

REVISTA

family talks

As telas e a infância — ou o que sobrou dela

Do cotidiano das escolas ao combate à pornografia, a era dos smartphones impõe novas perguntas. Terá a tecnologia nos roubado habilidades preciosas... para sempre?

Muito além da legislação:
como apoiar pais e mães
no trabalho e construir
uma empresa sustentável

Epidemiologista de
Harvard: "Famílias
sólidas são vacinas contra
problemas sociais"

Envelhecer no Brasil
ontem, hoje e amanhã:
uma conversa com a
historiadora Mary del Priore

2ª EDIÇÃO | ANO II
familytalks.org



Este material foi concebido e produzido por **Family Talks** (Associação de Desenvolvimento da Família – ADEF), uma Organização da Sociedade Civil de Interesse Público, sem fins lucrativos, apartidária e aconfessional, que mobiliza governos, empresas e sociedade pelo fortalecimento das famílias como estratégia para promover a transformação da realidade brasileira. O conteúdo foi construído com a colaboração dos autores convidados, que participaram gratuitamente de sua elaboração.

Diretoria Estatutária da ADEF/Family Talks

Gilberto Jabur — Presidente
Milton Camargo — 1º Vice-Presidente
Kleber Miranda — 2º Vice-Presidente
Alvaro Lemmi — Tesoureiro
Felipe Pouchucq — Secretário

Conselho Consultivo da ADEF/Family Talks

Alvir Hoffmann
Daniel Andrade
Jorge Nishimura
Sandro Elias
Sara Hughes
Thales Miranda

Equipe de Family Talks

Rodolfo Barreto Canônico — Diretor de Relações Institucionais e Governamentais
Emerson Gomes — Diretor de Operações
Amanda Cury — Diretora Comercial
Maria Clara Vieira Rousseau — Diretora de Comunicação
Maria Eduarda Manso Mostaço — Relações Institucionais e Governamentais
Letícia Barbano — Coordenadora de Projetos

Organização e Revisão

Maria Clara Vieira Rousseau

Design/Diagramação

Lucas Pontes
Édrya Medeiros
André Cordeiro

SUMÁRIO

Apresentação

Gilberto Jabur, presidente do Family Talks

05

Algumas palavras

Maria Clara Vieira Rousseau

07

ENTREVISTA COM JORGE NISHIMURA

Legado invisível

Maria Clara Vieira Rousseau

10

MUNDO DIGITAL

Depois da lei

Gabriel Milaré

17

MUNDO DIGITAL

Contra a poluição virtual

Rodolfo Canônico

20

MUNDO DIGITAL

O desaparecimento da infância... e da razão?

Pedro Sette-Câmara

24

PARENTALIDADE

Hostilidade insustentável

Letícia Barbano

28

PARENTALIDADE

Estranhos no ninho

Jota Borgonhoni

32

PARENTALIDADE

Cuidar para quê?

Maria Clara Vieira Rousseau

38

DEMOGRAFIA E ENVELHECIMENTO

Passado presente

(Entrevista com Mary del Priore) Maria Clara Vieira Rousseau

42

DEMOGRAFIA E ENVELHECIMENTO

Envelhecer não tem idade

Mariana Mello

49

FAMÍLIA NO MUNDO

Uma vacina para todos

(Entrevista com Miguel Ángel Martínez González) Maria Clara Vieira Rousseau

52

CULTURA

Educar para a beleza

Hugo Langone

58

Caro leitor,

Há um ano apresentamos a você a primeira edição da **Revista Family Talks**, uma aposta despretensiosa que nasceu do desejo de aprofundar com nosso público as discussões em torno de um tema que diz respeito a todos nós: o bem-estar de todas as famílias do Brasil. Para nossa alegria, recebemos elogios, sugestões e palavras de encorajamento que nos motivaram a apostar em um projeto ainda mais ambicioso e maduro, fiel à missão que sempre nos guiou.

Quando, em 1978, surgiu a ADEF — Associação de Desenvolvimento da Família —, já estava presente em sua origem a convicção de que o fortalecimento dos vínculos familiares é o caminho mais sólido para o desenvolvimento humano e social.

Décadas depois, esse mesmo propósito deu origem ao **Family Talks**, um programa de advocacy cujo objetivo é lutar pelo pilar que a tudo sustenta: a família. Queremos convencer empresas, lideranças e o poder público a somar esforços por um futuro

mais solidário, próspero e verdadeiramente diverso, onde todos cuidamos e somos cuidados por quem primeiro nos conhece.

Produzida pela nossa diretora de comunicação, Maria Clara Vieira Rousseau, esta nova edição reflete o esforço de uma equipe que acredita na força das ideias e na importância de comunicar o valor da família com profundidade e elegância, longe dos ruídos estridentes que se esmeram em nos dividir nestes tempos.

Mais do que informar, queremos oferecer ao leitor uma leitura agradável, capaz de inspirar reflexões sobre a cultura contemporânea, o papel da família e as próprias decisões cotidianas que moldam nossas relações.

As páginas que seguem trazem artigos exclusivos que versam sobre os três eixos de trabalho do **Family Talks** — pais e mães, crianças e adolescentes e idosos — sem perder de vista os grandes

desafios do nosso tempo: a onipresença da internet e do mundo digital, o envelhecimento populacional e a crise demográfica que já se anuncia, bem como tantos outros desafios comuns à família no século XXI.

São temas que exigem de todos nós lucidez e responsabilidade para que possamos construir uma sociedade que cuide melhor de suas famílias — e, portanto, de si mesma.

Para acompanhar o **Family Talks** e conhecer nossos resultados, reserve uns minutos para percorrer nossos canais oficiais (www.familytalks.org) e **assinar nossa newsletter**.

Ainda com estrutura enxuta, seguimos comprometidos em avançar com excelência — e contar com quem compartilha dessa visão é essencial para o sucesso de nosso ambicioso objetivo: transformar a vida de todas as famílias do Brasil.

“

Mais do que informar, queremos oferecer ao leitor uma leitura agradável, capaz de inspirar reflexões sobre a cultura contemporânea, o papel da família e as próprias decisões cotidianas que moldam nossas relações.”



Gilberto Jabur

Presidente da ADEF / Family Talks

Algumas palavras

O que o leitor tem em mãos (ou na tela do celular, ou do computador...) é uma revista que eu gostaria de receber. Uma revista que, mesmo se não tivesse sido a responsável por selecionar seu conteúdo, eu leria até o final. Confesso que este foi o primeiro critério na elaboração desta coletânea. O segundo foram as famílias. Não as políticas públicas pela família, a “causa da família”: mas, sim, eu e você, mães e pais, avós e tios, donos de casa e de pequenos negócios, empresários responsáveis por dezenas de famílias, nós, que construímos todos os dias o Brasil pelo qual lutamos, um Brasil formado por famílias.

Pensar e discutir caminhos para o fortalecimento das famílias brasileiras é uma alegria, um privilégio revestido de trabalho proporcionado pelo **Family Talks**. Mas preciso dizer que as reflexões cotidianas que me comprazem de modo especial são aquelas capazes de moldar meu dia a dia como profissional, mãe e esposa. Não foi outra nossa intenção ao inaugurar esta revista: suscitar, no leitor, os mesmos questionamentos e propósitos aos quais somos impelidos em nosso trabalho de melhorar a vida de quem cuida — e, por consequência, de todos nós.

Nesta segunda edição, percorremos temas que tocam o cotidiano de quem educa, trabalha, envelhece neste século. São artigos que, partindo de perspectivas distintas, buscam compor um retrato dos desafios enfrentados pelas famílias brasileiras em um mundo em transformação.

Abrimos a revista com uma conversa com o empresário **Jorge Nishimura**, presidente do Conselho de Administração do Grupo Jacto, cuja história empresarial se confunde com a de sua própria família. Uma leitura especialmente útil para empresários e gestores que reconhecem o valor da família, mas ainda buscam formas concretas de apoiá-la em seus ambientes de trabalho.

Mundo Digital é nossa primeira editoria, à qual iniciamos com uma resposta à pergunta que certamente perpassou os pensamentos de pais, mães e professores tão logo anunciada uma das nossas maiores conquistas de 2024: a proibição aos celulares nas escolas. Sabíamos que seria este o primeiro passo de uma longa transformação em curso, e mostramos como as escolas estão descobrindo, na convivência sem telas, um novo vigor educativo.

Em seguida, nosso diretor-executivo, **Rodolfo Canônico**, aborda com pragmatismo e bom senso outro tema inescapável aos responsáveis por crianças e adolescentes da atualidade: se a pornografia é uma constante na internet, e esta, por sua vez, é a nova e inescapável praça pública, como preparar nossos filhos para navegar por estes mares com segurança e dignidade? Então, provocamos o leitor a um passo além: estamos acostumados a debater sobre como a tecnologia muda nossos hábitos. Talvez estejamos nos esquecendo de perguntar: o que ela tirou de nós?

Em **Parentalidade**, tentamos responder a um questionamento que também nos é muito caro: como as empresas podem apoiar, de forma prática e realista, suas funcionárias que se tornam mães? Celebramos, também, uma de nossas mais relevantes conquistas recentes — o avanço da Licença Paternidade no Brasil — e refletimos sobre o maior desafio para sua implementação: como transformar uma cultura que desvaloriza o cuidado?

Mas o cuidado não se limita à infância. Ele se prolonga, transforma-se e volta em novas formas ao longo da vida — especialmente quando os filhos crescem e permanecem sob o mesmo teto, enfrentando juntos os desafios de uma geração que amadurece mais tarde. Pesquisas recentes indicam que o número de adultos entre 20 e 35 anos que continua a morar com os pais mais do que dobrou no Brasil: o reflexo de um fenômeno global. Nesta edição, refletimos sobre as tensões e aprendizagens dessa convivência, e sobre a necessidade de amadurecermos o olhar sobre nossos pais.

Em **Demografia e Envelhecimento**, uma reflexão que por vezes passa ao largo da consciência sempre imediatista da juventude: envelhece-se todos os dias. Este, portanto, não deveria ser assunto apenas de geriatras e gerontólogos, mas de uma sociedade que se sabe circunscrita ao tempo e seus desmandos. Em entrevista, a historiadora **Mary del Priore** resgata a sabedoria dos “antigos velhos” e nos convida a repensar o papel dos idosos — não como peso, mas como herança viva.

Encerramos nossa seção **Família no Mundo** com uma conversa inspiradora com o médico e epidemiologista **Miguel Ángel Martínez-González**, pesquisador das Universidades de Harvard e Navarra, defensor da ideia de que famílias sólidas funcionam como vacinas contra as doenças sociais contemporâneas — da depressão à solidão. Um lembrete poderoso de que a saúde pública começa em casa.

Por fim, em **Cultura**, refletimos sobre algo que, mesmo frente às urgências cotidianas, não se deveria perder: a beleza. Descobri-la nas pequenas coisas pode ser o primeiro passo para formar adultos mais humanos e menos cínicos; quiçá mais capazes de contemplar e apreender desde cedo o valor inestimável do amor humano, em sua própria casa.

Boa leitura!

Maria Clara Vieira Rousseau

Diretora de Comunicação / Family Talks





ENTREVISTA

Legado invisível

À frente do Grupo Jacto, Jorge Nishimura explica por que famílias sólidas são o maior ativo de uma empresa.

MARIA CLARA VIEIRA ROUSSEAU

Em um mercado que demite cerca de metade das mães que retornam de licença-maternidade, que rechaça os mais velhos como “ultrapassados” e tampouco se dispõe a acolher e capacitar os mais jovens, o lema do empresário **Jorge Nishimura** soa como uma contradição: “famílias fortes fazem empresas fortes”.

Trata-se, na verdade, de uma lição aprendida a duras penas não apenas pelo presidente do Conselho de Administração do Grupo Jacto, mas também por seus irmãos, filhos e sobrinhos, todos herdeiros de Shunji Nishimura, o imigrante japonês que chegou ao porto de Santos em 1932 e lançou as sementes que se tornaria uma das maiores empresas familiares do país.

Aos 77 anos, o filho caçula do patriarca fala com convicção sobre temas que raramente aparecem em manuais de gestão, mas que, para ele, são imprescindíveis para o sucesso de um empreendimento: a estabilidade das famílias envolvidas – dos gestores aos colaboradores –, a fidelidade aos valores, a primazia do perdão sobre o lucro.

Em conversa com **Family Talks**, Nishimura reflete sobre o legado intangível das organizações e detalha como empresários e lideranças civis podem apoiar as famílias. Leia, abaixo, os principais trechos da entrevista.

No Brasil, cerca de 70% das empresas familiares não chegam à segunda geração. A Jacto, ao contrário, já está na terceira, mantendo estabilidade apesar dos desafios do mercado.

Em que medida isso tem a ver com os esforços da família Nishimura não apenas para tomar boas decisões de gestão, mas para permanecer unida como família?

A Jacto é uma empresa familiar, e quando falamos de empresas familiares, falamos de um projeto que se propõe a sobreviver através das gerações. Muitas empresas fracassam nas transições; isso é um desafio para todas, mas na empresa familiar existe um ingrediente relacional que torna a dinâmica mais delicada e complexa.

Gosto de enxergar a empresa familiar como um conjunto de, pelo menos, três áreas integradas: o negócio em si, a família e a propriedade (os acionistas/controladores). O sucesso no longo prazo depende de tratar essas três dimensões de modo adequado e coordenado.

Mas uma empresa familiar é mais do que produção e serviços: ela carrega um “ativo invisível”, que se traduz em um legado intangível. Crenças, valores, motivações são coisas que não se vê, mas que sustentam tudo, podem durar para sempre. A família não é apenas proprietária de um negócio; é também depositária de princípios, fé e relacionamentos.

Quais habilidades uma família precisa cultivar para construir esse ativo que se transfere para a empresa?

Estive à frente da empresa por vinte anos e, refletindo sobre o que contribuí nesse período, cheguei a um acróstico que resume boa parte do que nos ajudou a perenizar a organização: PEACE (ver quadro adiante).

Naturalmente, esses valores não podem ficar no papel. Eu escrevi um livro com treze capítulos sobre cada um deles, e nós criamos grupos de trabalho na empresa para debater uma lição por semana. É um processo interativo: todos leem, compartilham experiências e interpretam — porque valor não é matemática; exige compreensão vivida e equilíbrio emocional.

Estudos globais mostram que menos de 10% das empresas familiares chegam à terceira geração. Ao analisar as causas do fracasso, um fator salta aos olhos: a maioria dos casos decorre de conflitos familiares não equacionados. Por isso tenho dado tanta ênfase, nas minhas palestras, ao equilíbrio emocional e espiritual — o último E no acróstico.

Fala-se muito de mercado, estratégia e tecnologia, mas o grande inimigo da empresa familiar são as relações dentro da família. Se me perguntar qual foi nosso “segredo” até aqui, eu diria que conseguimos, de modo satisfatório, equacionar os cinco pontos do PEACE.

Como construir esse equilíbrio espiritual e emocional que o senhor entende como imprescindível?



Menos de 10% das empresas familiares chegam à terceira geração. Ao analisar as causas do fracasso, um fator salta aos olhos: a maioria dos casos decorre de conflitos familiares não equacionados.”

A primeira decisão a ser tomada em momentos de crise é: queremos ou não ficar juntos? Na Jaco, nós passamos por uma crise econômica severa que gerou crise familiar, e um consultor amigo nos confrontou com essa pergunta. Fizemos um pacto de unidade: “vamos ficar juntos, vamos resolver”. Não era obrigação; foi uma escolha — como em um casamento. Essa decisão reduz o ruído de “a qualquer conflito eu saio”. Essa ameaça constante de separação é um veneno.

O segundo alicerce é o amor — não no sentido sentimental, mas no sentido maduro. Naquela crise, meu pai chamou um professor amigo da família, que leu conosco o texto de 1Coríntios 13 (“o amor é paciente, benigno...”). Aquilo nos tirou do campo do ressentimento, “meu irmão fez isso ou aquilo”, e nos colocou em outra dimensão: paciência, esperança, suportar, fazer o bem. Essa compreensão mudou nossa forma de abordar os conflitos.

O terceiro ponto é o perdão: a capacidade de cancelar a dívida e seguir em frente. Não se fala muito de perdão em empresas, mas ele é fundamental nas relações internas, tanto entre colaboradores quanto entre familiares e sócios. Sua ausência mina a organização até torná-la inviável. Às vezes se perde dinheiro ou algo material ao perdoar, mas é quase sempre uma perda pequena diante do que se ganha no longo prazo.

O senhor sabe que, no meio empresarial, é bastante contraintuitivo defender escolhas que deixem o dinheiro em segundo plano. É isso o que muitos ainda enxergam quando se fala em “investir na família”. Como convencê-los de que se trata de um investimento estratégico, e não apenas caridade ou marketing?

Quando começamos a publicar nosso relatório social e financeiro, escrevi que queríamos ser uma empresa familiar com uma família forte — referindo-se à família Nishimura. Anos depois, ajustei a formulação para empresa familiar com famílias fortes, no plural: não basta a família controladora ser forte; precisamos que as famílias dos colaboradores também sejam, porque isso impacta toda a corporação.

Tome o divórcio como exemplo: ele desestabiliza a vida das pessoas. Há evidências de que a pobreza atinge mais quem vem de famílias separadas do que quem se mantém em famílias preservadas. Famílias monoparentais em geral têm renda menor, o que gera problemas sociais — e isso volta para a empresa. O colaborador não “desliga” a vida pessoal ao passar a catraca; ele



carrega suas dores para o trabalho. A renda cai, surgem dívidas, às vezes o funcionário pede demissão para sacar FGTS e pagar contas. Resultado: perdemos um ótimo profissional em quem investimos por anos. Em um contexto de *turnover* já elevado, isso é péssimo.

Diante disso, criamos em Pompeia o Instituto de Desenvolvimento Familiar Chieko Nishimura, para oferecer educação familiar aos colaboradores: relacionamento conjugal, parentalidade, educação financeira, além de um currículo para crianças. São dezenas de cursos, seminários e atividades para fortalecer o vínculo familiar. Fazemos isso há cerca de dez anos e expandimos para a comunidade de Pompeia.

De que outras formas um empresário pode apoiar famílias de forma prática?

O primeiro ponto prático onde mais investimos é na educação para crianças e adolescentes. Em Pompeia, mantemos um conjunto de escolas e cursos técnicos e superiores gratuitos, acessíveis a filhos de colaboradores e à comunidade. Ao passar por esses cursos, muitos jovens entram no mercado ganhando mais do que os pais, o que reequilibra a família. Também formamos pessoas com deficiência que são contratadas pela empresa.



Não basta a família controladora ser forte; precisamos que as famílias dos colaboradores também sejam.”

Outro pilar é saúde. Temos convênio para colaboradores e dependentes e estendemos, com custo reduzido, aos pais e sogros dos colaboradores. A lógica é a mesma: se a mãe do colaborador está doente, não dá para “virar a chave” no trabalho. Hoje, metade da população de Pompeia está sob o nosso convênio — isso dá tranquilidade familiar.

Também oferecemos um complemento à previdência: buscamos garantir que, após a aposentadoria, o colaborador receba cerca de 60% de sua renda atual, somando com o INSS. Numa cidade pequena, encontramos nossos ex-funcionários no mercado, na rua, e é duro ver quem dedicou décadas ao seu negócio passando necessidade. A previdência ajuda a preservar essa dignidade.

Além disso, no Instituto de Desenvolvimento Familiar Chieko Nishimura oferecemos gratuitamente educação familiar: relação conjugal, parentalidade, educação financeira, conteúdos para crianças, princípios e valores de vida. Também abrimos à comunidade. Nem todos participam, é voluntário; mas quem participa relata benefícios concretos.

Muitos empresários vão insistir que isso tudo custa caro. Como vocês enxergam o retorno?

Entre nossos dez valores, há uma palavra japonesa: *Bunpuku* — que traduzimos como “felicidade em compartilhar”. É pegar uma parte do que ganhamos e devolver em forma de benefício às pessoas e à sociedade. Quando perguntamos “por que a Jacto deu certo?”, vimos que essa visão foi determinante. Para nós, valores são uma questão de vida ou morte organizacional: o dia em que deixarmos de cumpri-los, começamos a dar passos rumo à decadência.



Se a mãe do colaborador está doente, não dá para “virar a chave” no trabalho.”

É difícil mensurar o impacto social e o retorno para a própria empresa, mas acreditamos que volta na forma de colaboradores mais estáveis, menor *turnover*, mais engajamento e em um ambiente social que sustenta o negócio. É verdade que o sistema tributário é pesado e a margem encolhe. Usamos todos os incentivos fiscais possíveis e complementamos com recursos próprios: o Instituto de Desenvolvimento Familiar, por exemplo, é caro e sai direto do caixa. Ainda assim, não devemos parar.

Essa, inclusive, é uma das razões pelas quais nunca me entusiasmei com a ideia de sociedade com multinacionais: um sócio externo poderia questionar por que destinamos recursos à Fundação ou a essas atividades, quando “o certo” seria distribuir aos acionistas. Nós queremos liberdade para carregar a nossa cultura familiar e os nossos valores. É custoso? É. Mas, no meu ponto de vista, não é dinheiro jogado fora — de alguma forma, retorna para a empresa.

Gostaria que deixasse um conselho final para as lideranças que valorizam a família, mas têm dificuldade de sair do discurso e partir para o apoio prático. Por onde começar?

Pela convicção de que a base de tudo é a família. Tudo o que existe de sólido na sociedade se alicerça na instituição familiar. Eu costumo dizer: famílias fortes fazem empresas fortes; empresas fortes, com famílias fortes, fazem uma nação forte. Se sonhamos com um país forte, com instituições robustas, necessariamente precisamos de famílias fortes. Não dá para construir uma “casa” com “tijolos quebrados”. É difícil corrigir décadas de desvalorização da família? Sim. Mas “difícil” não significa “impossível”.

Maria Clara Vieira Rousseau

Diretora de Comunicação / Family Talks

P

Propósito e visão de longo prazo, a identidade organizacional da empresa. Sem visão de longo prazo, a empresa se perde no caminho.

E

Estrutura de governo. É preciso haver ambientes distintos para cada tipo de decisão, evitando “embolar” família e negócio. Separar os fóruns evita que conflitos familiares contaminem a gestão.

A

Acordo. Por que estamos juntos e como permaneceremos juntos? O acordo é, por assim dizer, a constituição da família empresária.

C

Core values (valores). Uma lista explícita de valores organizacionais inegociáveis, que devem ser passados aos colaboradores. Valores são “coisas eternas”: valem hoje, amanhã e no futuro.

E

Equilíbrio emocional e espiritual. Cuidar do equilíbrio — individual e do sistema — é decisivo.



MUNDO DIGITAL

Depois da lei

Um ano sem celulares nas escolas transformou as salas de aula. O que realmente mudou?

GABRIEL MILARÉ

O primeiro dia letivo após a restrição legal ao uso de celulares nas escolas foi, para muitos, cercado de expectativas e incertezas. Houve quem acreditasse que a norma seria motivo de resistência intensa, protestos silenciosos ou boicotes por parte dos alunos. Em minha experiência, desde o princípio, a prática proporcionou uma oportunidade de ressignificar a vida escolar.

Naturalmente, o maior impacto se deu entre os estudantes, acostumados à rotina com *smartphones*, e para que a mudança não se limitasse à proibição, criamos alternativas concretas de convivência. Jogos de tabuleiro voltaram aos corredores, dinâmicas coletivas ocuparam os intervalos, e itens que pareciam extintos — como câmeras analógicas e caça-palavras — ganharam espaço nas mochilas e mesas. O ambiente ganhou nova vida.

A nós, professores e gestores, não escapou o fato de que as aulas se tornaram menos fragmentadas pelas notificações e a participação dos alunos cresceu. O que parecia uma barreira, rapidamente foi ressignificado como oportunidade. O processo foi construído em conjunto, de forma acolhedora, e não apenas uma imposição legal.

Vale dizer que, em nossas escolas, o movimento para afastar os celulares das salas de aula é anterior à lei: ainda em 2023, certos de que o uso excessivo de telas estava comprometendo a atenção, o bem-estar e a qualidade do aprendizado e das interações, lançamos o projeto **Conecte-se com o que importa**. Quando a legislação foi aprovada, portanto, já estávamos em processo de adaptação. Por outro lado, somos um grupo com escolas em diferentes contextos, espalhadas por todo o Brasil, de modo que as iniciativas adotadas — antes e depois da lei — foram bastante diversas.



O imperativo de afastar os smartphones do aprendizado ultrapassa os muros da escola: exige uma reeducação coletiva.”

A transição se apoiou em três pilares: primeiro, cuidamos da infraestrutura. Era preciso criar espaços seguros onde os estudantes pudessem deixar seus celulares ao entrar em sala: chamamos de colmeias. Algumas unidades optaram por armários coletivos; outras por delimitar locais específicos para contato com os responsáveis. Depois, veio a formação docente: preparamos os professores para conduzir aulas sem a dependência dos dispositivos digitais. O terceiro e talvez mais decisivo pilar foi o diálogo com as famílias, construído em reuniões e encontros pedagógicos para explicar o sentido da mudança.

Enfrentamos resistências tanto por parte de alunos quanto de pais: em alguns casos, mensagens e ligações familiares foram usadas como justificativa para manter os aparelhos por perto. Episódios assim explicitaram como o imperativo de afastar os smartphones do aprendizado ultrapassa os muros da escola: exige uma reeducação coletiva, e a implementação da medida exigiu boa dose de escuta atenta, mediação paciente e, sobretudo, coerência.

Vencidos os receios iniciais, vieram as mudanças profundas, a começar pelo aumento das interações “olho no olho” e seus desafios inerentes: sem as telas como refúgio imediato, os alunos se viram obrigados a lidar com diferenças, divergências e conflitos de forma mais direta. Em outras palavras, a escola voltou a ser um espaço vivo, com todos os riscos e riquezas que isso implica. Essa convivência mais intensa exigiu dos estudantes novas formas de escuta e empatia — e também dos professores, que passaram a ocupar novamente o centro da experiência escolar. Com os olhos voltados para o educador e para os colegas, e não para uma tela, o vínculo entre professor e aluno se fortaleceu, devolvendo à sala de aula o seu papel de lugar de encontro e de aprendizagem compartilhada.

Tão certos estamos dos benefícios da restrição aos celulares quanto da máxima de que nenhuma lei se sustenta apenas dentro dos muros da escola: é indispensável que as novas práticas ecoem dentro das casas dos alunos. Por isso, defendemos que família e escola se reconheçam como extensões uma da outra. É em casa, afinal, que os novos hábitos se consolidam: com horários regulados, momentos sem telas e incentivo a atividades coletivas.

Quando escola e família, pais e professores, caminham juntos, o impacto é mais profundo e duradouro. Sem essa sintonia, a regra toma ares de imposição arbitrária, sem nenhum respaldo na vida cotidiana: não somos obrigados a usar cintos de segurança por mero capricho, mas pelo bem individual e comum. O mesmo se dá com a proibição aos celulares em sala e, nesse sentido, a lei é também uma oportunidade cultural.

Estamos diante de uma geração marcada pela pandemia, que encontrou nos eletrônicos um refúgio contra o desconforto do convívio direto. Retirar esse apoio artificial não é simples, mas abre espaço para algo essencial: o exercício da convivência real. A experiência dos últimos meses revelou uma dimensão mais ampla do papel da escola: mais do que ensinar conteúdos ou incorporar tecnologia, trata-se de formar cidadãos digitais conscientes, capazes de conviver com limites e de usar as telas de forma ética e equilibrada. Esse movimento, porém, só se consolida quando encontra continuidade em casa. A restrição aos celulares não é mero gesto disciplinar, mas um convite à co-responsabilidade entre escola e família — um esforço conjunto para reconstruir, na prática, o valor da presença e da atenção.



Gabriel Milaré

é professor de história e gestor educacional do Grupo Salta Educação.

@gruposaltaedu



MUNDO DIGITAL

Contra a poluição virtual

Combater a influência da pornografia em adolescentes exige presença — e uma boa dose de realismo.

RODOLFO CANÔNICO

A imensa maioria dos meninos — e, muito provavelmente, também das meninas — terá algum tipo de contato com material sexual durante a adolescência. Eis uma dura realidade que mães, pais e responsáveis resistem a aceitar. Ainda que bem-intencionada, essa recusa costuma colocar em risco a segurança e o desenvolvimento dos pequenos. Não se trata de minimizar o problema, mas de enfrentá-lo com realismo: uma família que pretenda evitar a todo custo o acesso de um filho a esse tipo de conteúdo é como um morador de São Paulo que espera que o filho não respire ar poluído. Descartada a alternativa impensável de trancafiar o garoto em casa, a estratégia precisa ser mitigar os efeitos deletérios da poluição, uma vez que é impossível evitá-la por completo em um mundo no qual já não se vive sem internet.

Alguns dados ilustram a dimensão do desafio: no Brasil, quase 10% dos jovens entre 9 e 17 anos relataram ter visto conteúdos sexuais online no último ano — muitas vezes de forma acidental — e 16% receberam mensagens com esse tipo de material. No exterior, os índices são ainda mais altos: nos Estados Unidos, mais de 73% dos adolescentes entre 13 e 17 anos já tiveram contato com esse tipo de conteúdo, e mais da metade antes dos 13 anos. Considerando-se que essas estatísticas são baseadas em autodeclaração, é muito provável que estejam subestimadas.

A experiência cotidiana confirma os números. Tendo nascido nos anos 1980, tive o privilégio de uma adolescência offline, na qual o acesso a esse tipo de material dependia de revistas ou vídeos em mídias físicas. A chegada da internet eliminou as barreiras, impulsionada pela pirataria e pela criação de plataformas gratuitas de compartilhamento de vídeos, como o YouTube. Os smartphones, enfim, nos trouxeram ao cenário atual: temos em mãos uma via irrestrita a todo o conteúdo online do mundo — do mais banal ao mais repulsivo —, bem como a seus mal-intencionados criadores e perpetradores.

Vale dizer que, quer isso se deva à ingenuidade ou ao resultado da normalização cultural do erotismo explícito, ainda há quem duvide de seus malefícios. Embora não haja consenso sobre causalidade, estudos recentes indicam nítida correlação entre o consumo precoce de imagens e vídeos sexuais e sintomas de depressão, ansiedade, solidão e baixa autoestima, além de culpa e estresse emocional decorrentes da percepção de perda de controle sobre o próprio comportamento. Também se observam efeitos sobre a autoimagem corporal, especialmente entre meninas, e distorções nas expectativas sobre sexo e relacionamentos, com impacto potencial na intimidade e na compreensão do consentimento.



Se pais e mães pretendem moderar o uso da internet por seus filhos, eles próprios terão de se submeter às mesmas regras.”

Por tudo isso, o **Family Talks** insiste no valor insubstituível da ação coletiva — como se deu na aprovação do PL 2628, que, graças aos nossos esforços, garantiu a inclusão da exigência de sistemas de verificação etária confiáveis em sites de conteúdo adulto, apostas e bebidas alcoólicas. É como o trânsito: mesmo fazendo tudo certo, ainda assim posso ser envolvido em um acidente. Assim, um chamado à responsabilidade coletiva é necessário.

Ao abordar as relações entre o acesso precoce e as mazelas descritas, estudiosos do assunto ponderam que fatores como valores familiares, gênero, histórico de trauma e nível de supervisão parental influenciam fortemente os resultados. Se a ciência e a experiência descrevem a vastidão do problema, também apontam para a eficácia da solução: a supervisão parental é decisiva para proteger crianças e adolescentes dos efeitos nocivos da exposição sexual precoce. Pais e mães ainda podem fazer muito — e com ótimos resultados — desde que atuem com realismo.

Reforço: por mais atentos e cuidadosos que sejam os responsáveis, há tanto material disponível,

em tantos canais e chegando a tanta gente, que é muito provável que seus filhos tenham algum nível de acesso. Para começar, portanto, é preciso superar a culpa e garantir que a educação oferecida em casa tenha muito mais influência do que qualquer conteúdo online. Em seguida, é necessário criar as proteções básicas: instalar filtros DNS nos roteadores para impedir o acesso a conteúdo adulto pelo wi-fi doméstico; adotar as recomendações dos melhores especialistas — smartphones apenas após os 14 anos, redes sociais depois dos 16. É amplamente comprovado que, nas redes, um adolescente chegará rapidamente a esse tipo de material; por isso, vale retardar o acesso até que tenha maturidade. Quanto ao uso de computadores pessoais, o ideal é permitir por tempo limitado, em ambiente comum da casa, conforme as recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria. Isso é o básico — necessário, mas não suficiente.

Também é preciso que cada família repactue o lugar da internet dentro de casa, para que a navegação não substitua o tempo de convivência familiar. Celulares não podem ter lugar nas refeições nem nos momentos de descanso em comum. Além disso, o uso da internet precisa acontecer em locais determinados, para finalidades específicas e por tempo limitado. Importante: se pais e mães pretendem moderar o uso da internet por seus filhos, eles próprios terão de se submeter às mesmas regras. Uma delas é decisiva: nada de internet nos quartos. Acredite, todos se beneficiarão da retirada dos smartphones das cabeceiras.

Uma conversa franca sobre o assunto, o quanto antes, também é necessária. Afinal, o leitor pode adotar todas as medidas aqui sugeridas — e muitas outras —, mas a família do amiguinho da escola

talvez não o faça. Conheço vários casos de crianças de 7 ou 8 anos que foram expostas a esse tipo de conteúdo dessa maneira. Nessa hora, é fundamental que a criança saiba o que fazer — e isso inclui contar para a mãe ou o pai. Assim, sem quebrar a confiança, os responsáveis poderão orientá-la, por um lado, e tomar as medidas cabíveis para evitar que o episódio se repita. Nesse sentido, o envolvimento de escolas, clubes e outros ambientes frequentados por crianças pode ser decisivo: quanto mais pessoas empenhadas em criar ambientes seguros, melhor.

Restrições, enfim, não bastam: o decisivo sempre será fomentar interesses saudáveis e diversos em crianças e adolescentes. Um jovem com um propósito claro tende a gastar menos tempo na internet; aquele que navega o tempo todo quer ser influenciador. Há tanta coisa interessante por aí — esportes, arte, ciência... será possível que nada desperte o interesse da garotada? Não acredito nisso. Poderíamos falar longamente sobre os problemas do atual sistema educacional e o motivo de ele raramente despertar curiosidade intelectual nas crianças, e isto seria uma outra conversa.

Mães e pais, contudo, ainda precisam conhecer seus filhos a ponto de intuir suas inclinações, gostos e preferências, e assim orientarem seu desenvolvimento de maneira personalizada. Proteger crianças e adolescentes da sexualização precoce é tarefa que exige, sobretudo, presença — quiçá, mais do que vigilância. E nenhum filtro tecnológico substituirá o cuidado amoroso de uma família.



Rodolfo Canônico

é especialista em políticas públicas para a família pela Universidade Internacional da Catalunha e diretor-executivo do **Family Talks**.

@rodolfocanonico

MUNDO DIGITAL

O desaparecimento da infância... e da razão?

Como a tecnologia redefine o mundo e o próprio pensamento.

PEDRO SETTE-CÂMARA



Gostaria de convencer o leitor a estudar a maneira como a tecnologia muda nossa vida, nossas ideias, nossa sociedade, e, para atingir esse objetivo, disponho de um espaço limitado. Espero elaborar um argumento retórico bem organizado, com as melhores palavras.

Parto do pressuposto de que o leitor e eu compartilhamos uma crença fundamental: a persuasão racional é um modo bom e legítimo de levar alguém a fazer algo que, em última instância, pode alterar sua própria maneira de ver o mundo.

Assim, ofereço de imediato meu melhor argumento: enquanto eu me esforço para dialogar com o leitor, a tecnologia, por outro lado, altera nossa mentalidade, nossa visão de mundo, nossa maneira de definir os objetos, sem proferir um único argumento.

Não se trata, absolutamente, de fazer comparações entre um antes e um depois da introdução de uma tecnologia, por mais inevitável que seja essa comparação para quem chega a 2025 com algumas décadas de vida. O estudo da tecnologia também não se restringe a notar que, com o mesmo computador finíssimo em que digito este texto, posso gerir os Seminários que ofereço, conduzir suas reuniões, ou, o que espero que nunca aconteça, deixar-me escravizar por um vício em pornografia.

O estudo da tecnologia vai além da preocupação com os conteúdos que estão nas telas ou com o fato de muitas crianças passarem o dia mirando telas. Esse estudo, também, não leva a nenhuma espécie de indiferentismo tecnológico, à atitude “houve uma grande mudança tecnológica no século tal e ficou tudo bem”.

O estudo da tecnologia é indispensável, por exemplo, para o conservador que está interessado em saber o que merece ser conservado. Isso porque um grande risco para esse conservador é tornar-se um mero rival da tecnologia, prestes a ser devidamente tratorado por ela. Mais ainda, eu diria que o estudo das tecnologias nos ajuda a entender o que é o ser humano, qual é a medida humana, e nos oferece critérios para lidarmos com as inovações da inteligência artificial — as quais já se abatem sobre as nossas cabeças.

O melhor exemplo do tipo de mudança de mentalidade trazida pela tecnologia é ainda o primeiro que estudei. Calouro da New York University, li para a matéria *Perspectives on Communication* uma das grandes obras de Neil Postman, *The Disappearance of Childhood*, depois publicada no Brasil com o título de *O desaparecimento da infância*, e hoje fora de catálogo. (Insisto com editores para que a obra seja republicada.)

Apesar do título, o livro não é mais um libelo ranheta contra a modernidade. Com um estilo simples e

acessível, nada acadêmico — mesmo tendo sido o fundador do programa de Ecologia da Mídia do Departamento de Educação da NYU —, Postman oferece um critério para a avaliação de crises culturais. E a maior parte do livro é dedicada não a explicar «que a infância está desaparecendo e por que isso é ruim», mas sim a explicar como a invenção do prelo por Gutenberg teve como efeito impremeditado a criação da noção ocidental de “infância”.

Esquemáticamente, a história é simples. Até a impressão da Bíblia por Gutenberg em 1455, poucas crianças tinham o privilégio de receber alguma forma de ensino, especialmente um ensino que não fosse imediatamente voltado para um trabalho (que elas realizariam ainda crianças). A invenção do prelo, porém, criou a indústria livreira. O livro, agora um objeto mais barato, acessível, que serve tanto para o esclarecimento quanto para o entretenimento, cria o desejo de leitura. Cria o público leitor.

Assim, as crianças começam a ser escolarizadas para que se tornem *leitoras*. Agora, fundamental é entender que a leitura, essa atividade que hoje está sendo modificada pelo aparato digital, tem propriedades muito específicas. Para ler, você precisa ficar quieto, sereno. Precisa ser capaz de acompanhar um raciocínio sequencial, ou a sequência dos fatos e das imagens de uma narração. Você fica concentrado, às vezes por horas a fio. O leitor participa tão ativamente da leitura que Marshall McLuhan disse que o livro era uma mídia “quente”, e a TV, diante da qual você fica passivo, estatelado, hipnotizado, uma mídia “fria”.

As crianças, então, estavam sendo preparadas para longos períodos de atenção concentrada.



O estudo das tecnologias nos ajuda a entender o que é o ser humano, qual é a medida humana, e nos oferece critérios para lidarmos com as inovações da inteligência artificial.”

Com o tempo, as crianças também começam a ser agrupadas em séries de acordo com a idade, e a receber materiais considerados apropriados para cada faixa. Vai caindo a ficha: se, com o objetivo de fazer das crianças bons leitores, elas são tratadas dessa maneira, então se manifesta nelas uma propriedade que reconhecemos como infância.

Porém, não foi só a escola — como bem observa Postman —, que ajudou a “construir” a infância. O próprio desenvolvimento do capitalismo fez com que não apenas os muito ricos pudessem ter casas com mais de um cômodo, reforçando a noção de intimidade — e a intimidade pressupõe uma barreira. As crianças deixaram de estar expostas à *intimidade* dos pais, e puderam desenvolver a sua própria.

É esta, enfim, a nossa noção de infância: a criança deve estudar, e não trabalhar. Deve ser poupada de certas realidades, que vão do sexo aos boletos, da violência mais crua e explícita ao tédio que pode corroer relacionamentos, da tomada de quase todo tipo de decisão.

Antecipando uma objeção do leitor, Postman não diz que a infância é uma criação puramente cultural, mas que ela é como a linguagem. Todo ser humano tem uma capacidade natural para a linguagem, mas para desenvolvê-la, precisa ter crescido num ambiente em que alguma linguagem seja utilizada. Sem esse ambiente, o que temos é Mogli, o menino-lobo.

Como foi que a infância desapareceu? Neil Postman faleceu em 2003 e não teve a dúvida ventura de conhecer o TikTok. Seus argumentos se voltavam para a televisão: uma forma de entretenimento com gratificação emocional imediata, que não exige nada do intelecto, e que mostra tudo aquilo que a cultura da palavra impressa escondia sem fazer força. Afinal, uma criança nem sequer entenderia um livro de adulto. Quantas crianças perderiam a inocência lendo *A amiga genial*? Mas quantas, vendo um filme, uma novela...?

Assim, dirijo minha injunção “estude a tecnologia”, seguida do exemplo da infância, a um leitor adulto no sentido mais pleno dessas palavras, leitor esse que talvez um dia tenha sido uma criança. Se não recorro a um vídeo cheio de cortes com música de fundo eletrizante, nem mesmo a uma sequência de parágrafos excessivamente curtos,

cada qual com ao menos uma frase impactante, não é porque eu não saiba escrever assim, mas para não solapar a minha própria mensagem. Como eu poderia querer preservar a leitura detida como valor e não recorrer a ela? E, se sei que essa capacidade de leitura detida esteve nos últimos séculos tão associada à infância, por que não preservá-la? Quais benefícios das novas tecnologias eletrônicas valem mais do que a concentração e do que a infância?



Pedro Sette-Câmara

é doutor em Teoria Literária
pela UERJ.

ps@pedrosette.com
substack: pedrosette.substack.com

“

**É esta, enfim, a
nossa noção de
infância: a criança
deve estudar, e
não trabalhar.”**

PARENTALIDADE

Hostilidade insustentável

Na contramão da sustentabilidade, o mercado de trabalho continua a ser avesso às mães. Como mudar esse cenário?

LETÍCIA BARBANO





Mais do que com mulheres, o maior preconceito no mercado de trabalho é com mães.”

Sou filha de uma nutricionista, formada pela antiga Universidade do Sagrado Coração de Bauru, na turma de 1986. Uma aluna bolsista, muito esforçada, que trabalhou durante toda a graduação para se sustentar. Os restaurantes industriais estavam em ascensão e, talentosa como era, ela almejava uma carreira na área. Seis anos depois da formatura, porém, foi demitida da empresa em que trabalhava, com a justificativa de que estavam “mudando a cultura” e precisavam de novos funcionários. Haviam descoberto, na verdade, que ela estava grávida.

No ano em que nasci, minha mãe perdeu o emprego. Pouco tempo depois, seria o meu pai, numa sucessão de eventos que marcariam para sempre a história da minha família. Trinta anos depois, eu ainda me deparo com notícias de mulheres demitidas porque decidiram levar a cabo o sonho de gerar uma vida, e essa história é a primeira resposta que me vem à cabeça sempre que, quando me apresento como pesquisadora focada em mães que trabalham, me perguntam: “por que mães?” se ainda não tenho filhos.

A segunda resposta é mesmo acadêmica e profissional: sempre me interessei por pesquisar

sobre temas relacionados a mulheres e, durante minha graduação, por sugestão de um professor, comecei a conduzir pesquisas com mulheres trabalhadoras. Ao me aproximar da literatura científica da área, confirmei o que já tinha percebido na prática: mais do que com mulheres, o maior preconceito no mercado de trabalho é com mães.

Já ouvi de empresas de consultoria que, uma vez que mulheres sejam postas em posições de liderança, especialmente através de iniciativas que se popularizaram como “cotas”, o resultado será diminuição na desigualdade de gênero e nos famosos “vieses inconscientes” – uma palavra bonita para preconceito – contra elas. Tenho uma pergunta: essas mulheres em cargos de liderança têm filhos? Amparada por evidências científicas, posso garantir que a maioria não. Se os esforços para inclusão de mulheres não estiverem centrados também na parentalidade, aquelas que têm filhos continuarão sem oportunidades para avançar em suas carreiras. E por quê? Porque vivemos em uma cultura materialista e individualista, onde lucro imediato é priorizado em detrimento das pessoas – um pensamento que, a longo prazo, não se sustenta.

É preciso ser franca: no curto prazo, contratar mães aumenta, sim, os custos da empresa, e a verdade é que o mesmo aconteceria com pais se os homens fossem tão presentes na vida dos filhos quanto as mulheres costumam ser: nesse cenário, contratar pais também traria “prejuízos”. Pais e mães, afinal, precisam participar de reuniões escolares, cobrir a falta da babá ou cuidar de crianças doentes. O que não é dito é que, a longo prazo, esses mesmos funcionários cotidianamente envolvidos com o bem-estar de seus filhos tendem a dar um retorno indireto para a empresa, por meio da aplicação das habilidades desenvolvidas na família – as famosas *soft skills* – como flexibilidade, gestão de tempo e paciência.

Uma empresa que contrata mães (e pais presentes) não é apenas mais produtiva: é também uma empresa mais humana, pois a parentalidade traz para o ambiente de trabalho aquilo que ele por vezes não tem por si só: o olhar singular, o respeito

ao tempo do aprendizado e à autonomia de cada colaborador, a habilidade de pedir e dar *feedbacks* assertivos e cuidadosos. É, no fim das contas, uma empresa sustentável, como tanto se deseja ser nos dias de hoje.

Também é preciso dizer que a sustentabilidade calcada no bem-estar das famílias se estende por toda a sociedade – atualmente, tão marcada pelo declínio demográfico – sem mães, não temos mais pessoas. Não será o momento de inverter a lógica materialista e individualista do mercado e começar a cuidar das mulheres dispostas a gerar e cuidar de novas vidas? Tenho para mim que, cedo ou tarde, valorizar a parentalidade nas empresas deixará de ser uma iniciativa bonita para se tornar necessidade. Espero que minha previsão se concretize logo.

“

No curto prazo, contratar mães aumenta, sim, os custos da empresa, e a verdade é que o mesmo aconteceria com pais se os homens fossem tão presentes na vida dos filhos.”



Letícia Barbano

é doutora em terapia ocupacional pela UFSCar e coordenadora de projetos do **Family Talks**.



COMO EMPRESAS PODEM APOIAR MÃES QUE TRABALHAM:

Planejamento da Licença Maternidade: setores de recursos humanos podem criar planos de afastamento e retorno ao trabalho para colaboradoras que engravidam. Um bom plano deve considerar quem assumirá suas funções durante a licença-maternidade, e se a funcionária deseja ser informada sobre o andamento de projetos durante o período, se o retorno será gradual ou imediato e como se darão as atualizações necessárias.

Campanhas para maior envolvimento dos homens no cuidado: grande parte da sobrecarga materna decorre da divisão desigual das tarefas domésticas e de cuidado. Campanhas internas que incentivem os homens a participarem mais ativamente dessas responsabilidades, evidenciando os benefícios de curto e longo prazo para a esposa e para os filhos, pode fomentar divisões mais justas.

Autonomia flexibilidade: em grande medida, o cuidado com os filhos é imprevisível por natureza. Oferecer horários flexíveis, banco de horas e autonomia para que mães e pais organizem suas agendas profissionais — como estabelecer prazos para entregas sem rigidez nos horários— são benefícios que valorizam a parentalidade.

Participação no Programa Empresa Cidadã: o Programa Empresa Cidadã incentiva a ampliação das licenças maternidade e paternidade, oferecendo benefícios fiscais às empresas participantes. No caso da Licença Maternidade, o período pode ser estendido de quatro para seis meses. A mãe tem a opção de converter os dois meses adicionais em quatro meses de trabalho em regime de meio-período, facilitando a transição de volta ao trabalho.



PARENTALIDADE

Estranhos no ninho

O amadurecimento carrega uma questão inescapável: como lidar com os pais na vida adulta?

JOTA BORGONHONI

Por que adultos têm tanta dificuldade para lidar com seus pais? Essa foi a questão que um dia levantei enquanto atendia uma paciente de 34 anos que, havia mais de seis meses, reclamava em sessão de sua mãe, a quem descrevia como narcisista. Apeguei-me ao assunto pois a moça em questão me lembrou de um incômodo guardado desde a faculdade: a esmagadora maioria das correntes de psicologia vê na relação entre pais e filhos um mero prolongamento da infância. Até hoje, muita gente defende que filhos adultos mantêm com os pais uma relação similar à que tiveram quando pequenos, e minha paciente, por essa ótica, não estaria fazendo nada fora do esperado. Sinceramente, eu não concordo.

É claro que a relação com os pais é a base emocional de todo ser humano. É a família — ou o que tiver sobrado dela — a primeira escola de vida do indivíduo. Porém, como diz um amigo meu, “a tendência é que os filhos cresçam!”, e alguns de nós, acreditem, até se tornam pais. O mundo infantil tem sua relevância, mas a maioria esmagadora das crenças que tínhamos quando crianças são substituídas quando crescemos. Prestes a fazer vestibular, quase ninguém responde o que “quer ser quando crescer” como quando era criança.

Aos quarenta, a resposta poderá ser ainda mais diferente. Se nossa visão do mundo profissional muda de forma radical conforme ficamos mais velhos, não faz sentido que as relações familiares continuem as mesmas.

Ainda assim, uma relação mal resolvida com nossos pais é fonte de inúmeros problemas: nunca deixo de me surpreender com o potencial destrutivo de se ter um mau relacionamento com aqueles que nos criaram. Digo sem exagero que é preciso pensar em como lidar com nossos pais na vida adulta o mais cedo possível e, quem sabe, mudar um pouco o disco no consultório do psicólogo! Abaixo, elenco quatro exercícios que podem ajudar bastante.

Humanize seus pais

Com o nascimento dos filhos, pais e mães assumem o papel intrinsecamente exigente de ensinar seus filhos a ser gente e, nesse caminho, é comum que assumam uma postura... pouco pessoal. Trata-se de um movimento natural: em prol da boa educação e respeito ao ambiente familiar, pais esforçam-se por omitir problemas e dificuldades, sempre antecipando e gerenciando as demandas da casa e da família. Para a criança, um

ambiente previsível e ordenado afetivamente é maravilhoso; mas muitos de nós, já adultos, podemos passar a vida sem nunca deixar de olhar para nossos pais a partir desse ponto de vista: como se eles estivessem em um pedestal. Para que se mantenha saudável, é preciso que a relação se dê de forma horizontal, de adulto para adulto. Caso contrário, o risco é desenvolver o que chamo de relação infantil ou juvenil.

A relação infantil se dá quando um adulto ainda vive, a qualquer custo, pelo princípio de que “meu pai e minha mãe são meus heróis”. Conhece aquele adulto que morre de medo de magoar os pais? Que acredita em tudo o que o pai diz, mesmo sabendo que não é verdade – seja por má intenção ou mero desconhecimento? Sabe aquela pessoa para quem todas as queixas da mãe são válidas (pobres de seus maridos e esposas...)? Esse tipo de adulto ainda mantém uma relação vertical, de uma admiração idealizada.

A relação juvenil, por sua vez, aparece quando o discurso do indivíduo é de que seus pais ferraram com a sua vida! Pode não parecer, mas esse olhar para a família também é vertical. Se na relação infantil o filho vê os pais como uma autoridade benévola, na relação juvenil o filho os enxerga como uma autoridade malévola – mas nem por isso deixa de ser dominado por eles.

Qualquer que seja o caso, a receita para tirar os pais desse lugar de autoridade é simples: basta olhar para eles como se fossem quaisquer outras pessoas, tentar entendê-los a partir de quem foram e quem são além de pais. Eu já pensei muito em quem são o Luiz Carlos e a Nilva, em como foi sair de uma cidade do interior do Paraná para



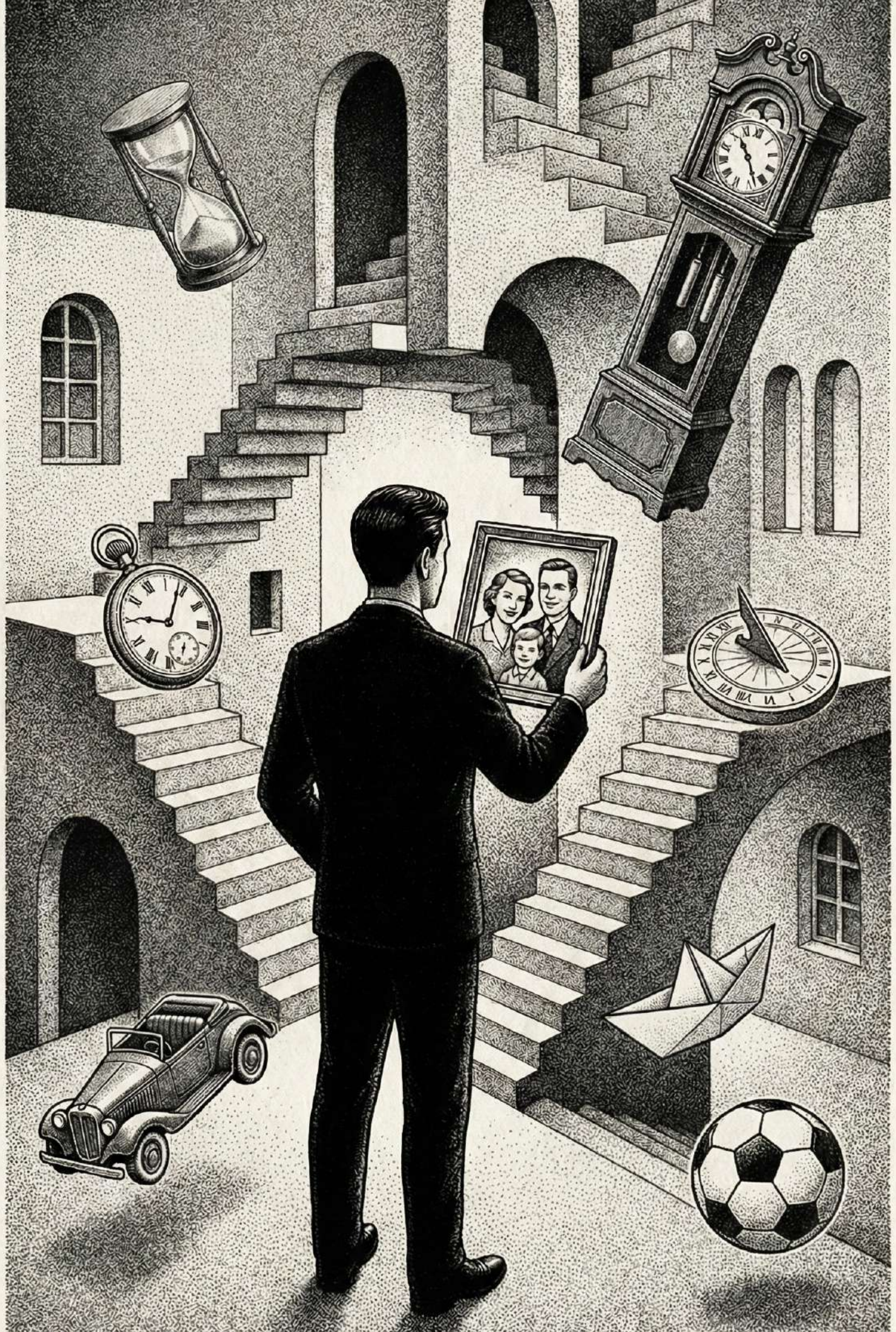
Colocando-nos de verdade no lugar dos nossos pais, podemos chegar à conclusão de que, na maior parte das vezes, eles fizeram o melhor que podia ser feito.”

criar três filhos em Curitiba. Imagine quais desafios familiares e econômicos seus pais enfrentaram, quais sonhos conquistaram, quais deixaram pelo caminho. E, principalmente, imagine como viveram quando tinham a sua idade – que será o centro do exercício a seguir.

Na teoria, muita gente diz entender os defeitos dos pais: “porque eles tiveram uma infância sofrida”, “porque apanharam quando pequenos”, “porque não tiveram instrução”. Em mais de uma década de consultório, porém, percebo que esse discurso muitas vezes é da boca para fora e, na prática, carrega ressentimentos muito vivos. Colocando-nos de verdade no lugar dos nossos pais, podemos chegar à conclusão de que, na maior parte das vezes, eles fizeram o melhor que podia ser feito.

O fruto não cai longe do pé

Se você imaginou a vida de seus pais quando tinham a sua idade, deve ter percebido que eles não são tão diferentes de você quanto podem parecer. Costumo dizer que sou filho do meu pai



por puro acaso, em outro metaverso poderíamos ser colegas de trabalho. Pense bem: se seus pais passaram por experiências parecidas com as suas, provavelmente você não está longe deles. Você pode estar, na verdade, muito perto de cometer alguns de seus erros. Já atendi um homem de 30 anos que reclamava muito da separação de seus pais, à qual atribuí grandes prejuízos, ainda que o fim iminente de seu próprio casamento o tivesse levado à terapia.

Refleta com cuidado: quais erros seus pais cometeram estão bem próximos da sua realidade? Ao me tornar pai e provedor da minha casa, entendi muitas posturas do meu pai, a quem eu considerava distante, sempre cansado e silencioso. Passei a ver um homem lutando para manter as contas em dia, sem pesar o clima da casa, sem reclamar. Na mãe que eu via como indecisa, encontrei apenas uma mulher tentando equalizar todas as relações e expectativas da família. A partir deste olhar, começaremos a entender as suas histórias sem colocar nossas demandas afetivas em primeiro plano.

Você não conhece seus pais

Na busca por esse novo olhar, é inevitável nos depararmos com uma verdade avassaladora: não conhecemos — e possivelmente nunca vamos conhecer — os nossos pais. Como já comentamos, é comum e saudável que um casal não conte para os filhos todos os seus problemas e preocupações, apesar da geração de “pais amigos” que temos por aí. Ocorre que, uma vez crescidos, os filhos tendem a crer que sabem tudo sobre os pais pelo simples fato de ter passado boa parte da sua vida na sua convivência.

Procure, então, elencar quais capítulos da vida dos seus pais você não conhece. Certa vez, atendi uma paciente revoltada com a mãe, que havia perdoado uma traição do marido. A moça fazia de tudo para que os pais se separassem, embora a mãe lhe dissesse para não se incomodar mais com isso. Como último recurso, pedi desculpa pela pergunta e questionei: “como é a vida íntima de seus pais?” Minha paciente levou um susto e me respondeu baixinho: “eu não sei”. Esse caso elucida meu ponto com clareza: não sabemos exatamente tudo que se passa ou passou na vida de nossos pais. Podemos, no máximo, imaginar — em alguns casos, pode valer a pena perguntar. Ainda assim, na grande maioria das vezes, uma nuvem de mistério continuará pairando sobre eles. Sejam sinceros: eu e você fazemos o mesmo com nossos filhos (e preferimos que continue assim).



Perdoar os pais não é passar pano para tudo o que fizeram de mau, submeter-se a relações francamente ruins ou colocar-se à disposição para ser feito de trouxa novamente.”

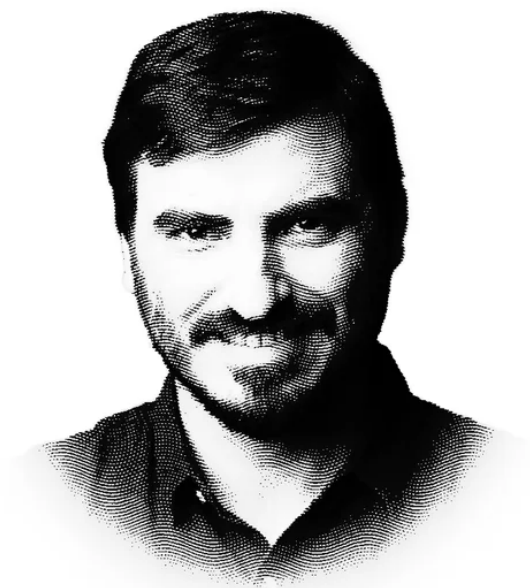
Complete o amor que lhe foi dado

Meu último exercício é o perdão. Não sou um etimologista, mas aprendi que o significado da palavra perdão é “entregar por completo”. Assim como a palavra “perfeito” significa fazer algo de forma plena, perdão significa “dar completamente”, entregar tudo. Digo isso porque você, como eu — com meus 40 anos na cara —, já deve ter percebido que a vida adulta nos exige boas doses de paciência e compaixão. Não seria diferente com nossos pais! Se você já conseguiu tirá-los do pedestal, olhá-los como pessoas, entender que sofreram o mesmo ou ainda mais do que você, erraram como você pode estar prestes a errar, e que grande parte de sua história será sempre desconhecida; creio que está pronto para entender que a melhor forma de lidar com nossos pais é perdoando.

Há quem diga que filhos devem ser incondicionalmente gratos aos pais apenas por lhes terem dado a vida. Mas esse argumento, embora nobre, não apaga nenhum sofrimento que tantos de nós passaram em família. Brigas intermináveis, pais separados que se odeiam, crises financeiras, descontroles emocionais, violências e abusos são realidades que não podem ser deixadas de lado: precisam ser reconhecidas, trabalhadas e resolvidas. Mas reitero que é preciso encontrar um caminho para o perdão.

Perdoar os pais não é passar pano para tudo o que fizeram de mau, submeter-se a relações francamente ruins ou colocar-se à disposição para ser feito de trouxa novamente. É, antes de tudo, permitir que a vida deles seja apenas deles, e viver a sua vida sem carregar amarras emocionais como herança.

O perdão é, por fim, o caminho final para o objetivo destes exercícios: quando cortamos o elo de dependência ou revolta, percebemos que nossas vidas não são determinadas pela vida dos nossos pais. Eles podem ter nos ajudado ou atrapalhado, mas nossas vidas são... nossa responsabilidade. Por isso, o último esforço interno a ser feito é o de assumir a vida nas próprias mãos e parar de olhar para trás. Não somos mais crianças que precisam de apoio e validação para tudo, tampouco somos mais adolescentes a culpar o mundo pelo que nos passa. Somos adultos, e como adultos devemos nos relacionar com adultos que são nossos pais.



Jota Borgonhoni

é psicólogo, supervisor de profissionais de saúde mental e fundador da Terapia do Bom Senso.

@jotaborgonhoni



PARENTALIDADE

Cuidar para quê?

O avanço da ampliação da Licença Paternidade foi uma de nossas maiores conquistas. Falta alcançar o coração do problema.

MARIA CLARA VIEIRA ROUSSEAU

Escrevo as primeiras linhas deste artigo poucos dias depois de o Congresso Nacional aprovar a ampliação da Licença Paternidade no Brasil. Temos muito do que nos orgulhar no **Family Talks**. Esta é, de longe, uma das nossas mais ousadas e importantes vitórias recentes: foram seis anos de articulação, desde que começamos a debater o tema no primeiro Seminário de Família e Desenvolvimento Social; apresentamos, ainda em 2019, um dos primeiros projetos de lei a tratar do assunto. À época, quase ninguém falava disso no país, de modo que a possibilidade de que pais brasileiros pudessem passar mais do que irrisórios cinco dias ao lado de seus bebês recém-nascidos tinha ares de utopia. Esteja você lendo este artigo dias, semanas ou muitos meses após sua publicação, é certo que ainda estaremos debatendo os desafios técnicos e econômicos da implementação da licença, mas também com um problema que parece insolúvel: o que falta para que homens sejam envolvidos no cuidado?

Os benefícios da presença paterna na vida das famílias, afinal, são amplamente conhecidos, como nos apontam as pesquisas aqui sintetizadas pela Coalizão pela Licença Paternidade (CoPai):

“Bebês com presença paterna constante dormem melhor, choram menos e apresentam maiores ín-

lices de desenvolvimento cognitivo e emocional, além de terem 47% menos chance de interrupção do aleitamento materno. Ter o pai em casa, participando dos cuidados durante o puerpério, previne a depressão pós-parto e reduz a sobrecarga materna. Crianças com pais presentes apresentam melhor rendimento escolar e menos problemas de comportamento; têm melhor desenvolvimento cognitivo e socioemocional e sentem-se mais seguras e confiantes para explorar o mundo. A neurociência também explica: nos dois primeiros anos de vida, o cérebro da criança realiza até 80% do seu desenvolvimento total e vínculos estáveis, de toque, voz e cuidado, são combustível para essa construção.”

Ainda assim, os gargalos persistem. Não por acaso, algumas das ressalvas mais frequentes à licença fundamentam-se na ideia de que, por causa dela, pais serão penalizados como são as mães, perderão parte de seu já escasso ganho, e tudo será ainda mais difícil. Naturalmente, não se pode evitar todos os cenários adversos, mas há respostas técnicas para essa objeção, como o prazo para adoção da licença, as condições das empresas abrangidas pela lei, os fartos recursos do Estado que escorrem por vias escusas, em vez de bem atender às famílias que lhe

sustentam. Estudos da Câmara dos Deputados estimam, por exemplo, que ampliar a licença para trinta dias custaria cerca de 0,02% do orçamento federal e menos de 1% do INSS, valor irrisório frente aos benefícios que virão.

Há, porém, uma realidade implacável, amarga, que insiste em se sobrepor às melhores intenções e práticas – aqui, também, generosamente condensada pelas parceiras da CoPai: a masculinidade brasileira ainda rejeita o cuidado. O homem que pede licença é visto como menos comprometido no trabalho, como se trocar fraldas competisse com planilhas. Nesse sentido, muitas outras análises apontam que o que se penaliza não é apenas o gênero de quem a exerce, mas sobretudo a atividade do cuidado.

Em outras palavras: cuidar não é visto como algo valioso, e nem as melhores políticas públicas – embora imprescindíveis – conseguem reverter este cenário por completo, por razões que extrapolam as cifras do Banco Central, mas que têm algo a ver com a economia. Foi o economista norte-americano Gary Becker quem ganhou o prêmio Nobel ao traduzir todas as relações humanas para o *economês*: segundo ele, todas as escolhas humanas, das decisões cotidianas mais triviais às mais relevantes, são tomadas com base em cálculos de custo-benefício, mesmo que não necessariamente financeiros, mesmo que intangíveis ou inconscientes. O mesmo se dá, pois, com o cuidado, de modo que a solução eficaz e duradoura para esta crise, em suas vastas dimensões – participação masculina, apoio à parentalidade, cuidado com os mais velhos etc – está, portanto, intrinsecamente ligada à questão: o que se ganha com o cuidado?



Estudos da Câmara dos Deputados estimam, por exemplo, que ampliar a licença para trinta dias custaria cerca de 0,02% do orçamento federal e menos de 1% do INSS, valor irrisório frente aos benefícios que virão.”

À primeira vista, pode-se levantar a hipótese de que é preciso convencer-nos todos de que cuidar nos faz feliz. Não é a felicidade, afinal, o expoente máximo dos benefícios intangíveis propostos acima? O problema é que, mesmo nas melhores condições, cuidar não necessariamente nos faz mais felizes – ao menos, não segundo as definições corriqueiras de felicidade, tão entrelaçadas à gratificação. É o que apontam rigorosos estudos elencados pela pesquisadora Elissa Strauss, autora do best-seller *When you care*, ainda sem tradução para o português. Para ela, a pedra de toque da valorização do cuidado jaz em uma via alternativa: “Talvez fosse mais fácil perceber os benefícios do cuidado se nos afastássemos da ideia de felicidade e nos voltássemos para a ideia de sentido”. Defende a autora: “A felicidade exige facilidade, o que não é uma característica do cuidado, enquanto o sentido exige atrito e crescimento.

O sentido, assim como — não por coincidência — o cuidado, exige tempo. Cuidar não é uma receita para ser feliz ou saudável, mesmo nas melhores circunstâncias. Precisamos voltar, repetidas vezes, à pessoa e à situação que exigem algo de nós e explorar o nosso lugar, o nosso sentido, no arco dessa relação singular e sempre em transformação”.

A boa notícia é que, nem por isso, deixa-se por completo a trilha da dita *felicidade*: não são poucos os especialistas da medicina, da filosofia e da psicologia a apontar que o senso de propósito é a pedra angular da felicidade verdadeira, duradoura, capaz de suplantar os cenários adversos inerentes à condição humana. Como seria um mundo em que nossos esforços fossem empregados em conferir ao cuidado o *status* que lhe é devido?

Insisto: não é que recursos financeiros, reconhecimento e apoio não importem. São imprescindíveis, porém insuficientes, mesmo quando toda a cultura da *realização pessoal* diz o contrário. Trata-se, portanto, de um desafio de outra ordem — certamente muito maior do que qualquer “proposta” que esta breve reflexão se prestasse a incluir. Encerro-a, por isso, com uma provocação final: qualquer valor conferido ao cuidado será sempre diretamente proporcional à dignidade humana. O cuidado, como a vida, é complexo, exigente e imprevisível. Mas, como a vida mesma, só pode atestar sua grandiosidade quem a toma para si por inteiro.

O **Family Talks**, como o leitor bem sabe, é uma ONG apartidária e aconfessional, mas sou tentada aqui a recorrer à paráfrase sagrada: aquele que cuida é semelhante um homem que encontrou uma pérola de grande valor e, com alegria, vende

todos os seus bens para comprá-la. Valho-me, no lugar, do breve excerto de um artigo recente sobre os desafios, cada vez maiores, para se formar uma família, tão atrelados aos parágrafos acima. Questionado a respeito de sua teimosia em nadar contra a corrente, um casal pais de muitos pequenos assim justificou a teimosa opção de trocar o conforto pelo cuidado: “Seu coração cresce um milhão de vezes. Que preço se pode colocar nisso?”.



Maria Clara Vieira Rousseau
é jornalista e diretora de
comunicação do **Family Talks**.

Com contribuição de **Caroline Burle**, secretária da Frente Parlamentar Mista da Licença Paternidade, e **Camila Bruzzi**, presidente da Coalizão pela Licença Paternidade (CoPai).

@coalizaolicencapaternidade



Criação da vovó (1895), do pintor brasileiro Oscar Pereira da Silva

DEMOGRAFIA E ENVELHECIMENTO

Passado presente

Para a historiadora Mary del Priore, o exemplo de nossos "antigos velhos" é uma lição para o futuro.

MARIA CLARA VIEIRA ROUSSEAU



Profícua autora *best-sellers* e conhecida por conduzir o grande público pela história do Brasil com pesquisa rigorosa e narrativa envolvente, Mary del Priore é uma das historiadoras mais populares do país. Em seu último livro, “Uma história da velhice no Brasil”, combina memória e reflexão social para tecer um retrato de como o povo brasileiro – em suas variadas classes e etnias – experimentou, observou e retratou os marcos físicos da passagem do tempo.

Em entrevista ao **Family Talks**, del Priore aborda a força das mães e avós, as transformações nas famílias, os desafios do etarismo e o papel dos idosos ao longo dos séculos para trazer à tona um tema inadiável: o que o passado tem a ensinar para uma população que envelhece rapidamente?

Ao pesquisar a velhice no Brasil, quais aspectos históricos mais surpreenderam a senhora em relação ao papel social dos idosos?

Há um entendimento de que no passado, as pessoas morriam cedo e portanto não envelheciam. O que surpreende ao examinar documentos dos séculos XVII ou XVIII é o número de longevos. Encontrei muita gente com 80, 90 ou mais de 100 anos numa época em que não havia SUS. O que mais impressionava os estrangeiros que passaram pelo Brasil no século XIX eram os indígenas. Sua força e resistência além da atividade incessante lhes dava excelente saúde. Acreditava-se que o ar puro, águas limpas e alimentação frugal davam à nossa gente essas características que já não se viam na Europa. Além do trabalho incessante, pois ninguém ficava parado.

Em vários momentos da história, os idosos tinham uma função clara na transmissão de valores, histórias e tradições. Esse papel ainda é visível hoje?

Eles tiveram esse papel até meados do século XX. Depois, foram impactadas por diversas transformações: a aposentadoria que os fez passar de ativos à “inativos”; O fim da família tradicional que afastou filhos e netos dos avós; A chegada da televisão que virou a acompanhante de 99% de nossos velhos. O crescimento das cidades, dificultando locomoção e transporte; e enfim, a solidão dos tempos atuais

Na história do Brasil, pode-se notar diferenças na forma em que portugueses, negros e indígenas viam a velhice? Como essas visões podem inspirar novas formas de cuidado?

Sem dúvida o tratamento era diverso, mas havia uma coisa em comum: o respeito absoluto aos mais velhos. Até nas senzalas, o Pai ou Oba, como eram chamados os velhos, gozavam de todo o prestígio. Tanto na África quanto entre povos originários considerava-se o velho um sábio conselheiro, alguém que falava com os deuses, um xamã ou feiticeiro. E as mulheres também. Já entre os ocidentais, quanto mais poderoso, mais respeitado. Mas, encontrei vários registros de como eram acarinhados pelos seus parentes, adorados por filhos e netos, prestigiados por todos que os cercavam. Salvo quando estavam muitos doentes, eles todos eram úteis ao grupo, à família e à comunidade. Estavam sempre em ação, trabalhando ou colaborando para o bem-estar coletivo. Essa já é uma boa visão do envelhecimento.

Em suas pesquisas, como a senhora percebeu a importância das redes comunitárias e de solidariedade na vida dos mais velhos? Hoje, com o isolamento social crescente, o que podemos aprender com esses exemplos históricos?

“

Há um entendimento de que no passado, as pessoas morriam cedo e portanto não envelheciam. O que surpreende ao examinar documentos dos séculos XVII ou XVIII é o número de longevos.”

Não dá para voltar a viver como outrora. Antes, as redes estavam dentro da família e da vizinhança. Hoje, velhos precisam ser protagonistas de suas próprias vidas e criar redes comunitárias. Desde o século XX multiplicaram-se clubes de aposentados, nasceu o SESC, as igrejas mais diversas também são irradiadoras de solidariedades. Cabe ao velho, na falta da família ou parentes, criar outras “famílias” ou redes. E pensar nisto antes de se aposentar.

O preconceito contra a idade (“idadismo” ou “etarismo”) aparece em várias épocas da história? Há paralelos claros com a nossa realidade atual?

Sempre nos vemos velhos no olhar dos jovens. Nos anos 20, São Paulo saiu na frente. Os organizadores da Semana de 22 diziam-se moços contra os velhos da Academia Brasileira de letras. Era o modernismo contra o Parnasianismo. Palavras como mocidade, juventude, novidade, futurismo, modernidade, velocidade eram brandidas contra a sociedade burguesa e conservadora na qual, quem não era velho, parecia velho por seus hábitos, crenças

e costumes. Nos anos 60, com a revolução sexual, aparecimento da juventude na praia e na TV, festivais de música e etc., o lema era “não confie em ninguém com mais de trinta anos” – música dos irmãos Valle. E surgem apelidos detrativos como “véio babão”, véia coroca”, “corôa” entre outros.

No livro, a senhora descreve lares chefiados por mulheres idosas e respeitadas. Qual era o papel dessas lideranças femininas na coesão social?

A matriarca era fundamental. Rica ou pobre, branca, mestiça ou preta, a mulher tomava as rédeas da família e de sua sobrevivência. Extremamente ativas, cuidavam de negócios, de produção agrícola, organizavam o casamento de filhos e netos, escolhiam os melhores pares, poupavam recursos para eventualidades, enfim, eram o coração da família. Não havia preocupação com vaidade ou o envelhecimento físico. Mais importante era a honra da família da qual a matriarca era a guardiã. Quanto mais honrada, mais respeitada e admirada.

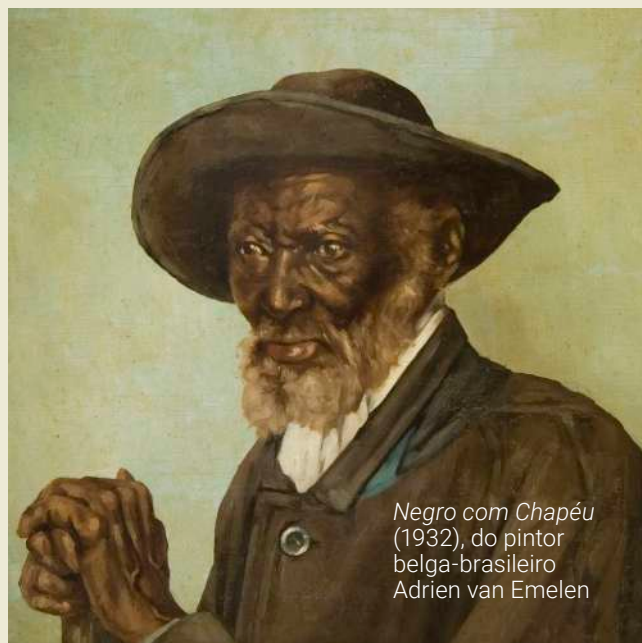
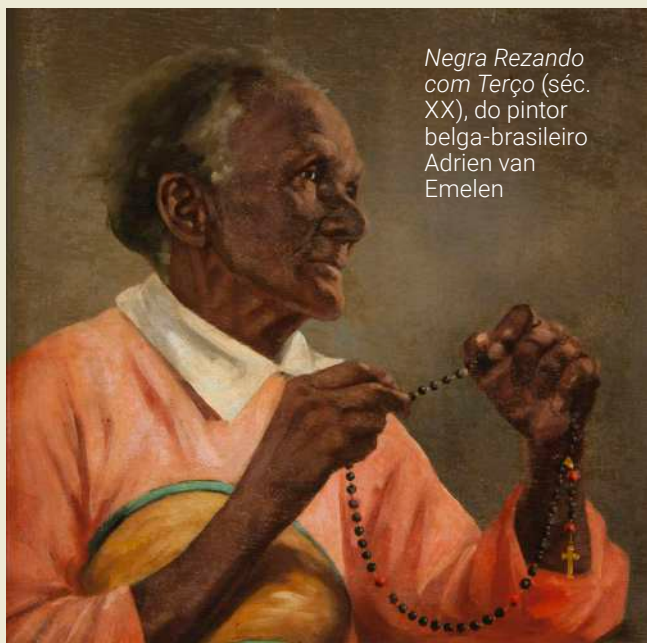
A senhora vê diferenças regionais marcantes no Brasil histórico quanto à valorização dos mais velhos?

No Nordeste, segundo os relatos de memorialistas que usei no livro, os patriarcas tiveram maior sobrevivência do que no Sudeste. Lá, as famílias patriarcais resistiram à transformação trazida pela pílula, o divórcio, a entrada da mulher no mercado de trabalho. Lá, a família demorou mais a se tornar família-nuclear ou família-mosaico. E os velhos seguiram sendo símbolo, de arrimo, ajuda, poder.

O Brasil está envelhecendo rapidamente.

Como a história pode nos ajudar a preparar uma cultura mais inclusiva para essa nova realidade demográfica?

A História olha para trás e o exemplo de nosso antigos velhos é admirável. Eles só paravam de trabalhar ou de ser úteis às famílias, ao morrer. O velho hoje, vive na solidão e vendo televisão.



“

Não dá para voltar a viver como outrora. Antes, as redes estavam dentro da família e da vizinhança. Hoje, velhos precisam ser protagonistas de suas próprias vidas e criar redes comunitárias.”



*A mendiga (1899),
do pintor brasileiro
Almeida Júnior*

Nenhuma das duas coisas ajudam a envelhecer. Ao contrário, o imobilismo e o lixo que a TV empurra goela abaixo prometendo uma “velhice prateada” são enganosos. O imobilismo trás doenças. A fantasia de que velho “pode tudo” traz frustrações. É importante adquirir consciência de que o tempo passa e ele deve construir no seu tempo, um futuro para si. Estar consciente de suas limitações e se preparar para elas.

Em suas pesquisas, há evidências de que políticas públicas ou ações coletivas no passado melhoraram a vida dos idosos?

Sem dúvida: o SUS, o SESC, o estatuto de proteção aos idosos, delegacias que atendem suas queixas, tudo isso são aspectos super positivos. Mas o Brasil ficou velho antes de ficar rico. Essa situação não vai durar para sempre. Poupar, guardar, se organizar e, finalmente, pensar em morrer

com dignidade são temas que vão entrar na pauta nos próximos anos.

Para finalizar: se pudesse dar um conselho a gestores públicos e líderes comunitários sobre o envelhecimento, qual seria, à luz da nossa história?

Dentro dos seus limites, os gestores fizeram sua parte. Quando a velhice e a longevidade começaram a ser um problema no século XIX, a fundação de asilos foi uma preocupação e elas recebiam até verbas federais para seu sustento. Mas não acho que seja só responsabilidade do Estado e de gestores públicos. A sociedade tem que acordar. Ela também é responsável por cuidar dos seus velhos. E os velhos têm que aprender a cuidar de si mesmos para não jogar sobre os ombros das próximas gerações uma tarefa que pode custar caro e ser muito árdua.

VOCÊ SABIA?

O primeiro asilo no Brasil

...que primeiro asilo para idosos no Brasil foi fundado em 1782, no Rio de Janeiro, pela Ordem 3ª da Imaculada Conceição? A instituição acolhia soldados portugueses em idade avançada, que não tinham onde descansar depois de servir à pátria. Mais tarde, com a chegada da corte em 1808, D. João determinou que os moradores fossem transferidos para a Santa Casa de Misericórdia. Poucos espaços como esse existiam no Brasil, pois médicos acreditavam que o clima tropical favorecia a longevidade. A realidade, porém, era dura: muitos idosos não tinham suporte algum fora da caridade.



O surgimento da aposentadoria

...que a aposentadoria é uma invenção recente na história brasileira? Até o início do século XX, os trabalhadores seguiam ativos até a morte, sem direito a descanso formal. A Previdência Social nasceu com a Lei Eloy Chaves, de 1923, que criou as Caixas de Aposentadoria e Pensão para ferroviários. Antes disso, alguns fundos privados garantiam sustento limitado em caso de velhice ou doença. O Estado, então, passou a assumir progressivamente a proteção dos trabalhadores idosos, expandindo o modelo para outras categorias. A aposentadoria transformou a percepção social: os mais velhos passaram a ser definidos pelo status de “inativos”.

Velhos entre negros e indígenas

...que tanto entre os escravizados quanto entre os povos indígenas, os mais velhos ocupavam posições de respeito? O mercenário alemão Hans Staden relatou que entre os tupinambás não havia governo formal, mas cada cabana tinha um chefe a quem os jovens deviam obediência, e nenhuma decisão importante era tomada sem ouvi-lo. Nas senzalas, os idosos eram vistos como pacificadores: sua presença diminuía tensões e reforçava vínculos comunitários. Muitos chegavam a ser porta-vozes diante dos senhores, graças à confiança conquistada. Quando permaneciam na mesma senzala onde haviam crescido, tornavam-se guardiões de tradições e memórias.



A velhice entre as mulheres

...que no século XIX, as mulheres idosas podiam exercer tanto poder quanto os patriarcas? Dentro das famílias, a figura da avó tinha peso político e simbólico: cuidar de filhos e netos era um modo de manter autoridade e alimentar laços. A historiadora Mariana Muazze destacou que elas organizavam estratégias matrimoniais e patrimoniais dos herdeiros, além de gerir as alianças da família. A escrita também foi um espaço feminino da velhice: muitas idosas registraram memórias para aliviar dores ou reviver alegrias, em recordações que reforçavam sua função de guardiãs da história familiar.

Nascem os idosos e a “terceira idade”

...o termo “terceira idade” só surgiu no Brasil a partir dos anos 1980, importado de debates europeus? Até então, falava-se em “velhos” ou “idosos”, mas a palavra carregava estigmas diferentes conforme a classe social. Nas camadas populares, “velho” era comum; nas médias e altas, “idoso” soava mais respeitoso. A expressão “terceira idade” trouxe uma nova identidade: a do aposentado ativo, consumidor de lazer, viagens e serviços. Essa invenção veio acompanhada da multiplicação de clubes, programas culturais e políticas voltadas ao envelhecimento.

A close-up photograph of an elderly person's hands, which are wrinkled and aged, being held and supported by the hands of younger people wearing light-colored, ribbed sweaters. The focus is on the texture of the skin and the gentle grip.

DEMOGRAFIA E ENVELHECIMENTO

Envelhecer não tem idade

Estamos habituados a pensar sobre o envelhecimento quando ele está às portas.

MARIANA MELLO

Sabe qual foi a primeira coisa que me disseram quando falei que iria me especializar em envelhecimento? “Credo, que assunto triste”. Pois é. Eu tinha 37 anos – hoje estou com 45 – e comecei a me interessar por gerontologia. O interesse surgiu por vários lados. Em primeiro lugar, as notícias no jornal: em um futuro muito próximo existirão mais pessoas velhas do que jovens, não só no Brasil como no mundo, um fenômeno demográfico sem precedentes. Dentro de casa, comecei a notar também meus pais mudando de fase: se aposentaram, ganharam netos e cabelos brancos. Mas o que me despertou mesmo para esse tema foi observar as velhices em curso na minha família. Uma pergunta não saía da minha cabeça: como era possível ter parentes envelhecendo de formas tão distintas? Nem tudo foi triste nas velhices que acompanhei.

Nos dois lados da família, presenciei tias-avós se tornarem quase centenárias, cercadas de afetos, esbanjando saúde e propósito de vida; e convivi também com velhices adoecidas, fragilizadas, marcadas por arrependimentos e mágoas não trabalhadas. Foi quando aprendi, nas minhas duas formações em Gerontologia, que não existe só um jeito de envelhecer. Existem vários. Apesar de vermos por aí expressões como “terceira idade”, “idosos”, “60+”, na tentativa de se criar uma categoria, seguramente posso dizer que ninguém envelhece igual. Presenciei isso em casa e creio que no seu círculo próximo também existam histórias assim.

E por falar em família... Você conseguiria se lembrar de histórias de velhice bem sucedidas na sua? O que tinham em comum? Posso falar da minha experiência: minhas duas tias-avós muito se pareciam. Ambas levaram a vida com bom humor. Riam de si mesmas e dos outros, eram boas



Diferente do que escutamos por aí, da boa velhice ser sinônimo de potência física e ausência de doenças, eu diria que a velhice que vale a pena é aquela em que há intenção.”

de contar piadas, mudavam o astral dos lugares quando estavam presentes. Uma delas, em seu aniversário de 90 anos, após cortar o bolo disse: “O primeiro pedaço vai para a pessoa que me atura há anos, que sabe dos meus defeitos, que tem paciência e nunca me abandonou: eu mesma”. Foi uma gargalhada só! E não é a pura verdade?

Minhas tias-avós também eram autênticas, recusavam convites, marcavam suas opiniões com firmeza e ao mesmo tempo elegância. Eram pessoas espiritualizadas, disso me lembro bastante, e afetuosas. E o mais importante: elas tinham muitos, muitos amigos. Sabe uma curiosidade? Uma teve quatro filhas, muitos netos e bisnetos. Outra nunca se casou, e foi cuidada por sobrinhos, sobrinhos-netos e pela rede de apoio que formou ao longo da vida. Existem tantas famílias possíveis, não é mesmo?

Repare que, ao contar essa história de velhices bem sucedidas, não falei nada sobre estar com os exames nota dez, sobre ter acumulado fortunas nem sobre ter ganhado fama ou prestígio. E esse

é o grande paradigma que precisa ser quebrado, quando falamos em um “bom envelhecer”. Diferente do que escutamos por aí, da boa velhice ser sinônimo de potência física e ausência de doenças, eu diria que a velhice que vale a pena é aquela em que há intenção. Sem projeto de vida, fica mais difícil conviver com as fragilidades que poderão surgir. Uma limitação aqui, uma dorzinha ali, uma perda acolá.

E se eu te contar que o plano de envelhecimento começa agora, não importa se você tem 20, 30 ou 40 anos? No meu trabalho como jornalista, procuro falar sobre isso a partir de diferentes perspectivas. Sim, você deverá ter uma reserva financeira para a sua velhice. Também será útil fazer musculação hoje, para ter força e garantir seu ir e vir, sua independência. Sem contar a atenção a doenças crônicas, aquelas que são frutos de hábitos ruins. Fazer terapia é outra coisa importante, pois seus fantasmas te acompanharão se você não enfrentá-los agora. É trabalho que não acaba mais. Mas nada disso garantirá uma velhice com sentido se você não estiver confortável com as escolhas que fez ao longo da sua vida. E é justamente por causa desse ponto que tanta gente rejeita o próprio envelhecimento. Velho é sempre o outro!

Falar sobre envelhecimento é lembrar que nosso tempo aqui tem prazo para acabar. Como você se sente quando pensa nisso? Uma professora, certa vez, fez uma comparação que achei muito didática: “O assunto do envelhecimento é igual feijoada: para uns será uma delícia, para outros poderá cair mal.” Quando nos damos conta de que o tempo é finito, obrigatoriamente nos vemos diante de decisões importantes: são os chamados para o momento presente. Eu gosto da minha vida? Esse trabalho faz sentido? E esse casamento?

Estou construindo boas lembranças, aquelas que estarão comigo nos dias mais difíceis? Tenho visto meus amigos? Aliás, eu tenho amigos? Quem estará na fotografia na minha festa de 80 anos?

Sabemos que refletir sobre essas perguntas nem sempre é agradável: elas muitas vezes nos dão um banho (frio) de realidade. O que me interessa nesse assunto é exatamente isso: a ideia da autoria, da construção. Quanto antes falarmos disso, melhor. Por isso, no trabalho que tenho feito, meu plano é colaborar para que o tema perca o estigma. Quem sabe ele vira assunto nas escolas, nas mesas de bar, nos almoços de domingo com mais naturalidade. Vamos começar por você? Me conta: qual é seu projeto de velhice?



Mariana Mello

é jornalista com especialização em gerontologia, criadora da newsletter Maturidades.

@maturidades_br

A portrait of Miguel Ángel Martínez González, a middle-aged man with glasses, wearing a white lab coat over a light blue shirt and a dark tie. He is smiling slightly and looking directly at the camera. The background is a blurred indoor setting. The entire image is overlaid with a teal-colored fish pattern.

FAMÍLIA NO MUNDO

Uma vacina para todos

Em conversa com **Family Talks**, o médico epidemiologista Miguel Ángel Martínez González defende que famílias sólidas são a maior aposta da saúde pública.

MARIA CLARA VIEIRA ROUSSEAU

Há quase oitenta anos, ainda no preâmbulo de sua Constituição (1946), a Organização Mundial da Saúde definiu seu objeto de trabalho como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”. Se é isto, afinal, a saúde pessoal à qual tanto se preza, por extensão também o é a saúde pública: em nossas complexas relações humanas, não queremos apenas escapar das grandes mazelas; queremos prosperidade. Para tanto, investimos na promoção da boa alimentação e exercícios, de hábitos de higiene e vacinas que, ao longo de décadas, comprovaram que a saúde pública se constrói em escala coletiva, por meio da prevenção. Mas, ainda que nunca se tenha falado tanto em saúde, continuamos doentes: taxas crescentes de depressão e ansiedade, consumo precoce de pornografia e dependência digital, e uma latente epidemia de solidão são algumas das marcas de nosso tempo.

É diante desse cenário que se destaca o trabalho do médico epidemiologista **Miguel Ángel Martínez-González**, catedrático de saúde pública das Universidades de Navarra e Harvard e vencedor do Prêmio Nacional de Pesquisa Científica Gregorio Marañón, concedido pelo Ministério da Ciência e Inovação do Governo da Espanha. Décadas de estudos o levaram a encontrar a peça faltante do intrincado quebra-cabeças da saúde pública contemporânea: famílias sólidas. Para Martínez-González, vínculos afetivos duradouros atuam como verdadeiros fatores de proteção, tão eficazes quanto vacinas para a saúde coletiva e individual.



Recém-lançada no Brasil, seu livro “Salmões, hormônios e telas” (Editora Quadrante) expõe seu argumento em fartas evidências científicas, abordando desde os riscos da hipersexualização, da pornografia e do vício em telas até da crise de autoridade parental. Nesta entrevista, explica por que acredita que fortalecer compromissos afetivos de longo prazo é a melhor forma de imunizar a sociedade contra algumas das mais severas doenças do presente.

O título do seu livro é bastante curioso, mas parte de uma premissa simples: vivemos em um tempo em que interesses comerciais e tendências culturais levam milhões de jovens em todo o mundo a tomar decisões pessoais que, além de suas más consequências individuais, tornam-se problemas de saúde pública. Nesse sentido, aqueles que escolhem nadar contra a corrente são os “salmões”. Quais são essas pressões e qual é seu impacto na vida familiar?

As pressões são o consumismo, o hedonismo e o materialismo. Há uma hipersexualização do ambiente que faz com que se confunda o amor com a mera genitalidade mais animal. A ideologia do consumo está presente nas redes sociais e na indústria do entretenimento e exerce uma forte pressão, especialmente sobre os adolescentes e, mais ainda, sobre os rapazes. A eles se inculca repetidamente o nefasto conceito de que as mulheres estão ali apenas para sua satisfação egoísta, para aproveitarem delas em um simples “esporte de contato” que busca gratificações prazerosas instantâneas. Elas são apresentadas como seres submissos, objetos de usar e descartar. A pressão é enorme para desvincular a sexualidade do amor verdadeiro, da família e dos filhos. Os interesses da indústria do controle da natalidade, que vende hormônios em larga escala, são gigantescos e se beneficiam dessa distorção. O mesmo ocorre com as multinacionais que exploram o corpo humano do princípio ao fim da vida, muito interessadas nessa distorção.

Como consequência, há uma crise da família, e mais de 50% das famílias acabam se desfazendo, com grave dano psicológico para os filhos. Isso acontece porque se despreza o valor do compromisso, da espera e do diálogo intelectual no namoro. Deu-se absoluta primazia ao que é meramente corporal, o quanto antes, sem vontade de permanência, sem conhecimento, sem compromisso firme e publicamente celebrado e, definitivamente, sem inteligência.



A saúde pública, assim como uma vacina, atua de maneira preventiva e coletiva: não se centra em uma única doença, mas em elevar os níveis de saúde positiva e proteger toda a sociedade.”

O senhor sustenta que as famílias sólidas previnem doenças sociais do mesmo modo que as vacinas previnem doenças físicas. Especialmente em um mundo pós-pandemia, trata-se de uma metáfora muito poderosa. Poderia desenvolvê-la com dados ou exemplos clínicos?

Assim como a medicina clínica cura o paciente enfermo, a medicina preventiva cura sociedades doentes. Há sociedades obesas, gluttonas, fumantes, violentas, imprudentes ao volante, viciadas em pornografia e outras drogas, suicidas, deprimidas, etc. Cada uma dessas patologias sociais representa um fenômeno massivo, com contágio social, que também exige soluções massivas. Seus agentes “infecciosos” e seus “vetores” são os meios de comunicação, a indústria do entretenimento, a pressão dos pares ou a norma social estabelecida.

A epidemiologia nos mostra que os estilos de vida — alimentação, exercício, evitar drogas e condutas sexuais de risco, regras de trânsito, higiene — são opções livres, mas fortemente condicionadas por fatores estruturais: publicidade, pressões co-

merciais, modelos culturais. A saúde pública, assim como uma vacina, atua de maneira preventiva e coletiva: não se centra em uma única doença, mas em elevar os níveis de saúde positiva e proteger toda a sociedade. E as famílias sólidas, com vínculos firmes e saudáveis, são o núcleo mais eficaz dessa medicina preventiva.

O senhor trata a pornografia como um fator de risco. O que mostram os estudos sobre seu impacto na formação da identidade e no desenvolvimento afetivo dos adolescentes? E na relação entre os casais?

De fato, a pornografia é a nova droga que está desvirtuando e destruindo as relações afetivo-românticas e tem feito da mulher sua maior vítima. Não há dúvida de que o tremendo aumento de agressões sexuais e de condutas sexuais violentas é um incêndio que se alimenta, a cada dia, com a gasolina da exposição massiva à pornografia, à qual crianças e adolescentes têm acesso assim que recebem um smartphone. Ela é viciante. Mais de 20% dos conteúdos atuais da pornografia disponível na internet são extremamente violentos. É uma escola de violadores.

Os estudos mostram que, entre 14 e 15 anos, 66% dos adolescentes já tiveram contato com pornografia e, aos 17 anos, essa cifra alcança 79%. Esse consumo precoce altera o cérebro, reduz a espessura do córtex pré-frontal e impacta a capacidade intelectual, de modo semelhante ao álcool ou às drogas. A pornografia converte-se, assim, na “escola” onde aprendem sobre sexualidade, substituindo a educação afetiva real e distorcendo a intimidade nos relacionamentos de casal.

O acesso precoce à pornografia deveria ser considerado um problema de saúde pública? Que tipo de medidas poderiam ser tomadas nesse sentido?

É, sem nenhuma dúvida, um grave problema de saúde pública. Devem ser tomadas medidas estruturais por parte dos governos. Bastariam duas medidas. A primeira é impedir (de fábrica) o acesso à pornografia gratuita, de modo que só seja acessível mediante pagamento. E que qualquer corporação ou pessoa que disponibilize pornografia gratuita na rede seja severamente multada — com multas gigantescas, que não compensem financeiramente às corporações.



Até hoje não conheço nenhum estudo epidemiológico que indique que a ausência de telas para atividades de lazer conduza ao isolamento social ou a algum tipo de transtorno emocional.”



A segunda medida é que todo site que contenha pornografia deva obrigatoriamente usar a extensão **.xxx** e, se não a utilizar, os governos devem aplicar multas e fechá-lo. Essas duas medidas não negam a ninguém a possibilidade de escolha, mas impedirão que qualquer criança de 10 anos se depare com esse conteúdo e tenha acesso gratuito a ele. Todos os que vendem drogas sabem que precisam oferecê-las primeiro de graça. Seu lema é: “conquiste-os aos 13 anos e os terá como clientes para toda a vida”. Quando os governos não implementam essas medidas, tão necessárias, as famílias devem tomar a iniciativa e adotar fortes precauções.

Podemos afirmar que as telas são hoje a principal ameaça para os vínculos familiares? Que conselhos práticos daria aos pais que desejam proteger seus filhos do bombardeio digital sem cair na repressão nem no isolamento?

De fato, não são a única ameaça, mas sim a mais frequente. É preciso acabar com essa curiosa lenda urbana do pária social, do pobre garoto que, qual um mártir por ser privado do smartphone, acaba irremediavelmente isolado e rejeitado por seus semelhantes. Isso não é real. São as próprias crianças e adolescentes que demonstram saber explorar muito bem todo o proveito que podem tirar desse tipo de argumento falacioso de repressão e isolamento, que não se sustenta.

Até hoje não conheço nenhum estudo epidemiológico que indique que a ausência de telas para atividades de lazer conduza ao isolamento social ou a algum tipo de transtorno emocional. Se algum leitor o conhecer, que me envie. Em contrapartida, não pararam de ser publicados centenas de estudos sérios em epidemiologia que demonstram de maneira sólida o grave dano psiquiátrico (depressão, ansiedade, déficit de atenção, ideação suicida, anorexia e bulimia, automutilações, etc.) provocado por essas telas.

No meu novo livro, “12 soluções para superar os desafios das telas”, apresento orientações muito práticas: dar o exemplo, pois nenhum pai conseguirá convencer os filhos se ele mesmo estiver preso ao celular; pactuar normas claras e cumpri-las com coerência; criar zonas e momentos livres de dispositivos, como as refeições em família; estabelecer um toque de recolher digital com um local comum de “estacionamento de celulares”; e aplicar controles parentais e cancelamento de notificações para reduzir a exposição. São medidas simples, realistas e com eficácia comprovada para proteger os filhos sem cair na repressão nem no isolamento.

Vivemos uma crise de confiança social – entre instituições, entre as pessoas e até dentro da família. Qual é a relação entre essa desconfiança e o enfraquecimento dos laços familiares? Como reconstruir a confiança em tempos de polarização?

É isso mesmo. A saúde ótima requer o estabelecimento de vínculos de confiança. Os vínculos digitais são muito mais frágeis e, em grande parte, fictícios. As redes sociais são desenhadas para gerar polarização. No livro, ofereço muitos conselhos a mães e pais para reconstruir a confiança intrafamiliar e desenvolvo todo o tema dos estilos parentais que geram confiança.

A chave está em exercer uma autoridade moral (authoritative em inglês), que não é autoritarismo ditatorial, mas aquela que combina firmeza com afeto explícito, empatia, escuta e interesse. Não é incompatível ser compreensivo e atencioso e, ao mesmo tempo, ser exigente. Os estudos demonstram que os pais que adotam esse estilo facilitador oferecem a seus filhos segurança emocional

e, paradoxalmente, mesmo quando o adolescente reage com rebeldia ou raiva, percebe essa exigência como uma barreira de proteção que o resguarda. É necessário aplicar o máximo de empatia e de compreensão, mas também o máximo de firmeza para estabelecer regras claras e cumpri-las.

O senhor tem dialogado com públicos ideologicamente muito distintos. Muitas pessoas veem a defesa da família como uma causa da direita ou religiosa. Como devolver esse tema à centralidade da saúde pública e da dignidade humana – algo que pertence a todos?

O livro “Salmões, hormônios e telas” não é de modo algum ideológico, não é político, nem conservador, nem de direita, nem de esquerda. É de divulgação científica. Foi escrito por um catedrático de saúde pública de Navarra e de Harvard, e cada afirmação que apresenta está sustentada por referências científicas de estudos sólidos em epidemiologia e saúde pública. Contém 450 notas de rodapé, quase todas fornecendo a evidência científica que respalda os conselhos apresentados. Aplicá-los favorecerá essa centralidade da saúde pública e da dignidade humana, beneficiando pessoas de todos os credos, de todo o espectro político e de todas as ideologias. Trata-se de uma defesa da saúde pública.

Maria Clara Vieira Rousseau

Diretora de Comunicação / Family Talks



CULTURA

Educar para a beleza

HUGO LANGONE

Não se duvida, hoje, da politização da vida inteira. Por isso a ninguém surpreenderá que até algo como a beleza venha a padecer, que se dobre sob o peso de convicções a respeito deste ou daquele tema do momento e se converta, para uns, em instrumento de resgate civilizatório e, para outros, em forma de libertar-se precisamente deste mesmo conjunto de valores. Sofrem a objetividade, a beleza mesma; sofre o próprio homem, aleijado da própria grandeza.

No âmbito familiar, no âmbito particular da educação dos filhos, há também os enfermiços: o senso das proporções, a natureza das coisas, a realidade da própria criança, tudo isso padece. Com efeito, se se almeja tratar da educação dos pequenos para compreender a beleza do mundo — das que ela recebe da natureza e daquelas que o homem produz —, é preciso olhar primeiro para ela. Educar é conduzir, não esmagar. E, quando se olha para a criança, soará injustificada e aterradora essa difundida inclinação, em muitos meios e por vezes com boníssimas intenções, a lançar sobre os sentidos dos filhos todo o peso estético de uma civilização milenar, salpicada por gênios e cravejada de mestres. O peso do coro de Bach sobre uma criança não é o do céu, mas de algo que



Educar a sensibilidade é *conduzir* a sensibilidade, é *prepará-la*. E o educador deve primeiro preparar o olhar da criança para as flores da primavera para que, um dia, seja ela capaz de assombrar-se ante a *Sagração da Primavera*.”

ela ainda — e toda a educação de uma criança se alicerça nesse *ainda* — não consegue assimilar. Seu olhar e seu coração, afinal, têm antes o molde da bolha do sabão, da lâmina da grama e do inseto que nele se encaixam.

Não se trata de filisteísmo. Tampouco da posição de quem deseja fazer o jogo da destruição das tradições. Educar a sensibilidade é *conduzir*



a sensibilidade, é *prepará-la*. E o educador deve primeiro preparar o olhar da criança para as flores da primavera para que, um dia, seja ela capaz de assombrar-se ante a *Sagração da Primavera*.

E essa, sim, é uma grande notícia, ao menos àqueles pais para os quais a educação da criança é uma finalidade em si, mais do que um instrumento de afirmação político-ideológica ou uma fonte de renda digital. Porque o que se exige, ao menos na primeira infância, é apenas que a criança possa abrir os olhos ao mundo, lograr uns tempos de ócio sobre a grama, uns instantes sob uma brisa vespertina, o toque da água de uma poça. Ali ela descobrirá que o ritmo do mundo é precisamente o seu; descobrirá o mistério das coisas, e a descoberta do mistério das coisas é precisamente a luz da beleza que os adultos esquecem e, modéstia às favas, acaba por apenas permanecer nos poetas, e pintores, e músicos. Por outro lado, horas intensas de submissão aos decassílabos de um Camões, sem a experiência da ternura de um sorriso materno ou do que significa na prática o amor, farão pouco, muito pouco – ou, quiçá, farão muito... pelo outro lado: levará a criança a dar razão, um dia, ao primeiro que disser que tudo isso não vale a pena, que a beleza das grandes manifestações artísticas é coisa de poucos, de alguns bem-pensantes que nada têm a dizer ao homem e a mulher comuns.

A educação para a beleza é, sobretudo para os pequenos mas não só, um plano inclinado. E a boa notícia é que percorrer esse plano não exige senão descobrir com olhos novos o universo inteiro, o qual – devemos reconhecer – foi feito para as crianças e tem o ritmo, as cores, os odores e sons que tanto lhes despertam. Essa é a fórmula do maravilhamento que alargará o coração dos meninos e meninas; é a fórmula que lhes revelará que há algo grande além de si. E, quando chegar a hora dos coros e sinfonias, das perspectivas e redondilhas, elas descobrirão maravilhadas que o ser humano pode ser magnânimo o suficiente para também criar – ou melhor: revelar – a beleza em obras que, por sua vez, recordam a grandeza a que se veem chamados todo homem e toda mulher.



Hugo Langone

é poeta, ensaísta e editor,
cofundador da Editora Hoje,
em Casa.

@hugolangone

Com a palavra, Family Talks

O conteúdo que você tem em mãos é parte da nossa missão — e não podemos cumpri-la com êxito sem você.

Para tornar a causa das famílias uma prioridade, contar com políticos, secretários, gestores, todos os responsáveis por criar e implementar políticas públicas é imprescindível, mas não suficiente. Dependemos de pessoas que coloquem suas famílias como prioridade. Sem valorizar aqueles que amamos e cuidamos, é impossível trabalhar por um país melhor. O Brasil do futuro começa nas nossas famílias, na sua família!

Desejamos, portanto, que esta revista sirva de inspiração tanto para soluções em escala e quanto para transformações pessoais, a começar na sua casa.

E se você deseja fazer ainda mais pelas famílias, torne-se um apoiador financeiro do nosso trabalho. Com a sua doação, poderemos ampliar o nosso alcance e trabalhar ainda mais por um Brasil que cuida de suas famílias.

Junte-se a nós e torne-se um doador recorrente:

www.familytalks.org/doe

Ou faça uma doação pontual no nosso PIX:



45.703.295/0001-09

ADEF - ASSOCIACAO DE DESENVOLVIMENTO DA FAMILIA





family talks

📷 @family.talks
f /familytalksoficial
📺 /FamilyTalks
in /familytalks

Saiba mais sobre nosso trabalho em:
www.familytalks.org