vulnerabilidade e ambientes insalubres. Vamos a cada um deles, incentivando o uso dos remédios, pelo prazo de cura que é de seis meses”, revela. A boa notícia é nunca faltar os remédios na Rede pública. Ele adverte que, ao interromper o tratamento, se cria resistência à bactéria. “Por isso,

precisamos não ter nenhum fujão”, afirma. A contaminação pode se dar pelo ar ou pela secreção do bacilo, mas a bactéria não resiste a 15 minutos de sol. “A transmissão não é fácil, mas há situações que contribuem como sistema imunológico debilitado, uso de drogas, fumo, alimentação inadequada, casas pouco arejadas e ausência de iluminação natural. Em muitas residências os moradores não abrem a janela, eu visito e fico com falta de ar. Difícilmente o bichinho da tuberculose vai pegar quem toma banho de sol três vezes por semana, limpa o filtro do ar condicionado, tem boa alimentação e faz exercícios físicos”, ensina.

O importante é vencer o preconceito

O médico lembra que doente só precisa ir apenas uma vez por semana ou ter a visita da equipe, quando recebe os remédios. “A Rocinha foi uma vitória, era o bairro com mais casos, hoje isso é passado, mudou a história. A Maré também foi um dos piores lugares, agora já estamos caminhando para sair desse patamar”, detalha. Para o diagnóstico, é feito radiografia do tórax. “Mas o exame do escarro é a chave do combate”, acrescenta. Para o Doutor Breno, o morador que tem tosse seca por mais de duas semanas, febre diária ao final da tarde e emagrecimento sem causa aparente, deve procurar o médico. “Sabemos que ainda existe o estigma, mas o importante é não esconder. Após 15 dias de



O médico **Breno Villela** na Clínica de Família Adib Jatene com os medicamentos oferecidos pelo SUS

tratamento, o risco de transmissão é zero. O paciente precisa de confiança e um aperto de mão. Não é necessário separar copos, talheres, roupas ou lençóis, já que a contaminação se dá apenas por via aérea, e não por objetos”, afirma.

Adenildo Raimundo dos Santos, de 44 anos, morador de Bento Ribeiro Dantas, teve tuberculose em 1994, fez o tratamento correto, seguiu as recomendações médicas e hoje está curado, sem nenhuma sequela. “O importante é procurar o tratamento. Não é difícil, mas no início, são mais comprimidos. O importante é não parar de tomá-los, pois com um mês o paciente já se sente bem, mas é preciso lembrar que o tratamento dura seis meses, e é preciso seguir à risca. Hoje não sinto nada”, explica.

Doutor Breno compara a tuberculose a outra doença respiratória: “a pneumonia precisa de 10 dias de tratamento, só que a febre passa já no terceiro dia, mas se o paciente interrompe o antibiótico, a doença volta com força total. Isso ocorre igualmente na tuberculose”, conclui.

“

Após 15 dias de tratamento, o risco de transmissão é zero. Não é necessário separar copos, talheres, roupas ou lençóis, já que a contaminação se dá apenas por via aérea, e não por objetos”

BRENO VILLELLA, MÉDICO



ELISÂNGELA LEITE

Bhega ao lado do boto e de seu caminhão-projetor no Novo Galpão na Praia de Ramos

Cineminha ganha um Galpão e Boto da Maré chega à favela

Músico traz para a Praia de Ramos escultura que homenageia moradores

ROBERTO DE OLIVEIRA

O músico Bhega Silva, de 58 anos, conhecido pelas canções ecológicas, pela reciclagem de óleo de cozinha e sua “bicicleta de som” tem perseverança. Há dois anos, luta pra trazer da Ilha do Fundão para a Praia de Ramos um dos Botos feitos de fibra de vidro, que fizeram parte das homenagens ao Rio de Janeiro nos 450 anos da cidade. A escultura do animal fez parte da exposição organizada pela Escola de Belas Artes da UFRJ, que usou o boto que é símbolo da cidade e aparece na bandeira da Capital do Estado. O boto da Maré pesa 250 kg e tem nomes de moradores e trabalhadores das favelas da Maré espalhados pelo corpo, um deles é o do próprio Bhega.

O ativismo ambiental e cultural do cantor que, há três anos, realiza por conta própria o projeto

Cineminha no Beco sensibilizou Maurício Neri Meireles, de 61 anos. Proprietário de um estacionamento na Rua Gerson Ferreira, na Praia de Ramos, próximo à Avenida Brasil, Maurício cedeu parte do estabelecimento para o ativista inaugurar mais um espaço cultural para a exibição de filmes e atrações artísticas, com entrada gratuita, com direito à pipoca e refrigerante. “A entrada é um sorriso”, diz Bhega.

O Boto da Maré

Quem quiser ver o Boto da Maré de perto e assistir um filme no Galpão, pode entrar em contato pelo Facebook do Cineminha no Beco. O músico quer utilizar a escultura para levar conhecimentos sobre o meio ambiente aos alunos de escolas públicas da Maré. Os botos são animais que eram vistos com frequência na Baía de Guanabara e algumas histórias sobre eles fazem parte do folclore brasileiro.

CINEMINHA NO BECO

ONDE: Rua Gerson Ferreira, 17 – Praia de Ramos – próximo à passarela 12.

TELEFONE: (21) 99206-5867

/cineminhanobeco



CENTRO de
ARTES DA MARÉ

PROGRAMAÇÃO

01/07 (SÁBADO)

- Bicicletada da Maré (rolê até a Quinta da Boa Vista)
HORÁRIO: 8h (concentração no CAM)

07/07 (SEXTA-FEIRA)

- Espetáculo Prática de Montação + Festa GayPira
HORÁRIO: a partir das 20h.

08/07 (SÁBADO)

- Show de Encerramento Travessias 5
HORÁRIO: 18h.

21/07 (SÁBADO)

- Bicicletada da Maré (rolê nortuno)
HORÁRIO: 19h.

TODA A PROGRAMAÇÃO É GRATUITA

O CENTRO DE ARTES DA MARÉ FUNCIONA NA RUA BITTENCOURT SAMPAIO, Nº 181, NOVA HOLANDA, MARÉ
TELEFONE: (21) 31057265
/centrodeartesdaclare



Lona Cultural
HERBERT VIANNA

PROGRAMAÇÃO

14/07 (SEXTA-FEIRA)

- Favela Rock Show, às 19h

24/07 (SEGUNDA-FEIRA)

- Dia da Música (3 shows), às 9h

28/07 (SEXTA-FEIRA)

- Apresentação Maré Sobre Saltos, às 19h

TODA A PROGRAMAÇÃO É GRATUITA

A LONA CULTURAL HERBERT VIANNA FICA NA RUA IVANILDO ALVES, S/Nº MARÉ.
TELEFONE: (21) 3105-6815
/LonaCulturalDaMaré

Perigo à vista

Cais dos pescadores, em Marcílio Dias, está a cair

HÉLIO EUCLIDES

Pescadores não podem mais atracar e aportar seus barcos para carregar e descarregar carga e embarcar passageiros. Pedacos de concreto estão na eminência de fechar a saída de esgoto, que desemboca na Baía de Guanabara. Em Marcílio Dias, o cais dos pescadores começou a ruir e o fim pode estar próximo.

“Ficamos sem um local para desembarcar. Vejo uma tragédia anunciada, já que o espaço é aberto, e podem ocorrer acidentes com crianças. Já vieram diversos secretários do governo que deram esperança, mas até agora nada. Devem voltar perto da eleição, para pedirem votos. Não é uma

obra cara, mas não temos como reconstruir”, revela Helder Anselmo, presidente da Associação de Pescadores de Marcílio Dias.

Luciano Aragão, vice-presidente da Associação de Moradores de Marcílio Dias está com receio de o esgoto travar. “O prefeito atual veio quando ainda era candidato e fez promessas, mas até agora nada. Se cair toda a estrutura a comunidade vai boiar em cocô. Queremos que a CEDAE venha, dê um parecer técnico e desvie o esgoto”, almeja. Apesar da proximidade com a Estação de Tratamento de Esgoto da Penha, a comunidade tem suas águas jogadas no mar. “Até o esgoto da Marinha vai para a Baía. Se tivesse um tratamento, o local teria mais peixe, melhor qualidade de vida, não entendo porque não é feito”, reclama.

De quem é a responsabilidade?

A CEDAE mencionou não haver relação do cais com a empresa. Que vistorias feitas anteriormente, junto com a Secretaria Municipal de Conservação e Meio Ambiente, constataram que a responsabilidade pelo cais é da Marinha e a tubulação obstruída não é de rede de esgoto, mas galeria de águas pluviais. A Fundação Rio-Águas disse que a questão não é de sua competência. A Fundação Instituto de Pesca informou que o cais pertence a uma cooperativa privada de pescadores. Completou que, tendo em vista a estrutura não pertencer ao patrimônio público, o Estado não tem como utilizar recursos dos cofres oficiais para sua recuperação. A Marinha do Brasil, por meio do Comando do 1º Distrito Naval, informou que a Capitania dos Portos encaminhou uma equipe de Inspetores Navais ao local. Ao constatar a precariedade das instalações, interditou o referido cais para atracação de embarcações, notificando a Colônia de Pescadores Z-11, a fim de promover a sua regularização. A Associação de Pescadores de Marcílio Dias confirmou a visita da Capitania dos Portos, e aguarda instruções para saber quais providências tomar.

A placa avisa o **perigo** para quem passa por ali



TEMOS DIREITOS!

SOMOS DA MARÉ.

O QUE ACONTECEU?

Na última operação policial, pessoas ligadas ao tráfico de drogas entraram na minha casa. Logo que percebi, saí de casa com meus filhos, com medo de acontecer algo conosco. Segundo meus vizinhos, durante a operação, policiais entraram na minha casa e prenderam as pessoas que estavam lá dentro. Enquanto arrumava minha casa, percebi que meus documentos pessoais e os do meu marido não estavam mais lá. Como devo proceder?

COMO AGIR?

Recomenda-se que, nesta situação, você procure imediatamente a Delegacia de Polícia mais próxima e registre um Boletim de Ocorrência. Só com este registro você poderá adquirir novos documentos. Hoje em dia é possível retirar novos documentos com muita facilidade. Basta ir a um dos postos chamados "Poupa Tempo", como por exemplo, aquele que se localiza na Central do Brasil.

Mas independente da ação da polícia ser legítima ou não em relação aos traficantes, os agentes policiais não podem invadir a casa de um cidadão sem mandado judicial ou flagrante delito. Isto constitui violação de domicílio e ofensa ao previsto no Art.5º, inciso XI, da Constituição Federal de 1988. Ofende também à legislação penal, processual penal e a direitos civis. Assim, com o Boletim de Ocorrência em mãos você poderá se dirigir à Defensoria Pública do Estado e ao Ministério Público, para que as responsabilidades civil e penal sejam apuradas. No caso do dano civil, será possível discutir judicialmente uma indenização por dano moral e material.

ENVIE SUA PERGUNTA PARA:
comunicacao@redesdamare.org.br

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Manteiga de (?): é típica do NE do Brasil	(?) batismal: vaso cerimonial de igrejas	Pais que elegeu Cristina Kirchner	O sorvete, por sua consistência	Resposta laconica	Muito conhecida	Símbolo de Celsius (Metrol.)	Tratamento de ajuda a cachorros com problemas emocionais	Que age por intuição
"As (?) enganam" (dito)								
Riso, em francês			Letra inicial da sigla de associações			Assunto de rotina no curso de Direito		
A pessoa objetiva e prática								Emanuelle Araújo, cantora baiana
Ataque sofrido por Aranha em 2014 (fut.)	Máquina que revolva e retira aterro		Indica o Oeste na rosa dos ventos			Em grau elevado Erva-mate, (em guarani)		
								Steve (?), guitarrista
Principal alimento dos bovinos	Corde apropriada para ele- vadores		Ator de "Amigos Inseparáveis" (Cin.)			(?) -delta, aparelho Treinar (animais)		Relativo ao campo
Faixa de frequência (televisão)						Arnaldo Niskier, pedagogo brasileiro		
Indivíduo indelicado e grosseiro (fig.)		Falha em motores						(?)/DC, banda de rock australiana
						Fazer (?): entreter		
						Armas de arremesso		
A carta jogada fora no jogo de buraco								"National", em NBA
								Rato, em inglês
Teatro de combates dos gladiadores		Conjunto dos números irracionais (Mat.)	Região fértil do sertão cearense					
Local de origem de Chico Bento (HQ)						Carro, em inglês		Instituto de Economia Agrícola (sigla)
						Editor (abrev.)		
		Gênero musical de "A Viúva Alegre"						

BANCO 3/cad — car — rat — val — 4/rire. 7/rativo. 8/al pacino. 10/pragmática. 12/ofensa racial.

MARÉ DE Direitos

ATENDIMENTO SOCIOJURÍDICO GRATUITO COM PROFISSIONAIS DO SERVIÇO SOCIAL E DO DIREITO.

SEGUNDA-FEIRA | 15H ÀS 18H
SEXTA-FEIRA | 9H ÀS 13H

REDES DA MARÉ

Rua Sargento Silva Nunes, 1012 Nova Holanda (ao lado da Praça da Nova Holanda)

WHATSAPP: 99924-6462

O WHATSAPP RECEBE FOTOS, VÍDEO E TIRA DÚVIDAS. AS INFORMAÇÕES QUE CHEGAM NO WHATSAPP SÃO MANTIDAS EM SIGILO.

Pixel Disney **MOANA** UM MAR DE AVENTURAS

Conheça a versão em quadrinhos do filme Moana!

UMA JOVEM CORAJOSA. UM SEMIDEUS. UMA INCRÍVEL JORNADA!

Solução

A	T	R	E	O	P	A	V	A	R
N	A	R	N	A	V	A	R	N	A
I	R	I	R	I	E	I	R	I	R
N	D	E	S	C	A	R	T	E	
V	S	O	D	R	A	D	S	A	L
C	B	A	P	A	N	E	A	C	
V	C	A	V	A	L	G	A	D	U
A	C	A	N	T	A	L	A	U	I
G	O	R	A	C	I	C			
O	P	A	S	T	O	I	A	V	
L	O	F	E	N	S	A	R	A	
L	O	F	E	N	S	A	R	A	
C	O	O	T	O					
C	P	R	A	G	M	A	T	A	
I	R	I	R	E	O	L	E	I	
S	A	P	A	R	E	N	C	I	A
P	G	C							