

ELAS

GAZETA DO SUL | SÁBADO E DOMINGO, 18 E 19 DE JULHO DE 2026 | NÚMERO 60

O PODER DO CONHECIMENTO

Marta Nunes fez da educação
um instrumento de
transformação social

PÁGINAS 4 e 5



EDITORA DO CADERNO ELAS
CARINA WEBER

carina@gaz.com.br

Carina Weber

RECADO DA EDITORA

Chegamos à 60ª edição do **Caderno Elas**. Sessenta edições com histórias de mulheres reais que inspiram e fazem a diferença. Na **capa** da publicação, a santa-cruzense Marta Nunes, professora universitária, cientista, ativista social e liderança política, compartilha sua missão de vida, que nasceu pelo amor à educação. Talento despertado pela cerâmica, que levou Mariana Wartchow a construir uma trajetória como artista e pesquisadora. Histórias de superação, como a da rio-pardense Jéssica Bastos, que mora há mais de três anos em um hospital com o filho, ambos portadores de doenças raras. Conteúdos voltados à saúde feminina, como a reposição hormonal: afinal, é indicada para todas as mulheres? Unido à campanha “Por Elas. Pela Vida”, o suplemento aborda a reinserção de vítimas de violência no contexto social e profissional. E, ainda, tem dicas de como enfrentar a estação mais fria do ano com sofisticação e conforto.

DESEJO DO MÊS

QDB + FRIENDS

A nostalgia de *Friends* ganhou espaço na nécessaire com a coleção especial da Quem Disse, Berenice? Inspirada em uma das séries mais populares da televisão, a linha reúne itens de maquiagem e cuidados com a pele em edição limitada: paleta de sombras Central Perk com embalagem que recria o icônico sofá laranja da série, com 12 cores; Berêstick 3 em 1 com batom, blush e sombra em um único bastão prático, com seis tonalidades; gel hidratante facial *This Really Does Put Me In a Better Mood* embalado em uma latinha ilustrada com o famoso apartamento da Mônica Geller; e nécessaire VHS.



Fotos: Divulgação/GS

As tendências que vão aquecer a estação

Os dias mais frios pedem conforto. No inverno de 2026, a moda aposta em produções versáteis para enfrentar as baixas temperaturas, sem abrir mão do estilo. A estação convida a resgatar clássicos do guarda-roupa em versões renovadas ao valorizar peças que transitam com facilidade entre diferentes ocasiões. Funcionalidade e personalidade se unem para criar looks elegantes e práticos. As sobreposições seguem como protagonistas da temporada, com casacos de diferentes comprimentos, jaquetas estruturadas e de modelagens amplas, além de tricôs em destaque nas produções.



PALETA DE CORES

A cartela de cores da Pantone para o outono/inverno 2026/2027, apresentada durante a Semana de Moda de Nova York (NYFW), equilibra tons terrosos, verdes sofisticados, vermelhos profundos, azuis marcantes e neutros elegantes. Tons vibrantes, como fúcsia e amarelo Acácia, entram em cena para trazer personalidade e contraste às produções.



BOTA DE MONTARIA

O modelo clássico retorna como uma das principais tendências da estação. Versátil, combina com vestidos, saias midi, leggings e calças mais ajustadas.



TRENCH COAT

Clássico atemporal, o trench coat ganha uma releitura mais curta nesta temporada, com versões cropped e modelos na altura do quadril.

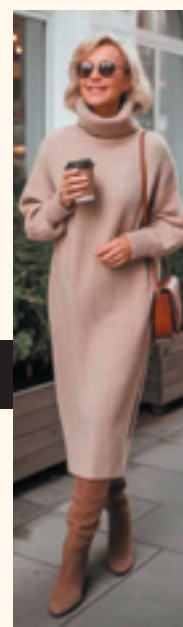


JAQUETA FUNNEL NECK

Com gola alta estruturada, que lembra um funil, a peça alonga a silhueta. Disponível em diferentes materiais, ganha destaque nas versões em couro.

VESTIDOS E BLUSAS DE TRICÔ

As peças podem ser usadas tanto sozinhas como em sobreposições. Na estação, aparecem em diferentes modelagens e texturas.



EXPEDIENTE

Edição: Carina Weber - carina@gaz.com.br Capa: Rodrigo Assmann | Quadro de fundo: Digo Tibano e Rusha Diagramação e arte-final: Márcio Machado

NUMERAÇÃO FEMININA ESPECIAL!



Números até o 43!

Marlene Calçados

Instagram @marlenecalçados_ (51) 99860-6475 RUA 28 DE SETEMBRO, 354 - SANTA CRUZ DO SUL



LAVIGNEA WITT

lavigne@gazetadosul.com.br

Divulgação/GS

Há encontros capazes de mudar uma vida. O de Mariana Wartchow com a cerâmica aconteceu ainda na infância. Ela iniciou sua trajetória após uma visita a um ateliê, promovida pelo Colégio Mauá, onde estudava na época, por meio da professora de artes Lora Griesang. Aos 12 anos, começou a ter as primeiras aulas de cerâmica. Desse ateliê – que ficava no subsolo de uma antiga casa, com acesso a um jardim que parecia secreto – ela nunca mais esqueceu. A professora acabou se mudando e Mariana interrompeu as aulas de cerâmica. A pausa durou um ano. Ao retomar os estudos, desta vez com a ceramista Clarisse Blauth, permaneceu por quatro anos sob a orientação da artista.

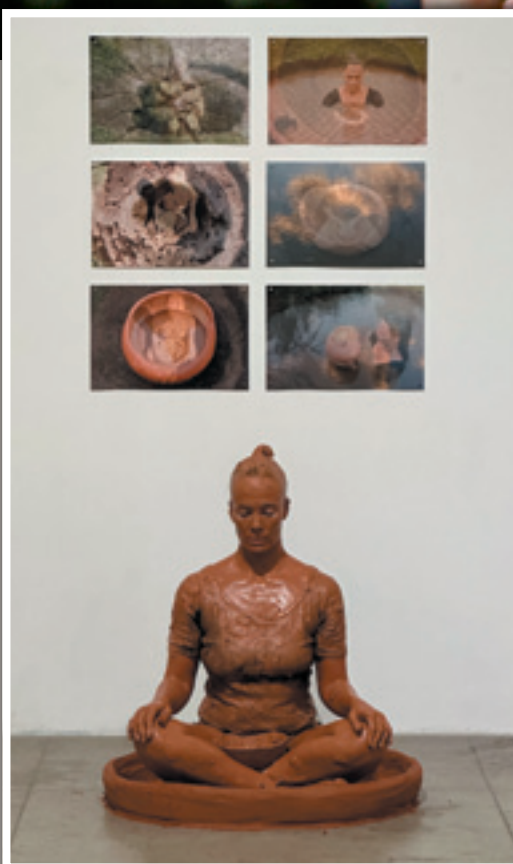
A carreira profissional de Mariana, hoje com 44 anos, começou na graduação em Fisioterapia, que conciliou com algumas disciplinas no Centro de Artes e Letras da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Ela seguiu produzindo cerâmica ao longo dos anos e montou um ateliê em cada casa onde morou. Em 2013, optou por cursar Artes Visuais na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Ufrgs). “Isso me conduziu a uma mudança de área de atuação, com as artes ganhando cada vez mais espaço, o que me levou a me dedicar integralmente à produção em arte e à pesquisa”, salienta.

Mariana concluiu o mestrado em 2025 e atualmente cursa doutorado em Poéticas Visuais no Programa de Pós-Graduação em Artes Visuais da Ufrgs. Segundo ela, a pesquisa envolve prática e teoria, ao unir a produção poética à reflexão e ao desenvolvimento teórico, tendo como referência o trabalho de outros artistas, inclusive de diferentes áreas.

Mariana iniciou sua caminhada nas artes com a cerâmica, que ainda produz; no entanto, tem trabalhado principalmente com performance. Ela destaca a obra “Pote para Aterrar”, realizada em São Paulo e Santa Cruz do Sul. Em relação à arte participativa, a santa-cruzense cita a série “Malas Gigantes”, na qual grandes colares de contas feitas de cerâmica são instalados em árvores de grande porte. A série reúne obras coletivas instaladas na Fundação Vera Chaves Barcellos e no Centro de Estudos Budistas Bodisatva, em Viamão; e no Instituto Yvy Maraey, em Porto Alegre.

Divulgação/GS

Mariana Wartchow: arte para desacelerar



Fernanda Krumel

MEDITAÇÃO E NATUREZA

Para Mariana, a espiritualidade está presente desde o primeiro contato com a argila. Ela percebe “o sagrado como imanente, sendo parte de tudo o que existe” e encontra nos elementos naturais uma conexão profunda. A meditação também atravessa seu fazer artístico, inspirando um processo mais lento e consciente. “Essa qualidade meditativa, que também se relaciona com o tempo, em um parar ou desacelerar, é o que busco levar para o meu processo artístico”, afirma.

A natureza também orienta as escolhas da artista, tanto nos materiais quanto nos processos criativos. “Antes de qualquer coisa, é um exercício de observar”, revela Mariana. Ao contemplar os ambientes naturais e os ciclos da vida, ela reflete sobre o impacto das ações humanas no meio ambiente, uma inquietação que também permeia sua pesquisa artística e tem aproximado seu trabalho da performance, em obras que valorizam mais o parar do que o fazer.

Ao refletir sobre sua trajetória, Mariana questiona a ideia de evolução e de exploração. Ela prefere pensar seu percurso a partir das relações e conexões construídas ao longo da vida. “Percebo minha produção e minha pesquisa cada vez mais conectadas com a própria vida, onde tudo se torna um exercício de perceber as interconexões”, explica. Seu desejo, agora, é seguir aprofundando essa consciência e compreender cada vez mais os fios que conectam sua criação ao mundo.

TUDO PARA CUIDAR DO SEU PET NESSE INVERNO!



- PET SHOP
- FARMÁCIA VETERINÁRIA
- CONSULTÓRIO VETERINÁRIO
- BANHO E TOSA
- ESTACIONAMENTO PRÓPRIO

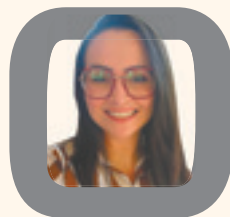


9 Rua Cel. Oscar Jost, 1307 - SCS

@mssulbichos

☎ 51 3715-4345 📞 99878-1944

Marta Nunes transformou



LUANA BACKES

luana.backes@gazetadosul.com.br

Ocupar espaços de poder nunca foi uma concessão pacífica para mulheres negras e de origem periférica. Em comunidades moldadas por estruturas tradicionais e privilégios históricos, romper a barreira invisível do preconceito exige mais do que talento; demanda uma postura combativa e uma sólida bagagem de conhecimento. A trajetória de Marta Nunes ilustra perfeitamente essa dinâmica de confrontar o destino preestabelecido.

Criada em um contexto onde os recursos eram escassos e o sobrenome não abria portas, ela identificou no ensino público a única engrenagem capaz de subverter as desigualdades de partida. Sua caminhada, que começou nos bancos escolares locais e alcançou centros de excelência global, não se limitou ao acúmulo de distinções científicas.

O diferencial da educadora reside na decisão de retornar às suas raízes com ferramentas de transformação real. Longe de se isolar no ambiente acadêmico, ela transformou sua vivência em um motor de inclusão social, trazendo o rigor dos laboratórios para a realidade de jovens que, assim como ela, no passado, precisam de referências para enxergar novas perspectivas.

Esse perfil examina os bastidores de uma vida pautada pela independência obstinada e pelo direito de ditar as próprias regras, ao mostrar que a verdadeira emancipação começa quando se recusa a pedir permissão para avançar.

“VAI TER A BARREIRA DO MACHISMO, DA MISOGINIA E DO RACISMO? VAI. MAS, SEM A EDUCAÇÃO, VOCÊ NÃO AVANÇA NADA.”

A infância nos bairros da Zona Sul de Santa Cruz do Sul ensinou cedo a Marta Nunes uma regra que não estava nos livros de química: em uma cidade majoritariamente branca, os pontos de partida são desiguais. Filha de operários, ela percebeu, ainda menina, que não tinha um sobrenome de origem alemã tradicional ou heranças a receber. No entanto, tinha uma percepção aguçada do mundo – o que ela mesma define como uma mistura de inteligência e astúcia.

Hoje, aos 55 anos, Marta é bacharel e licenciada em Química, mestre, doutora pela Universidade de São Paulo (USP), pós-doutora, professora universitária, ativista social e liderança política. Uma trajetória moldada por uma aposta alta e contínua na educação, mas, acima de tudo, por uma capacidade raramente perdoada em mulheres: a de se priorizar.

A trajetória de Marta é a prova viva do poder transformador do ensino público. Da base na Escola Estadual Alfredo José Kliemann ao ensino médio técnico na Escola Estadual Ernesto Alves, ela trilhou cada degrau entre as maiores notas da turma. Quando passou na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Ufrgs) para Farmácia, a realidade financeira de um curso integral a fez escolher o turno da noite e a Universidade de Santa Cruz do Sul (Unisc), conciliando as salas de aula com o trabalho em escritórios e laboratórios.

Essa vivência a transformou em uma entusiasta inabalável da educação como ferramenta de emancipação para grupos vulnerabilizados. Marta não apenas leciona há duas décadas na Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (Uergs), como faz a estrutura circular. No programa Meninas na Ciência, coordenou por dois anos um projeto de extensão na Escola Alfredo José Kliemann, levando meninas de 12 a 15 anos da periferia para o laboratório, despertando o interesse pela pesquisa. Desde 2021 está envolvida com uma formação conectada à Universidade Stanford e ao Instituto Canoa, de São Paulo, integrando atualmente o programa federal Mais Professores, do Ministério da Educação (MEC), para a capacitação continuada de docentes em todo o país.

“Se você fizer o seu curso e der o seu melhor, você vai conseguir. Vai ter a barreira do machismo, da misoginia e do racismo? Vai. Mas, sem a educação, você não avança nada”, defende.



Kitwe Narciso



hoffmann,spode
Desde 1903

**Há mais de 120 anos,
sua melhor visão.**

📍 No Calçadão da Floriano, 705
Centro | Santa Cruz do Sul.

📱 @hoffmannspode 📞 (51) 98142-2549

a educação em missão de vida

O “EGOÍSMO” SAUDÁVEL: A ARTE DE SE COLOCAR EM PRIMEIRO LUGAR

Se a carreira acadêmica de Marta é brilhante, é porque ela teve a coragem de tomar decisões difíceis e assumir o preço delas. Em uma sociedade que molda mulheres para o sacrifício e a abdicação, Marta escolheu caminhos diferentes.

Quando passou no mestrado na Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), estava noiva, com entrada dada em um apartamento em Santa Cruz do Sul e emprego garantido. Largou tudo. Pediu demissão e

partiu para Santa Maria com um colchão no ônibus. O noivado não resistiu, mas a convicção sim. Mais tarde, no doutorado na USP, o mesmo se repetiu com o atual marido, Flavio: ela arrumou as malas e foi para São Paulo.

“Eu sou vista como egoísta por muita gente. E daí? Em várias situações, me coloquei em primeiro lugar, tanto em decisões pequenas quanto nas maiores, profissionais ou pessoais. E tenho absoluta certeza

de que tomei a decisão certa.”

Essa firmeza também se refletiu na maternidade. Quando engravidou do filho Francisco, aos 35 anos, Marta se afastou completamente do laboratório devido aos riscos químicos. Viu seu currículo acadêmico desacelerar enquanto a carreira do marido ascendia, mas se manteve firme na escolha de viver aquele tempo, chegando a pedir uma licença de um ano, sem salário, para se dedicar exclusivamente ao filho.

CURIOSIDADES DE UM ESPÍRITO SEMPRE INQUIETO

Quem olha para a cientista rigorosa que já fez pós-doutorado na Universidade da Califórnia (UC), em Davis, nem sempre enxerga as peculiaridades que tornam Marta uma figura singular.

No ano passado, enquanto o filho se preparava para o vestibular, Marta decidiu se inscrever no Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) apenas para entender a experiência da prova. No domingo do exame, simplesmente esqueceu o compromisso e preparava uma caipirinha quando o marido a alertou. Entre risadas, largou o copo, foi levada por ele até a porta do local de prova e fez o teste. Sem ter estudado e nem se preparado para o formato exaustivo do exame, sua pontuação final foi suficiente para ingressar no curso de Direito na UFSM.

Uma grande atuação também é na cultura. Desde 2008, Marta é uma das mentes por trás dos projetos sociais aprovados da Sociedade Cultural e Beneficente (SCB) União, o histórico clube negro da cidade que completou 103 anos e que faz parte da trajetória da doutora. Ela aprendeu a entender editais públicos, acessar redes de parceria e captar recursos estaduais e federais, garantindo diversos diferenciais para a entidade.

Após disputar as eleições municipais de 2024 como



Marta na Universidade da Califórnia, em Davis

candidata a vice-prefeita, o horizonte de Marta continua mirando alto. Embora pondere os impactos em sua carreira acadêmica, planeja uma futura candidatura a vereadora e não descarta disputar a política universitária.

Para Marta, o motor atual não é o ganho financeiro, realidade que considera confortável e resolvida, mas a ocupação legítima de espaços de poder por quem tem a propriedade de representar mulheres negras e periféricas. Entre a ciência, a política e a inquietação herdada de sua mãe, hoje com 85 anos, Marta continua provando que o laboratório da vida exige coragem para misturar os elementos certos, mesmo que a reação desagrade a quem prefere o *status quo*.

TRAUMA DE CARNÊ

A infância de orçamento apertado, pagando as contas “boleto a boleto” e parcelando o rancho do mês, gerou um hábito rigoroso: Marta não parcela praticamente nada. Carro, casa ou compras menores, tudo é planejado para ser pago à vista.

O KIT FIADOR

No doutorado na USP, Marta foi acolhida por uma orientadora que se tornou sua fiadora e mentora. Ao descobrir que a professora guardava um “kit fiador” para ajudar estudantes de fora de São Paulo, Marta adotou a filosofia de repassar o apoio, tornando-se também uma rede de suporte financeiro e habitacional para seus próprios alunos de pós-graduação anos mais tarde.

O RETORNO E OS ESPAÇOS DE PODER

Marta sempre soube que precisava sair de Santa Cruz do Sul para progredir sem as amarras invisíveis do preconceito local. Entretanto, o plano sempre foi voltar com bagagem. No retorno, ela canalizou sua capacidade técnica de estruturação de projetos científicos para o terceiro setor.

Titiana
MESTRE E VIVÊNCIA

Espaço de acolhimento, escuta e transformação.

Contoterapia • Psicoaromoterapia • Reiki •
Atendimentos Individuais • Grupos Terapêuticos • Vivências

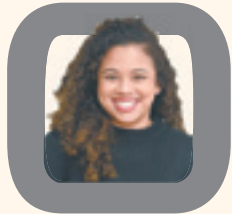
📍 Casa da Alma | Santa Cruz do Sul / RS

Saiba mais:



(51) 99173-7880

Reposição hormonal é para todas as mulheres?



KAROLINE ROSA

karoline.rosa@gaz.com.br

Ondas de calor, noites mal dormidas, irritabilidade, cansaço e mudanças de humor fazem parte da rotina de muitas mulheres durante a transição para a menopausa. Ainda assim, quase metade delas não busca tratamento. Pesquisa realizada em 2025, pelo instituto Ipsos, a pedido da Bayer, mostra que 44% das brasileiras não realizam nenhum tipo de tratamento para aliviar os sintomas dessa fase. O estudo também aponta que metade das entrevistadas já teve suas queixas minimizadas, tratadas como exagero ou encaradas como algo natural.

Mesmo sendo uma das alternativas mais eficazes para amenizar esses desconfortos, a reposição hormonal ainda é cercada de dúvidas. Afinal, toda mulher pode fazer? É preciso esperar a menopausa chegar? Ela aumenta o risco de câncer? Para esclarecer essas e outras questões, a ginecologista e mastologista Andréia Rauber explica o que é mito e o que é verdade quando o assunto é terapia hormonal.

REPOSIÇÃO PODE COMEÇAR ANTES DA MENOPAUSA

Embora muitos associem a reposição hormonal apenas à menopausa, a médica explica que ela pode ser indicada antes mesmo da última menstruação. Isso porque existe uma fase chamada perimenopausa, que integra o climatério e pode começar até dez anos antes da menopausa propriamente dita. É justamente nesse período que muitas mulheres passam a perceber mudanças no organismo, como calorões, suor noturno, alterações do sono, irritabilidade, cansaço, oscilações de humor e irregularidade menstrual.

Andréia faz questão de esclarecer que a terapia não deve ser encarada exatamente como um tratamento. “Não costumamos chamar de tratamento, porque, como o nome diz, é uma reposição de hormônios que o nosso organismo já não produz da mesma maneira do que antes”, explica.

Segundo a especialista, a terapia é indicada, a princípio, para mulheres que apresentam sintomas



da menopausa ou da perimenopausa e que não possuem contraindicações para o uso dos hormônios. Os principais utilizados são o estradiol e a progesterona. Em algumas situações, também pode ser indicada a reposição de testosterona, sempre após avaliação médica individualizada. Atualmente, segundo Andréia, a reposição costuma ser feita com hormônios chamados bioidênticos.

Engana-se quem pensa que o benefício da reposição hormonal está restrito ao alívio dos calorões. Conforme a especialista, a terapia também ajuda a preservar a massa óssea, reduzindo o risco de osteoporose. Além disso, melhora sintomas genitais, como o ressecamento vaginal e a dor durante as relações sexuais; diminui a recorrência de infecções urinárias e, em mulheres sem doenças cardiovasculares prévias, pode contribuir para reduzir o risco de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

De acordo com a profissional, a principal indicação da terapia hormonal é para controlar esses sintomas, mas não só isso. “Às vezes, a mulher não tem tantos sintomas; contudo, se ela não tiver contraindicação, é importante também usar a reposição hormonal, porque ela vai ajudar a evitar outras situações.”

QUANDO A TERAPIA NÃO É INDICADA

Apesar dos benefícios, Andréia ressalta que a reposição hormonal não é indicada para todas as mulheres. Casos de câncer hormônio-dependente, especialmente os de mama e de endométrio; histórico de trombose venosa profunda; embolia pulmonar; doenças graves do fígado e doenças cardiovasculares já estabelecidas, como infarto e AVC, estão entre as contraindicações absolutas.

Algumas condições exigem apenas avaliação individualizada e não impedem, necessariamente, o tratamento. É o caso de mulheres com hipertensão arterial controlada, alterações do colesterol e dos triglicerídeos ou histórico familiar de câncer de mama. Em algumas situações, inclusive, pode ser indicado um teste genético para investigar um possível risco hereditário elevado para a doença.

O medo de desenvolver câncer de mama, inclusive, é um dos principais fatores que levam muitas mulheres a desistirem da reposição hormonal. Segundo Andréia, porém, esse receio costuma ser desproporcional ao risco real. “Em números absolutos, o risco é muito pequeno. Aumentaria algo em torno de cinco a oito casos para cada 10 mil mulheres por ano.”

A especialista destaca que fatores como sobrepeso, obesidade, consumo de álcool, sedentarismo e alimentação inadequada representam um risco muito maior para o desenvolvimento da doença do que a própria terapia hormonal.

Outro receio frequente está relacionado aos efeitos colaterais. Segundo Andréia, eles costumam surgir, principalmente, no início da reposição e, na maioria das vezes, são leves. Dor nas mamas e pequenos sangramentos vaginais podem ocorrer durante o período de adaptação ao tratamento e devem ser acompanhados pelo médico.

Antes de iniciar a terapia hormonal, a mulher deve passar por exames como mamografia, ecografia mamária, ecografia transvaginal e exames laboratoriais. Essa investigação permite identificar fatores de risco e definir qual é a melhor estratégia para cada paciente.

Maria Florentino/Nove Oito Um

“A paciente tem que passar por avaliação ginecológica. Tem alguns exames que são essenciais antes de iniciar a reposição hormonal. Tudo isso sendo feito, e cada situação sendo bem avaliada, conseguimos fazer uma terapia de reposição segura e adequada para cada caso.”



ANDRÉIA RAUBER
Ginecologista

Estilo e elegância com

20% de desconto à vista!



Bota Vizzano
6x R\$ 49,99



Bota Modare
6x R\$ 41,66



Bota Dakota
6x R\$ 51,67



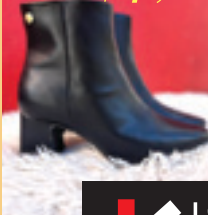
Bota Dakota
6x R\$ 48,32



Bota Dakota
6x R\$ 43,32



Bota Vizzano
6x R\$ 41,66



Bota Dakota
6x R\$ 51,65



Couro

LOJA KOUROS
DA TENENTE

📍 Rua Tenente Coronel Brito, 764 - Centro - Santa Cruz do Sul ☎ 51 99965-6311

Em busca da cura e da volta para casa



BRUNA FERNANDES

bruna.fernandes@gazetadosul.com.br

Nas redes sociais, Jéssica Bastos compartilha o dia a dia de como é morar em um hospital há mais de 1.200 dias. Rhavi, seu filho, foi diagnosticado com uma doença rara, a Síndrome de Noonan. Desde 2023, os dois vivem em um leito hospitalar. O menino, de 3 anos e 5 meses, necessita de acompanhamento médico diário e da utilização ininterrupta de equipamentos dependentes de energia elétrica, por tempo indeterminado.

A mãe e o tio de Jéssica formam a rede de apoio que a acompanha desde o primeiro dia de internação de Rhavi. Juntos, eles mantêm viva a esperança de celebrar o Natal deste ano em casa, ao lado da família e longe dos hospitais. Portadora de trombofilia de Síndrome do Anticorpo Antifosfolípide (SAF), doença autoimune em que o corpo produz anticorpos que atacam as células deixando o sangue mais propenso a formar coágulos (trombose), Jéssica precisou recorrer a medicações.

A jovem engravidou aos 22 anos. Natural de Rio Pardo, descobriu que estava grávida com seis semanas de gestação. Com a gravidez considerada de alto risco, Jéssica iniciou tratamento para preservar a vida do bebê. Ela precisou ser encaminhada ao Hospital Materno Infantil Presidente Vargas, em Porto Alegre.

Já na capital gaúcha, com 12 semanas de gestação, os médicos constataram que o menino era portador de alguma síndrome rara. Com 21 semanas, Jéssica e Rhavi foram internados. Era necessário retirar 1,2 litro de líquido do útero a cada duas semanas, sem anestesia, para que o bebê pudesse se desenvolver. O procedimento foi realizado cinco vezes, mas a probabilidade de mãe e filho não resistirem era alta. Os médicos optaram por realizar cesárea o quanto antes. Rhavi nasceu no dia 17 de fevereiro de 2023, sem batimentos cardíacos. Nesse dia, começou uma nova luta pela vida.

Rhavi tinha apenas 29 centímetros, mas pesava dois quilos devido ao inchaço. O recém-nascido precisou ser entubado, teve drenos torácicos instalados nos pequenos pulmões e foi encaminhado para a Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTI Neo). Durante o parto, Jéssica perdeu muito sangue e precisou receber transfusões. Dois dias depois, comemorou o seu aniversário com o melhor presente que uma mãe poderia ganhar:

conheceu Rhavi. “Não sei como me levantei, mas fiquei por cinco minutos e pude tocar no pezinho dele.”

Depois de alguns dias, Jéssica e Rhavi não estavam mais separados. Ao completar 54 dias, o bebê sofreu uma hemorragia intracraniana de grau 4 e as chances de recuperação eram muito reduzidas. Jéssica conta que, naquele momento, pesquisou na internet qual era a maior igreja de Porto Alegre e encontrou a Basílica Nossa Senhora das Dores. A mãe prometeu subir a escadaria do templo caso Rhavi apresentasse melhora e não ficasse com sequelas. No dia 31 de dezembro de 2023, ela pôde cumprir a promessa. “A força de uma mãe é muito parecida com o impossível. Se falarem para mim que não dá, vou dar um jeito. O Rhavi é tudo para mim.”

Em julho de 2023, a criança passou por uma cirurgia cardíaca e por um procedimento de cateterismo. Na mesma época, precisou realizar uma traqueostomia após ser diagnosticado com displasia pulmonar nos pulmões. Diante disso, Rhavi não precisou mais ficar entubado. Aos cinco meses, Jéssica viu o filho acordar pela primeira vez.

MOTIVOS PARA ACREDITAR

Rhavi tinha 11 meses quando os médicos descobriram que ele é portador da Síndrome de Noonan, doença genética rara que afeta o desenvolvimento físico. Jéssica explica que a condição de saúde do filho não é hereditária e que a síndrome dela não tem relação com o quadro apresentado pela criança.

Hoje, mãe e filho vivem juntos no Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Rhavi já realizou muitos procedimentos cirúrgicos, utiliza uma sonda importada, possui um cateter de longa permanência no peito e recebe 14 ml de leite três vezes ao dia. Além disso, é alimentado por nutrição parenteral.

Os profissionais de saúde que acompanham o caso relatam que, até o momento, a medicina não possui uma explicação para a forma como a criança vem se desenvolvendo. O menino aprendeu a falar “mamãe” pela primeira vez aos três anos. Jéssica luta, diariamente, para tirar Rhavi do hospital.



Divulgação/GS

A ESPERANÇA DO RECOMEÇO

Rhavi já contraiu diversos tipos de bactérias e vários vírus respiratórios que o fizeram ficar internado na UTI Neonatal por muitas vezes. Para Jéssica, ficar dentro do hospital é um risco maior para o filho. Assim, decidiu mover uma ação para solicitar o fornecimento de *home care* (modalidade de atendimento em saúde que assegura a continuidade do tratamento no domicílio do paciente). O Superior Tribunal de Justiça (STJ) deferiu o pedido e decidiu que tanto o Estado do Rio Grande do Sul quanto o Município de Porto Alegre devem dividir as despesas.

Os entes públicos solicitaram a revisão da decisão alegando que determinados medicamentos devem ser substituídos e que o paciente não necessita de alguns insumos. Os advogados da família recorreram solicitando o deferimento do tratamento total em casa. “O meu maior sonho é voltar com o meu filho para Rio Pardo”, afirma.

BÁRBARA FLORENCIO
Dermatologia

Sua pele merece o cuidado de uma dermatologista.

Dermatologia clínica e procedimentos estéticos com segurança e naturalidade.

☎ (51) 99701-1100

📍 Rua Marechal Deodoro, 949, sala 401 | Santa Cruz do Sul/RS

Saiba mais:



📱 @baflorencio.dermato



GAZETA
Grupo de Comunicação

51 98416-4590
WhatsApp-DEAM - SANTA CRUZ

Após a violência, mulheres buscam recomeçar suas vidas



PAULA APPOLINARIO

paula.appolinario@gaz.com.br

A violência doméstica deixa marcas que permanecem mesmo após o fim das agressões. Depois da denúncia e do rompimento com o agressor, muitas mulheres precisam reorganizar a vida pessoal, profissional e financeira. Algumas enfrentam um desafio ainda maior: recomeçar em outro endereço, como forma de garantir a própria segurança.

Segundo a psicóloga Indiana Silva, o isolamento da mulher de seus vínculos sociais e familiares já começa por atitudes do agressor no início do relacionamento. “O companheiro vai mostrar esse controle sobre a mulher, impedir que ela siga com esses vínculos.”

Quando retornam ao mercado de trabalho e retomam o convívio social, algumas vítimas podem apresentar ansiedade, sintomas depressivos e estresse pós-traumático. “Num primeiro momento, a impotência. Ela não se reconhece mais como um sujeito independente, vai ter dificuldade de construir relações. Então, restabelecer esse vínculo é um processo.”

Para outra parcela das vítimas, o desafio profissional é maior. Muitas nunca tiveram uma ocupação remunerada e dependiam financeiramente do agressor. Nesses casos, o receio é ingressar no mercado de trabalho pela primeira vez e conquistar autonomia econômica. É o caso da Roselei Catita Ramos, 32 anos, que conseguiu sair de uma relação abusiva após 10 anos.

Ela havia se afastado da família e de

Fotos: Divulgação/GS



Finalização do curso contou com formatura para mulheres que buscavam qualificação profissional

amigos quando deixou Santa Cruz do Sul para viver com o agressor na cidade onde ele trabalhava. Longe de todos, ela viveu a violência em silêncio por medo de não conseguir sustentar os filhos caso saísse da relação. “Apanhei muitas vezes e permaneci calada. Tinha medo de passar fome, ele era o dono da casa, mantinha as contas”. Com a ajuda da avó, conseguiu retornar para o Vale do Rio Pardo e passou a trabalhar com serviços domésticos.

Anos depois, participou do Projeto Girassóis, uma parceria público-privada idealizada pelo Conselho Municipal dos Direitos da Mulher (CMDM), que reuniu mulheres em situação de violência doméstica para encontros de capacitação profissional. Doze mulheres participaram de oficinas com especialistas de diferentes áreas, que ofereceram acompanhamento individual para o desenvolvimento de seus projetos pessoais e reforçaram a importância do empoderamento feminino.

Conforme Salete Faber, presidente do Conselho, trabalhar a qualificação profissional é uma das principais

políticas públicas para a reconstrução da trajetória de vítimas de violência doméstica. Ela ministrou aulas sobre liderança feminina e acompanhou as atividades junto com Estela Rovedder, representante da Corteva Agriscience, empresa apoiadora da iniciativa. “Criamos essa força em comum para que essas mulheres pudessem se fortalecer”, ressalta Salete.

O espaço também se tornou um ambiente de troca de experiências entre as participantes. Roselei conta que, durante os encontros, percebeu que a sua história não era exceção e entendeu a importância de compartilhá-la para incentivar outras mulheres a romperem relacionamentos abusivos. “Se existissem espaços como esse quando era vítima da violência doméstica, talvez tivesse conseguido sair antes daquela relação.”

O projeto foi além da qualificação profissional e buscou acompanhar a realidade de cada participante, desde aquelas que já estavam inseridas no mercado de trabalho até as que ainda procuravam uma oportunidade. Diante dos resultados, o Conselho já planeja uma segunda edição.

O PAPEL DO ACOLHIMENTO

A Lei Maria da Penha prevê, em seu artigo 9º, que a mulher vítima de violência doméstica possa ser afastada do trabalho por até seis meses, por determinação judicial, sem perder o vínculo empregatício. A reintegração social, porém, pode ser marcada por novos desafios.

Além dos impactos emocionais apontados pela psicóloga, as vítimas passam a enfrentar uma série de preocupações após a denúncia. Entre elas estão o acompanhamento das medidas legais e dos desdobramentos do caso; a insegurança em relação ao agressor; e as mudanças na situação financeira, especialmente quando há filhos. Nesses casos, a atenção se volta para a saúde mental das crianças e dos adolescentes.

Por isso, o ambiente de trabalho exerce papel fundamental no processo de reorganização da rotina da vítima. Mais do que um espaço de trabalho, deve ser um local de acolhimento e segurança, para que ela consiga dar continuidade às suas atividades profissionais. “É preciso pensar em uma flexibilidade de horários”, orienta a psicóloga. O apoio humano também é crucial. “Um ambiente onde ela se sinta mais acolhida, com menos pessoas, ou que tenha uma pessoa de referência dentro dessa empresa para dar esse suporte”.

Da mesma forma, o acolhimento da rede de apoio pode contribuir para que ela rompa o ciclo da violência com mais rapidez. Esse suporte também favorece o resgate da autonomia e da autoestima, além de contribuir para que ela volte a se reconhecer como parte da sociedade.

Também é essencial que a mulher e seus dependentes busquem acompanhamento psicológico, já que a violência pode deixar marcas na saúde mental. Esse cuidado contribui para a recuperação emocional e, no caso dos filhos, pode ajudar a evitar a reprodução de padrões violentos na vida adulta.



Indiana:
suporte é
essencial

Sabor e tradição, que você merece!

Cardápio de congelados

Produto	Valor	Quant.
Filé ao molho madeira	R\$ 55,00	500g
Filé a parmegiana	R\$ 55,00	650g
Estrogonofe de Filé	R\$ 55,00	500g
Alcatra ao molho madeira	R\$ 45,00	500g
Almôndega ao molho	R\$ 35,00	500g
Bife a Parmegiana	R\$ 46,00	650g
Estrogonofe de carne	R\$ 45,00	500g
Feijão / Lentilha	R\$ 12,00	500g
Língua ao molho	R\$ 28,00	500g

Produto	Valor	Quant.
Lasanhas (bolonhesa, frango, legumes e brócolis)	R\$ 25,00	500g
Lasanhas (bolonhesa, frango, legumes e brócolis)	R\$ 35,00	750g
Torta de batata	R\$ 25,00	500g
Mocotó	R\$ 35,00	1kg
Feijoada	R\$ 35,00	1kg
Sopa de capeletti	R\$ 25,00	1kg
Sopa frango com legumes	R\$ 22,00	1kg



Rua 28 de Setembro - 90
3715.3133 99662-7849