

CONEXÕES RP

JORNAL DE RIO DAS PEDRAS - RIO DE JANEIRO - MARÇO DE 2025

NASCEU!



GASTRONOMIA
O MILHO NAS
IGUARIAS
BRASILEIRAS



ENTREVISTAS
MULHERES DE RP
E SUAS HISTÓRIAS
DE LUTA



146X
FAVELA

PARCERIAS EM
DEFESA DA VIDA

Comunicação é Saúde

Rio das Pedras é uma das maiores favelas do Brasil, construída por trabalhadores e trabalhadoras que hoje se dividem entre o fato comércio local, outras empresas, escolas e universidades do Rio de Janeiro. De acordo com o Censo do IBGE de 2022, são 55.653 moradores. Mas, para alguns moradores, esse é um número irreal. Baixíssimo. Mesmo assim, já é a quinta favela do país em número de moradores. É a segunda maior favela do Rio.

Aqui tem os mesmos problemas das outras favelas. Alguns atrapalham muito a vida das pessoas. Um deles é muito importante: a falta de água tratada. Outro problema é a falta de tratamento de esgoto. Ainda tem o problema do lixo! E a chuva que, quando vem forte, causa alagamentos horríveis porque o sistema de drenagem não funciona. As pessoas não podem andar pelas ruas. É muita lama em alguns locais da comunidade.

Tudo isso tem a ver com a saúde! Tudo isso adoce as pessoas.

Não é à toa que o Boletim Epidemiológico sobre tuberculose no município do Rio de Janeiro, publicado pela Prefeitura em março de 2022, mostra que Rio das Pedras está entre os locais onde os casos de tuberculose são muitos e estão aumentando. Igualzinho ao que está acontecendo nas favelas da Mangueira, Rocinha, Vidigal, Pavão-Pavãozinho, Maré, Complexo do Alemão, Vila Cruzeiro, Manguinhos, Jacarezinho, Cidade de Deus e Vila Kennedy.

Triste, né?

Rio das Pedras precisa de mais clínicas da família, precisa de uma Unidade de Pronto Atendimento (UPA). Mas precisa também evitar que as doenças aconteçam.

Por que algumas doenças atacam mais os pobres? Por que ficamos doentes?

Pelo que acabamos de falar. Falta água tratada, esgoto tratado, cuidados com o lixo e um trabalho sério para não ter alagamento quando vem a tempestade. A falta de saneamento está associada a um maior risco de infecção e transmissão da tuberculose.

A comunicação ajuda muito. Ela pode transmitir informações muito importantes para as pessoas, como a importância de lavar as mãos, comer os talos e folhas das verduras, participar das campanhas de prevenção ao câncer, divulgar calendários de vacina e ter acesso aos medicamentos da Farmácia Popular.

Através da comunicação, podemos conversar dentro da comunidade sobre como resolver nossos problemas. E evitar doenças.

É isso que você vai ver aqui no jornal Conexões RP, todo produzido pelos alunos que fazem o Curso de Comunicação Popular e Saúde, promovido pelo Coletivo Conexões Periféricas com o apoio do Núcleo Piratininga de Comunicação (NPC), do Dicionário de Favelas e um monte de gente.

Acesse a versão digital do jornal!



VOCÊ SABIA?

O Sistema Único de Saúde (SUS) deve oferecer cuidado integral à saúde da mulher, incluindo: a saúde ginecológica, os direitos sexuais e reprodutivos, pré-natal, kit com enxoval de bebê, visita guiada na maternidade para futuros pais e mães, a dignidade menstrual, a atenção ao climatério e à menopausa, a saúde mental e os cuidados em situações de violência.

Moradias em más condições causam doenças físicas e mentais. Como minimizar essas questões? Existe um projeto político de reestruturação das favelas na Câmara de Vereadores? Precisamos buscar informações nas associações de moradores, na secretaria de habitação. Quais estratégias referentes à comunicação em saúde podemos usar para que não sejamos tão passivos perante os contextos do território?

O Hospital do Câncer II (HC II) é a unidade do Instituto Nacional de Câncer (INCA) de referência para o tratamento de câncer ginecológico e tumores do tecido ósseo e conectivo (tratamento oncológico de tumores malignos ósseos e de partes moles). Saiba mais aqui: Instituto Nacional de Câncer - INCA - <https://www.gov.br/inca/pt-br/minhasaude.rio>.



CONEXÕES RP

JORNAL LABORATÓRIO DO CURSO “COMUNICAÇÃO E SAÚDE EM RIO DAS PEDRAS”

Jornalista responsável: Claudia Santiago (MTB 14915). Revisão: Meira Santana. Diagramação: Carlos Medeiros. Escolha dos assuntos, reportagens, entrevista e redação: Aldenise Silva, Antônia Selma, Candice de Albuquerque, Carla Januario, Carlinhos Silva, Cassia Moura, Castiel Moreira, Catarina Otaviano, Douglas Heliodoro, Eliane Marques, Fernando, Flávia Lima, Gabriel Gleysson, Gabriela Monteiro, Lorena Araújo, Luisa Souto, Maria Luiza, Marília Paixão, Meira Santana, Paula Felipe Lazar, Pedrilson Magalhães, Renan, Rodrigo Ribeiro, RYanne, Simone Araújo, Vahnessa Musch, Vanessa dos Anjos, Vinicius Avelino, Welen Marques, William Sousa

Realização: Conexões Periféricas, Núcleo Piratininga de Comunicação e Dicionário de Favelas - Wikifavelas.

Apoio: Clínica da Família Helena Besserman Vianna, Caic Euclides da Cunha, Recanto do Areinha, Semeando Amor, Construindo o Saber, Biblioteca Comunitária Wagner Vinicio, Gee Periferia Digital e Agência Lume.

Os recursos para o curso vieram do projeto **146X favela - Plano Integrado de Saúde das Favelas do Rio de Janeiro**.

RÁDIO COMUNITÁRIA

Rádios em Rio das Pedras

Entrevista com José Carlos da Silva (Carlos Silva ou Carlinhos)

Meira Santana

Conexões-RP: Como iniciou o movimento das rádios em Rio das Pedras?

Carlinhos: Eu comecei no movimento das rádios em Rio das Pedras em 1996, na época da Luar do Sertão. Depois criamos a RP Notícias 90,9 FM. Em 1998, fundamos a Rádio 100,1 100% Comunidade em atividade FM. Ficamos de 10 a 11 anos no ar. A rádio funcionava 24 horas.

Conexões-RP: Como era a programação e a participação da comunidade na rádio?

Carlinhos: A rádio falava sobre cultura, saúde, economia, as notícias nos locais. Música, esportes, notícias, entretenimento e informação.

Tínhamos um projeto para doações de alimentos, remédios, óculos. Tinha funk, forró, hip hop e dança. O sertanejo era na parte da manhã. Os domingos eram dedicados às igrejas tanto católicas quanto evangélicas.

Tinha também na época o *Top Dance* [antiga casa de shows de forró de Rio das Pedras], onde vinham cantores como: Banda Magníficos, Calcinha Preta, Caviar com Rapadura, Limão com Mel. Então, se tocava ao vivo à noite. Começava às 22h e ia até às 6 da manhã.

Tinha também um programa chamado Desenvolvimento Social e Economia Social, com informação de direitos sociais. Advogados que vinham dar aula, como defender seus direitos tanto na área civil quanto na área criminal e vara de família. Tinha uma programação de moda e cultura. Tinha também um programa que as mulheres gostavam muito que era a *foca* de jornal, da televisão ou a *foca* do vizinho também. Era tão legal, tão bacana, tão

eficaz que as pessoas gostavam. O pessoal nas vans, nos carros ouviam a 100,1. Tinha comerciantes que pediam pra fazer comercial da Só Love, então a gente intercalava. Eu colocava uma padaria, uma loja de ferragens, uma farmácia, tudo intercalado. As músicas, como eu falei, também era assim, duas horas para cada programa.

Conexões-RP: E também tinha um programa informativo em relação à saúde, né?

Carlinhos: A Claudia Moraes (Kakau) e a Lúcia faziam esse serviço informativo em relação à saúde, IST's... com relação às doenças transmissíveis para rapazes e meninas que estavam começando sua vida sexual cedo para que tomassem providência de usar uma camisinha, ir periodicamente ao médico, conversar com os pais para ter uma saúde melhor e não pegarem as doenças transmissíveis, HPV e o pior, que era a Aids.

Conexões-RP: Algo mais sobre a programação?

Carlinhos: O Zequinha baiano, o homem das mulheres. Ele trabalhava com estilista, moda, danças, chamava senhoras, jovens, adolescentes para ensinar danças de vários tipos: do forró, pagode, dance, até candomblé. O Zequinha baiano era show, e trabalhava com a Neimar Aragão, que tinha o programa *Moda em Evidência*. Nós tínhamos um aparelho chamado híbrido (ou híbrida). Tocava o telefone toda hora com as pessoas fazendo perguntas, pedindo música, pedindo informação. A Soli Lopes trabalhava como modelo e manequim. Essa pessoa ensinou muitos jovens, meninos e meninas a se comportarem com relação ao andar, falar, se vestir. A Rádio FM

(100,1 – 100% Comunidade) era uma rádio voltada para a comunidade, para o povo. E ela tinha todo o seu registro autorizado pela ANATEL, que era a concessão provisória de comunicação.

Conexões-RP: Qual é a função social da rádio nas comunidades, mais precisamente em Rio das Pedras? Qual é a diferença no dia a dia das pessoas da comunidade?

Carlinhos: Eu creio que todas as comunidades deveriam ter uma rádio. Que seja rádio poste, rádio FM... Rádio FM é um tanto complicada, o custo é maior. Mas o que a rádio traz para a comunidade? Muitas coisas boas. Informações, por exemplo, da saúde, documentos perdidos, preservação do meio ambiente. Procura orientar o morador. O que traz pessoas que jogam lixo nos valões, nas ruas? Traz moscas, leptospirose, enchentes... E as pessoas não estão preocupadas.

Uma coisa que temos que nos preocupar. O nosso transmissor, que a ANATEL permite, é de 25 megahertz. Ele estende, se não me falha a memória com tanta novidade e atualização, 15 km de raio. É lógico que podemos ter um outro link para abranger mais ainda. Mas só a partir do momento que seja registrado e autorizado pela ANATEL.

Conexões-RP: Carlinhos, vocês tinham um repórter de rua, é isso?

Carlinhos: Era muito importante o repórter de rua. Tipo: você iria para o Aterro do Flamengo, supondo. Já tinha um repórter de rua indo para o local. Então ele falava: "Hoje o trânsito está insuportável. O ônibus bateu, enguiçou. O trânsito está caótico, crítico. E a duração de Rio das Pedras até esse local é de duas horas. Se vocês puderem ir por um outro



A RÁDIO, ALÉM DE LEVAR INFORMAÇÃO, TAMBÉM TRAZ COISAS BOAS NO SENTIDO DE FAZER COM QUE AS PESSOAS TENHAM MAIS CONHECIMENTO COM RELAÇÃO A TODOS OS ÂMBITOS.

local, Linha Amarela, Linha Vermelha... Sair desse trecho é muito viável". Na grade de trabalho também tinha aquela pessoa que fazia a previsão do tempo. Tipo: "De Rio das Pedras até a Muzema alagou tudo. Não tem como o transporte, o veículo passar". Então pedia que a pessoa fosse pela Estrada de Jacarepaguá e não pela Engenheiro Souza Filho.

Conexões-RP: Carlinhos, pode falar um pouco sobre a abertura da rádio? O que a ANATEL exigiu? E como era a manutenção financeira, pagamento dos colaboradores?

Carlinhos: Os comerciantes tinham um contrato com a gente de nove meses, um ano, dois anos para fazer o comercial deles. E todo comercial é na faixa de 25 a 30 segundos. Não pode ser mais do que isso pra não ficar enjoativo. Então juntavam-se vários comerciantes e, com esse dinheiro, a gente tinha que pagar água, luz, telefone, os funcionários, operador, enfim... Cada um dos locutores que quisessem fazer a sua programação exigia-se alguma coisa, as nor-

mas da casa. Ele pagava pelo seu horário: eram duas horas pagas, mas o comercial, ele pagando para trabalhar, o comercial que ele conseguisse era dele. Ele podia passar [chegar] até 12 [comerciais]. Passou de 12, o 13 era da rádio. Esse dinheiro era para, na verdade, quebrar um microfone. Assim dava pra manter a rádio tranquilo.

Conexões-RP: Há alguma intenção ou planos para uma nova rádio em Rio das Pedras?

Carlinhos: Sim, há esse interesse. Inclusive, a própria comunidade pede e necessita, está carente de uma rádio nas comunidades. Porque a rádio, além de levar informação, também traz coisas boas no sentido de fazer com que as pessoas tenham mais conhecimento com relação a todos os âmbitos. Sim, temos vontade de voltar com a rádio FM.

Dedicamos esta entrevista ao locutor, programador e radialista Denis de Sousa, o Mão Preta DJ, que faleceu recentemente. Cria da casa, trabalhou em todas as rádios de RP.

Você está se sentindo bem?

Cerca de 18 milhões de pessoas sofrem de ansiedade no Brasil. Se precisar, peça ajuda!

Rodrigo Ribeiro

O conceito da Saúde Mental vem se tornando cada vez mais presente no debate público. Comumente definida enquanto um “estado de bem-estar” que permitiria ao indivíduo lidar com os desafios de sua própria vida, a saúde mental, em especial. A saúde mental brasileira, encontra-se em crise. As estatísticas mostram que os casos de sofrimento mental vêm aumentando violentamente ao longo das últimas décadas. Segundo dados de organizações internacionais, como a Organização Mundial de Saúde (OMS), o Brasil apresenta cerca de 18 milhões de pessoas que sofrem de ansiedade e mais de 42% da população relata conviver com profundo estresse, o que tem impactos profundos na nossa qualidade de vida.

Os fatores que levam a esse aumento são diversos. Um deles é que temas sociais, anteriormente tratados como tabus, ditos aos sussurros ou simplesmente ignorados, agora são tratados de forma cada vez mais aberta e pública. Porém, a principal questão é justamente a maneira como a maior parte do nosso povo vive. O nosso corpo, ao ser colocado em uma situação adversa, pode apresentar prejuízos à sua saúde física, desenvolvendo uma gripe. O mesmo acontece com nossa saúde emocional, psíquica, com nossa saúde mental.



Medo, problemas financeiros, dificuldades na saúde

Alguns dos aspectos que revistas científicas descrevem ter capacidade de impactar negativamente nossa saúde mental são:

- Medo da violência
- Hábitos alimentares e de vida não-saudáveis
- Condições de moradia
- Exclusão e discriminação social
- Dificuldades financeiras e de se sustentar
- Condições de trabalho e, não menos importante, a falta de laços sociais construtivos.

Ao pensarmos como essas questões atingem o povo brasileiro, o povo carioca, o povo de favelas e comunidades, fica mais claro para nós a emergência em saúde mental que vem se construindo. Quem de nós, ao olhar a lista acima, pode dizer que tem todas essas questões resolvidas? Qual de nós não convive com incertezas com o futuro, submetido a mudanças bruscas fora do nosso controle? Como não ficar ansioso com o atual estado de coisas, por nós, por nossos amigos e familiares?

O que separa aqueles que adoecem profundamente e aqueles que também sofrem, mas conseguem manejar essa situação, muito mais do que o pensamento de “força” (que muitas vezes acreditamos), é principalmente a “estrutura” psíquica que a pessoa teve acesso no seu desenvolvimento individual. Nossas relações, nossa família, nossa cultura, os ensinamentos passados para nós podem ser fatores de proteção contra as condições adoeedoras a que estamos expostos, e também podem, da mesma forma, serem eles mesmos adoeedores. Alguns de nós tiveram oportunidades, escolhas, ensinamentos e relações que

permitiram desenvolvermos nossas habilidades emocionais e sociais. Outros, pela ausência dessas condições externas e pelas próprias escolhas, ainda necessitam desenvolver habilidades fundamentais para seu próprio bem-estar.

A chave da busca e da manutenção da nossa saúde mental é justamente essa palavra: desenvolvimento. O humano não é um animal imóvel, parado no tempo; mudamos frequentemente, e nossas próprias ações e escolhas ajudam a determinar que caminhos podemos seguir, como vamos reagir aos desafios que serão impostos a nós, e que, sabidamente, são gigantescos para quem tem a nossa origem, quem reside em periferia. Nossa ação sobre nós mesmos tem o poder de transformar nossos hábitos, nossas mágoas e traumas, nossos medos e nossas dificuldades. Não podemos, obviamente, moldar o que vai ou não acontecer conosco, mas temos o poder de decidir como iremos nos posicionar perante o que acontece.

Porém, não basta simplesmente ter a vontade de se desenvolver, de aprender, de mudar; é necessário sabermos como, de que maneiras podemos alinhar nossas vontades e as nossas ações. Em todas as situações, trocar informações, conselhos e opiniões com uma comunidade de pessoas na qual você confie irá ajudar, mas em algumas situações isso pode não ser possível, ou se tratar de algo tão intenso que seja necessário uma ajuda a mais. É nesse cenário que entra em cena o auxílio profissional do psicólogo e, em alguns casos, do psiquiatra. Apesar de no passado ser uma prática carregada de estereótipos negativos, procurada apenas por “malucos” e por quem tem “algo errado”, cada vez mais a psicoterapia tem surgido como uma alternativa para o desenvolvimento humano.



Créditos: Paulo Pinto | Ag. Brasil

Buscar terapia não é sinal de fraqueza

Longe de acabar com o sofrimento, a terapia tem como objetivo fornecer ao indivíduo habilidades para que ele possa lidar com o sofrimento de sua vida e, também, se posicionar, se defender e enfrentar as injustiças, a desigualdade, a discriminação, a opressão familiar e de sua comunidade, a violência do Estado. Mais do que transformar o ambiente adoeedor, a terapia visa fortalecer o indivíduo para que o mesmo possa se transformar, se proteger desse ambiente, aprender a lidar com ele e transformá-lo a partir de suas próprias vontades ou escolhas.

Portanto, nossa saúde mental vai muito além somente da terapia, mesmo que ela seja importante em muitos casos. Depende de nosso acesso à lazer, alimentação de qualidade, um ambiente familiar acolhedor e saudável, amizades e uma comunidade expandida com



quem dividir a vida, condições de moradia e trabalho adequadas, um bom sono, uma boa saúde física, com atividades físicas regulares, etc. Apesar de nem todas essas questões estarem sob nosso controle, é através da nossa ação individual e organização coletiva que podemos conquistá-las. Caso sinta que precisa de ajuda, não hesite em procurar, seja através do SUS ou em profissionais particulares. Cuidar de nós mesmos e daqueles que nos importamos é a única maneira de conseguirmos enfrentar o que está dado, cultivando nossa saúde mental e mantendo nosso povo vivo.

Caso você ou alguém que você conheça esteja lutando contra problemas de saúde mental, procure ajuda. No Brasil, o **Centro de Valorização da Vida (CVV)** fornece ajuda ou informações de forma gratuita. O apoio emocional e serviço preventivo ao suicídio está disponível pelo número **188** ou pelo site **www.cvv.org.br**. O atendimento é 24 horas.

○ **Disque 100** recebe denúncias de violações de direitos humanos.

○ **Disque 1746** é a central de atendimento ao cidadão da Prefeitura.

JUVENTUDE EM AÇÃO

Cultura, comunicação e juventude em Rio das Pedras

Molecada do Rock ocupa espaço e já cuida até de horta

Gabriel Gleysson

O Cine & Rock nasce como um movimento de ocupação territorial da molecada do Rock entre 2011, 2012 e 2013. O grupo fez a limpeza da Praça do Pinheiro e a transformou em um local para as crianças brincarem e praticarem esportes. A ação ajudou os jovens que curtem Rock a se sentirem pertencentes ao local. Eles se sentiam oprimidos pelo gosto musical.

“Quem vinha para a praça, sabia tocar guitarra, ensinava o outro; o violão, o outro; baixo, o outro; bateria, o outro,

né”, conta Léu, animador do espaço.

Em 2018, o Cine & Rock passa a ser um ONG de atendimento direto de crianças de 4 a 17 anos, atuando em quatro eixos principais: educação, cultura, esporte e lazer. E também na horta comunitária.

A horta começou em parceria com a loja Parceria Carioca, que doou os pés de árvores frutíferas. Hoje, no pomar, há pés de amora e seriguela, que dão o ano inteiro, e pés de jaboticaba, pitanga, acerola, jaca, jamelão, manga, goiaba, coco. A horta tem alface, tomate, pi-

mentão, abóbora, plantas medicinais, hortelã, boldo e carquejo.

Tudo feito pelas crianças e jovens, que plantam, tomam conta e aprendem a importância das árvores frutíferas, alimentícias, das plantas medicinais.

“É bonito ver a comunidade vir aqui e pedir uma muda, umas folhas. A folha do pé de manga é bom para tratar obesidade, o colesterol. A folha da amoreira é boa para menopausa, é bom para abaixar o diabetes, é bom para abaixar a pressão”, diz Léu.

Hoje o ponto de Cultura do Cine & Rock atua principalmente sobre a vulnerabilidade alimentar, fornecendo café da manhã, almoço e jantar para crianças e adolescentes e distribuindo cestas básicas.

Saúde em Rede! Juntos por Rio das Pedras

No dia 8 de fevereiro, rolou o Mutirão pela Saúde na Praça do Pinheiro, em Rio das Pedras. Uma iniciativa da União dos Coletivos, movimentos sociais e instituições que trabalham para promover saúde e bem-estar no nosso território. Estavam lá o Instituto Prover – InPro, Ponto de Cultura Cine & Rock, Recanto da Areinha, Instituto Rio das Pedras, Mulheres de Atitude-RP, Flor da Maturidade, Conexões Periféricas-RP, Instituto Lócus, Centro Cultural Celinho, Rede Favela Sustentável, Associação de Moradores de Rio das Pedras, Núcleo Piratininga de Comunicação, Departamento de Ciências Sociais/PUC-Rio, e o Plano Integral de Saúde nas Favelas do Rio de Janeiro da Fiocruz.

Cartaz do Mutirão pela Saúde



Douglas Heliodoro (Conexões Periféricas/NPC) dá entrevista no Muritão Pela Saúde

Agência Lume

Jornalismo independente, difusão de conhecimento e ação comunitária



Jovens de RP que constroem a Agência Lume

A Agência Lume leva comunicação de qualidade para os moradores de Rio das Pedras e outras regiões de Jacarepaguá e desenvolve projetos que valorizam a história e cultura dessa região. O trabalho é contínuo, baseado na escuta atenta e no compartilhamento de conhecimentos, combinando jornalismo independente, difusão de conhecimento e ação comunitária. No site da agência (agencialume.com) e nas redes sociais há forte interação com os leitores.



O SUS cuida da sua saúde e da saúde do Faustão

Antigamente não havia qualquer direito de saúde para as pessoas. Assim como não havia direito à aposentadoria ou licença de trabalho por doença. A saúde e tratamento das doenças eram responsabilidade exclusivamente das pessoas, de acordo com o que conseguissem pagar.

Breno Rocha*

Para que os trabalhadores tivessem alguma garantia de saúde, associações populares, religiosas, de bairros, de trabalhadores se organizavam para arrecadar fundos para garantir aos seus membros recursos em caso de doença, invalidez ou morte de um cônjuge. Os sindicatos passaram a organizar caixas de aposentadorias e pensões. Só com a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), em 1943, os trabalhadores que tinham carteira assinada e seus familiares passaram a ter alguma garantia de cuidados em saúde a partir dos recursos da previdência social. Os trabalhadores rurais só foram ter esses direitos a partir de 1963, vinte anos depois.

Quem tinha dinheiro, pagava por atendimentos particulares. Todas as demais pessoas eram atendidas como indigentes pelos hospitais filantrópicos, incluindo as Santas Casas, e serviços de urgência e emergência.

A partir de 1964 foi criado o Instituto Nacional de Previdência Social (INPS). Depois, foi criado o Instituto Nacional de Assistência Médica da Previdência Social (INAMPS), que também era financiado pela previdência dos trabalhadores, e era focado na atenção à saúde.

As empresas privadas de

saúde construíram hospitais com recursos públicos de saúde fornecidos pelo Estado. Quando esses estavam prontos, o governo pagava a essas mesmas empresas por atendimento com recursos da previdência dos trabalhadores. Muitas dessas empresas, depois de terem seus hospitais financiados, se desligavam do INPS/INAMPS e passavam a atender apenas as pessoas que tinham como pagar.

Como não tinha rede própria, o INAMPS tornava-se cada vez mais caro de manter e não se ampliava o número de unidades, sempre escassas para o tamanho da população. Além disso, esses hospitais eram construídos quase exclusivamente nos grandes centros urbanos, e a população rural e de cidades menores continuava sem acesso aos cuidados de saúde.

Movimentos de bairro e profissionais de saúde se uniram para criar a experiência dos postos de saúde, também influenciados pela proposta anterior dos centros de saúde. Esses postos eram pequenos, contando com poucos profissionais e recursos. Porém, devido à sua localização junto à comunidade, eram capazes de fornecer atenção às diversas necessidades de saúde das pessoas e de maneira muito mais rápida e com fácil acesso, trabalhando também na prevenção das doenças.



Reforma Sanitária

O movimento da Reforma Sanitária nasceu no contexto da luta contra a ditadura, no início da década de 1970. Era formado por setores profissionais da saúde, movimentos populares, associações de moradores, de trabalhadores urbanos e rurais, comunidades eclesiais de base, universitários, professores, organizações políticas, entre outros. Tinham em comum a luta pelo direito à saúde, entendido não só como o combate à doença, mas também como direitos sociais como habitação, alimentação, trabalho, terra para plantar, água tratada, cuidados com o lixo e com o ambiente. E especialmente, democracia.

As discussões e lutas trazidas por esse movimento culminaram na 8ª Conferência Nacional de Saúde, ocorrida em 1986. Nessa conferência, o direito universal à saúde e os princípios que formariam o SUS foram bem definidos e acordados com as demandas da sociedade. E isso levou à Assembleia Nacional Constituinte aprovar essas demandas na Constituição de 1988, criando o Sistema único de Saúde, conhecido como SUS.

A constituição de 1988 define a saúde como direito de todos e dever do Estado.

Graças a ela, o Brasil é o único país com mais de 200 milhões de habitantes a ter um sistema de saúde pública universal totalmente financiado pelo Estado. A Constituição garante que todos têm direito a atendimento de saúde. Com o SUS, a saúde finalmente atingiu de maneira significativa o interior do país, onde antes não havia quase atendimento à saúde, que ficava apenas nas cidades.

O SUS também cuida de campanhas de prevenção, vacinação, fornece remédios, fiscaliza a qualidade de alimentos e produtos de saúde, financia pesquisas e levantamentos de dados sobre a saúde da população.

Mas os interesses do setor privado fizeram com que o SUS tivesse adversários desde o seu surgimento. Foram criados diversos obstáculos para o seu financiamento e implantação, e diversos cortes de recursos públicos fazem com que os serviços oferecidos ainda não tenham atingido o tamanho e quantidade necessários para a população. Ainda assim, o SUS consegue fornecer uma grande quantidade de cuidados para toda a população com uso muito eficiente dos recursos que têm à disposição.

As empresas privadas de saúde e de planos de saúde não têm interesse de que o SUS consiga oferecer um serviço de qualidade para todos, se não elas não tem como lucrar vendendo esses mesmos serviços. Mas mesmo essas empresas não querem que o SUS deixe de existir, pois elas podem escolher os atendimentos mais simples e/ou lucrativos e deixar os demais para serem resolvidos pelo SUS, como foi o caso do Faustão.

O famoso apresentador de televisão precisou de um transplante de coração e foi operado pelo Sistema Único de Saúde. A fila de transplantados é única e regulada pelo SUS. Isso garante que todos os pacientes tenham acesso igualitário aos órgãos disponíveis, com base em critérios técnicos como compatibilidade sanguínea e gravidade do caso.

Nascido em 1988, o SUS é uma conquista e construção popular. Mas que não é garantido, e que continua em construção. É necessária uma mobilização constante para que não seja desmontado e continue avançando, melhorando cada vez mais sua cobertura e qualidade.

* Breno Rocha é médico e trabalha no SUS

Curso de Comunicação Popular e Saúde em Rio das Pedras

No conceito, a Comunicação Popular é algo perfeito, mas na prática, como funciona? Quais são os meios para que ela possa realmente fazer efeito na vida das pessoas?

Cássia Moura

A Comunicação Popular é uma forma alternativa para se comunicar com a parte mais desassistida da população, pois as grandes mídias levam e trazem informações que melhor lhe convêm. A Comunicação Popular quebra essa corrente e chega de forma direta e simples para todos, abrindo os olhos e ouvidos do povo para a verdadeira luta em busca de seus direitos. Ela abriga, acolhe e transforma o povo em protagonista da sua própria história.

Foram mais de 40 inscritos no 1º Curso de Comunicação Popular em Promoção à Saúde em Rio das Pedras. Alunos de diferentes gerações. A mais nova, com 16 anos. A mais vivida, com mais de 60. Foram estudantes, comunicadores locais, coletivos e ONGs, trabalhadores liberais, professores, profissionais da saúde e por aí vai... Diferentes gêneros, etnias e pensamentos na troca para falarmos e fazermos a comunicação popular se fortalecer e gerar impacto de transformação pessoal e coletiva com o olhar voltado para a saúde, para nosso território.

Vamos levar informação para todos de Rio das Pedras com nosso jornal Conexões-RP e nosso podcast, produzidos durante o curso.

Ao longo de cinco meses tivemos encontros periódicos aos sábados com uma programação rica em conhecimento que passou por pautas como direito à saúde, história de Rio das Pedras e passeio externo para Pequena/Grande África. Sabemos que não seremos mais os mesmos. Entre nós, já somos multiplicadores de

ideias, parcerias e vivências continuadas.

Tudo isso não seria possível sem uma luta de lá de trás, há mais de 30 anos.

Venho falar do Núcleo Piratininga de Comunicação (NPC), Claudia Santiago, Vito Giannotti e todos os trabalhadores e trabalhadoras que são a base da nossa sociedade. Somos os setores populares e precisamos aperfeiçoar a nossa comunicação para alcançar nosso objetivo de construção de uma nova sociedade por meio de formação e informação. De maneira objetiva, que todos possam ter acesso em seus diferentes meios de se comunicar.

Agradecemos muito e vamos continuar esse legado para as próximas gerações.

O curso só foi possível porque tivemos o apoio da Clínica da Família Helena Besserman Viana, do Caic Euclides da Cunha, do Recanto do Areinha, Semeando Amor, Construindo o Saber, Biblioteca Comunitária Wagner Vinicio, Gee Periferia Digital e da Agência Lume.

Os recursos para o curso vieram do projeto "146X favela; Plano Integrado de Saúde das Favelas do Rio de Janeiro".

Comunicação popular é coletiva e temos a honra de termos passado pelo NPC, que é, sobretudo, sinônimo de luta e resistência. Que acreditou no Conexões Periféricas, coletivo de comunicadores e educadores populares de Rio das Pedras, para executar esse importante projeto. Em nome de todos do Conexões Periféricas, nosso muito obrigado(a) a todos e todas pela participação presente e no grupo de zap que bombou.



“De que adiantam nossas belas ideias se não forem conhecidas pelas pessoas?”

Claudia Santiago

PROGRAMAÇÃO:

A Comunicação Popular e o direito à saúde pública; TEA e TDAH; A história de Rio das Pedras; Como usar as redes e a inteligência artificial para defender o SUS e se proteger das Fake News; Oficina - Dicionário de Favelas; Produção de vídeos por celular; Caminhada pela Pequena África e produção do jornal e podcast.

Professores e oficinairos convidados: Claudia Santiago; Breno Rocha; Carlinhos Silva; Priscila Marques; Arthur William; Equipe do Dicionário de Favelas; Thais Sales e Douglas Heliodoro (Conexões Periféricas); Bruno Dias; Simone de Paula e Carlos D. Medeiros. Com a participação de: Fernando Barros; Douglas Heliodoro; Joyce Cunha (Conexões Periféricas); Thais Sales (Audiovisual); Dicionário de Favelas; Flávia (Recanto do Areinha); Cássia Moura (Gee Periferia Digital); Fernanda Calé (Agência Lume); Richarlls Silva (Fiocruz); Eduarda de Farias (Semeando Amor); Renan Moura e Lucas Farias (Construindo o Saber).

Nosso agradecimento especial vai para Richarlls Martins, pesquisador e ativista na área de saúde pública e direitos humanos no Brasil que esteve presente no nosso curso e nos apoiou durante toda a jornada. Richarlls é coordenador do Plano Integrado de Saúde nas Favelas do Rio de Janeiro.

GALERIA DE FOTOS

Curso de Comunicação Popular e Saúde em Rio das Pedras



Aula de campo na Pequena África



Exibição do filme "Ainda estou aqui"



Aula na Clínica da Família Helena Besserman



Aula na Clínica da Família Helena Besserman Vianna



Aula no CAIC Euclides da Cunha



Aula na Clínica da Família Helena Besserman Vianna



Aula na Clínica da Família Helena Besserman Vianna



nan Vianna



Aula na Clínica da Família Helena Besserman Vianna



Aula de campo na Pequena África



Aula de campo na Pequena África



Aula na Clínica da Família Helena Besserman Vianna

Todas as fotos foram feitas pelos participantes em atividades do curso.

Número de habitantes em Rio das Pedras é cada vez maior

Duas clínicas é pouco

Infecção urinária, fibromialgia, ansiedade e depressão maltratam mulheres de Rio das Pedras

Catarina Otaviano, Lorena Araujo, Marília Paixão, Willian Alves, Maria Luiza, Flávia Lima, Carlinhos Silva e Meira Santana

As Clínicas da Família chegaram em Rio das Pedras entre 2012 e 2016. A clínica Otto de Carvalho tem cerca de 70 mil pessoas cadastradas em dez equipes. Já a CF Helena Besserman Vianna, onze equipes e 62.375 moradores cadastrados. Ambas oferecem atendimento de atenção básica.

Atendimentos relacionados a hipertensão, ansiedade, ferimentos leves e ao sistema reprodutivo feminino estão entre os mencionados em nossas entrevistas. Rita de Cássia, agente de saúde da CF Helena Besserman Vianna, lista os serviços oferecidos pela clínica: “Curativo, vacina, aferição de pressão e até atendimento odontológico. Fora o acompanhamento que realizamos diariamente. Desde a gestante ao idoso. Hipertensos, diabéticos, acompanhamento de puericultura (crianças).

Como trabalhamos no atendimento de atenção básica, nem tudo conseguimos realizar, pois não contamos com médico especialista e, sim, com o médico e enfermeira de família. E aí que encaminhamos eles de acordo com suas necessidades,” diz Rita. Ela relata que sífilis, infecção urinária, fibromialgia, ansiedade e depressão são as doenças que mais acometem as mulheres de Rio das Pedras.

De acordo com Sylvania Sousa de Mattos, técnica de enfermagem de 52 anos, as clínicas “tem que ter mais profissionais, não deixar uma equipe tanto tempo sem profissional, pois isso atrasa quando temos a necessidade de fazer solicitação de exames de fora ou quando precisamos de acompanhamento de outros tipos de médicos que não sejam da clínica médica.”

O que dizem as mulheres que procuram clínica

Entrevistamos mulheres usuárias dos serviços das Clínicas da Família Otto de Carvalho e Helena Besserman e, ao serem perguntadas sobre o acompanhamento de terceiros a atendimentos médicos, não hesitaram em mencionar filhos, netos e bisnetos.

Georjan da Silva Pereira, nascida e criada em Rio das Pedras, tem 48 anos, trabalha com materiais recicláveis e tem uma filha com lesão nas costas. Georjan precisa renovar receitas médicas constantemente e ir buscar curativos para os parafusos que a menina usa. “Eu não posso sair de casa com uma criança acamada. Outra vez fui trocar receitas, fui até a farmácia da Clínica da Família e não tinham os remédios dela. Tive que comprar.”

Neide Maria de Souza, dona de casa de 42 anos, diz: “No guichê até que é rápido para marcar alguma consulta, mas em relação a encaminhamento para alguma consulta ou algum exame em clínicas especializadas e hospitais... Quando passa pelo SISREG é bem lento.”

Além das queixas, também ouvimos elogios sobre o acolhimento: “Quando tenho qualquer problema, enfermidade, vou à Clínica da Família e sou bem atendida”, diz Severina Bento do Nascimento, de 64 anos.

Do outro lado do guichê, a agente de saúde Rita de Cássia pondera: “O SUS poderia melhorar em muita coisa se tivesse investimento.”

Fazer exames todo ano pode evitar muitas mortes

O diagnóstico precoce de doenças como câncer de mama e no colo do útero pode evitar muitas mortes. Mas a participação nas campanhas de prevenção, como no Outubro Rosa, ainda é baixa. A presença de agentes de saúde, que fazem visitas, ligações e enviam mensagens aos pacientes cadastrados é muito importante.

“Apesar de termos alcançado no ano passado um número de 2.000 mulheres para prevenção de câncer do colo de útero, é um número bem pequeno comparado à quantidade de mulheres que temos no território,” diz Rita de Cássia.

Marília Paixão, 61 anos e paciente assídua da CF Helena Besserman, atribui a baixa adesão ao receio do diagnóstico.

Para Rita, “entender o grupo que você quer alcançar é o que faz a diferença”. A profissional sugere investimentos em “mais campanhas nos locais de maiores movimentos como metrô, estação de ônibus, comerciais informativos de linguagem clara. Investir na educação em saúde e infraestrutura em geral”.

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), o câncer de colo de útero está entre os mais comuns entre as mulheres no Brasil. “No SUS, começamos a investigação dos 25 aos 65 anos [...]. Acontece também com muitas mulheres, principalmente na nossa comunidade [...] Às vezes elas não entendem a importância do exame, então explicamos como o exame funciona, porque deve ser feito.”



Estou com câncer. E agora? O que fazer?

Esta entrevista foi feita em 18 de janeiro de 2025. No dia 26 de fevereiro, Maria Luiza fez sua primeira consulta no INCA-II. Vamos defender o SUS!

O bom funcionamento depende da organização popular. **Viva o SUS!**

Sou Cássia do Conexões Periféricas e estou aqui com a Maria Luiza da Silva, aluna do curso e comunicadora popular do jornal **Conexões - RP**. Maria Luiza é a personagem da história que nós vamos contar aqui.

Conexões: A gente tá aqui para falar sobre a saúde da mulher. Eu queria que você contasse como você anda de saúde.

D. Maria Luiza: No dia 5 de dezembro eu descobri que tô com câncer. Tô esperando o SUS marcar. A doutora lá do Benfica pediu urgência para eu fazer o tratamento lá no INCA. E eu tô dependendo dessa consulta para mim fazer uma cirurgia pra tirar o útero porque meu câncer é maligno. É rápido, tem que ser rápido! Tem dia que dói muito, tem dia que eu sangro. Não posso fazer nenhum esforço, não posso ter aborrecimento, não posso ter nada.

Conexões-RP: E a Clínica da Família? Quando você sente dor, você vai até lá? Como são os primeiros cuidados lá deles?

D. Maria Luiza: Eu fui lá, na semana passada, aí me botaram no soro. Passei a manhã lá. Botaram no soro, botaram Dipirona e Buscopan. Tomei 1 litro de soro. Aí depois vim pra casa. Mas só foi isso mesmo. Aí passaram pra mim receber o Buscopan lá, mas não tinha na farmácia de lá. Tive que comprar. Aí depois que eu comecei a tomar Buscopan parei mais de sangrar, né. Mas ainda sinto dor.

Conexões-RP: Maria, qual é a sua idade?

D. Maria Luiza: 64 anos.

Conexões-RP: Você é de onde?

D. Maria Luiza: Eu sou de Teresina, Piauí. Comecei a vir em 1980, aí voltava pra casa, aí vinha de novo. Estou aqui.

Conexões-RP: Você já foi diagnosticada com câncer de útero e só precisa fazer essa remoção. Há quanto tempo está na fila?

D. Maria Luiza: Para marcar essa consulta pra mim fazer esse exame lá no Benfica, eu fiquei um ano esperando no SISREG. Aí eu disse pra moça lá, pra assistente de lá e para a doutora, que eu não posso ficar mais um ano esperando, que eu não sei quanto tempo tá esse câncer.

Conexões-RP: E como você se sustenta?

D. Maria Luiza: Recebo Bolsa Família.

Conexões-RP: E para comprar medicamentos?

D. Maria Luiza: Às vezes os amigos ajudam, que sabem como é que eu tô, né. Tem um rapaz lá pelas casas que às vezes compra o meu remédio.

Conexões-RP: Obrigada, tá?

D. Maria Luiza: De nada!

MULHERES DE RP

Entrevista com Dona Vânia, liderança do projeto Semeando Amor

Muitas coisas que são jogadas no lixo podem ser aproveitadas na alimentação

O aproveitamento integral dos alimentos mata a fome e protege o planeta.

Vanessa Avelino

O projeto Semeando Amor teve início em 2001. Sua sede é no final do Areal, na comunidade Rio das Pedras. Sua fundadora é a dona Braulice Runco. No início, um hortifruti fazia doação de legumes e com isso, se fazia a sopa para a população mais vulnerável.

Atualmente, Dona Vânia, moradora de Rio das Pedras, é uma das lideranças desse trabalho. Ela vai falar um pouco da importância do aproveitamento integral dos alimentos.

Conexões-RP: Qual a importância do aproveitamento integral dos alimentos?

Dona Vânia: As famílias de baixa renda é que conseguem aproveitar o valor nutricional num todo dos alimentos. Conseguem aproveitar as cascas e as sementes. O pouco que elas compram, elas consomem os alimentos completos e isso já ajuda muito tanto na alimentação quanto no bolso.

Conexões-RP: Como a senhora vê a prática de aproveitar o alimento num todo?

Dona Vânia: Ainda muito longe de ser uma coisa que as pessoas estejam preocupadas com isso, em aproveitar o valor nutricional, em aproveitar o alimento na sua totalidade, em se preocupar com o descarte do lixo orgânico. Essa preocupação ainda não existe, é uma questão de educação.

Conexões-RP: Como podemos aprender a fazer o aproveitamento integral dos alimentos?

Dona Vânia: É procurar na Internet receitas de como aproveitar as cascas e como aproveitar integralmente o alimento. Tem receitas de todo o tipo, basta a pessoa querer se preocupar e estudar, querendo o melhor para sua vida, para a sua família.

Conexões-RP: Qual alimento é o seu “queridinho”?

Dona Vânia: Com a casca da banana podemos fazer carne louca, cobertura de bolo, compotas, bife; então conseguimos fazer doces e salgados com as cascas de bananas.

Conexões-RP: Qual a importância dessa prática para o Planeta na sua opinião?

Dona Vânia: O aproveitamento integral dos alimentos impacta de uma forma muito positiva o nosso planeta porque vai deixar de ser descartado o lixo orgânico, que é um lixo que provoca muitos gases. Nas comunidades existe um número imenso de pessoas que moram próximas umas das outras e as lixeiras também são próximas. O aproveitamento integral dos alimentos às vezes vai ajudar não só no meio ambiente dali da favela, como no planeta todo porque tudo o que você faz no meio que você vive, impacta no planeta de forma positiva ou negativa. Então se esse lixo orgânico deixar de ser jogado nas lixeiras, o impacto é incrível para o nosso planeta.



O APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS IMPACTA DE UMA FORMA MUITO POSITIVA O NOSSO PLANETA PORQUE VAI DEIXAR DE SER DESCARTADO O LIXO ORGÂNICO, QUE É UM LIXO QUE PROVOCA MUITOS GASES.

Entrevista com Marília Paixão, nossa guerreira, companheira aqui do curso

Rio das Pedras precisa de uma UPA

Um depoimento claro, específico e muito bem detalhado pra vocês, irmãos e irmãs!

Fernando Silva

Conexões - RP: **Marília, quando você veio morar em Rio das Pedras?**

E por quê?

Marília: Eu vim pra cá tem uns 20 anos. Sou carioca, nascida e criada. Vim pra cá porque eu me separei, criei um filho sozinha na Taquara. Não tinha família aqui. Fui acolhida por meus amigos.

Conexões-RP: Então você veio pra cá através de amigos?

Marília: Sim, na época de enfermagem. Eu trabalhava em Copacabana e um dia minha amiga falou: “vamos lá em casa, na Muzema”. Da Muzema, viemos pro Rio das Pedras. E eu fiquei. Aí apareceu um salão de beleza. Eu trabalhava lá à noite, ali na Rua Velha, onde eu resido até hoje.

Conexões-RP: O que você viu e sentiu quando chegou aqui?

Marília: Olha, eu sempre achei o Rio das Pedras muito precário de certas coisas. O que mais eu via aqui é diversão. Hoje já não tem como antes. A população cresceu em conhecimentos, em trabalhos. Naquele tempo tinha muita barraca desalojada. Hoje tem prédios que já foram demolidos e tem outros que já foram construídos. É bem diferente de 20 anos atrás. A feira sempre existiu, sempre gostei de ir à feira.

Conexões-RP: Você acha que hoje você vive um pouco melhor aqui?

Marília: Sim. Eu curto muito a Clínica da Família. Eu tenho muito carinho pelo pessoal. E eu tenho muito acolhimento.

Como eu sou da área da saúde, mesmo que não exerça mais a profissão, eu levo muitas pessoas para fazer exame. Eu leio muito a receita. Tenho muito contato com os médicos e com as enfermeiras. Naquele tempo também não tinha muitas lojas. Hoje nós temos Casa & Vídeo, temos um monte de mercado. No meu tempo, tinha um bingo que foi demolido.

Conexões-RP: Boa! É verdade, não tinha Casa & Vídeo.

Marília: Não tinha. As lojas agora são beleza para se comprar, né? Foi chegando coisa. Foi atraindo lojas. Isso aí você já vê que já é uma mudança.

Conexões-RP: Você falou de diversão. Eu estou aqui tentando pensar que diversão que se tinha na época que não tem hoje.

Marília: Tinha muito forró familiar. Hoje a maioria das pessoas se diverte em barzinho. Em bares até grandes. Tinha o Forró do Maranhão, o Forró das velhas. Tinha o do Ceguinho. Depois tinha aquele outro do lado do Ceguinho. Hoje eu crio dois netos que são órfãos. Perdi a minha nora tem oito anos. Então é muito difícil hoje eu ter o que eu tinha 20 anos atrás.

Conexões-RP: Você acha que falta lazer em Rio das Pedras?

Marília: Eu acho que sim porque tem lugares que a gente não pode frequentar. Tudo muito mais caro, tudo mais jovem, né? Revolucionou muito o mundo aqui nesse sentido. Tem uma coisa muito importante e que não tem aqui no Rio das Pedras. É um cuidado com o idoso. Um

dia, se eu tivesse dinheiro, eu investiria num asilo. Não pra eu ficar de frente tomando conta dos meus vózinhos, minhas vózinhas. Investir em outras pessoas pra me ajudar a cuidar da alimentação, no bem-estar.

Aqui o carro estaciona e a gente não pode passar com a cadeira de rodas. Eu falo isso porque eu sou usuária de cadeira de rodas? Não, mas o paciente que eu tomo conta faz uso. Entendeu? É tudo muito difícil. Muito carro. Então fica muito estreito aqui. Apesar das obras agora, que deram uma melhorada. Falta a organização pro acesso das pessoas com deficiência aqui. Falta muita coisa pra melhorar.

Conexões-RP: Marília, eu tenho uma curiosidade. Na sua opinião, o que você acha que precisaria melhorar aqui no Rio das Pedras?

Marília: Minha prioridade seria lazer pra pessoas com mais idade. Pra gente ter possibilidade de se divertir. Outra coisa também é pras crianças. Área de lazer, esporte. A população daqui é muito grande. Pagar ninguém pode. Então tinha que ter uma área de lazer. Uma área de esporte. E pro idoso, uma casa de recolhimento. E precisava não ter só a Clínica da Família. O ideal seria que tivéssemos também uma UPA. É muito apertadinho. É pequeno. É populoso. Mas tem espaço pra uma UPA.

Conexões-RP: Como você explicaria Rio das Pedras para alguém que não conhece?

Marília: Eu amo Rio das Pedras. Eu caí de paraquedas aqui e tive acolhimento. Eu falo de Rio das Pedras como se eu tivesse nascido aqui. Rio das Pedras tem tudo e não tem. É um lugar que seria um lugar bom de se viver, mas que precisa de muita melhora.



EU FALO DE RIO DAS PEDRAS COMO SE EU TIVESSE NASCIDO AQUI. RIO DAS PEDRAS TEM TUDO E NÃO TEM. É UM LUGAR QUE SERIA UM LUGAR BOM DE SE VIVER, MAS QUE PRECISA DE MUITA MELHORA.

MULHERES DE RP

Entrevista com Flávia Lima, companheira do curso e criadora do Recanto da Areinha

Muita coisa boa acontece em Rio das Pedras

“As pessoas acham que nada de bom acontece aqui dentro. E a gente sabe que acontece porque a gente acompanha, a gente faz. Tem coisas boas acontecendo aqui. Se a gente espalhar isso, até atrai mais pessoas. Atrai mais coisas e mais pessoas.”

Luisa Souto

Conexões-RP: Eu queria que você me contasse um pouco sobre o Recanto da Areinha. Fala um pouco sobre essa experiência, como surgiu...

Flávia Lima: Tudo começou com os movimentos em torno da questão política dentro da comunidade. Nós criamos um grupo [no Facebook]: “Todas contra o Crivella” porque a gente não aguentava a verticalização da favela. O grupo tinha um conselho político para discutir sobre moradias, sobre qualidade vida, sobre água... Depois que acabou o mandato, o grupo se dispersou. Cada uma foi pra outros grupos. E a gente ficou aqui pensando que a gente poderia criar outro grupo para continuar discutindo sobre essa demanda da comunidade. Aí no pós-pandemia veio a ideia. Nós vimos o espaço, veio a ideia. A gente botou o nome de Recanto da Areinha.

Conexões-RP: Por que Recanto da Areinha?

Flávia Lima: Porque é no final do Rio das Pedras. O pessoal não queria muito porque tem enchente, o pessoal sofre muito. Mas eu falei: “é aqui que quero ficar”. É o lugar que está mais precário, né? Me disseram que tinha que ser em algum lugar pra todo mundo ver, mas eu falei que eu não fazia questão de todo mundo ver. Não é para chamar atenção. É para fazer alguma coisa. Para ajudar. Então

fundei o Recanto da Areinha. Começou em outubro de 2021 e vai fazer 4 anos agora em 2025.

Conexões-RP: O que exatamente vocês fazem?

Flávia Lima: Fazemos trabalho com crianças que às vezes não estão na escola porque não conseguiram vaga, às vezes foram expulsas. Fazemos coleta de garrafas pra poder trabalhar com matemática, trabalhar com brinquedo, fazer brinquedo com tampinhas de garrafas. Fazemos vassouras de garrafas pet. Fazemos artesanato.

Nos juntamos com outros movimentos e grupos. Durante a pandemia, havia mais grupos, mais gente envolvida. Eu e o Carlinhos ficamos aqui na cara e na coragem. A gente não queria desistir. Aí tem o Conexões Periféricas, que nunca desistiu. O pessoal da PUC também veio. Alguns comerciantes. E a gente continuou mantendo... Eu criei um grupo no WhatsApp pra pedir ajuda, por exemplo, para pagar o aluguel. A gente faz mutirões na sede quando enche tudo por causa da chuva.

Conexões-RP: Tem o “Jovens Pesquisadores”.

Flávia Lima: Sim. A gente leva as crianças para andar no percurso do rio e falamos sobre a história do rio: Como é que aconteceu? Por que ficou assim? Por que hoje em dia chama de valão? Criamos também uma maquete da favela na visão das

Oficina de Sabão Caseiro



crianças. Como é que ela vê a comunidade? Elas construíram os prédios através de caixinhas de papelão. A favela, o rio.

Depois disso, a gente conseguiu uma ajuda do INPRO, que ganhou um edital da Fiocruz. Esse ano vai ter aula de crochê pras mães das crianças. Algumas mães não têm como comprar linha, então a gente tem que fazer os corres pra ver se consegue alguma verba, alguma coisa para conseguir colocar esse projeto para frente. Agora vai ter a horta. Tudo que a gente plantar, a gente vai colher e dar para as mães das crianças.

Conexões-RP: E o sabão?

Flávia: Tem a coleta do óleo que eu uso para fazer sabão artesanal a partir do óleo de cozinha usado. Fui aprendendo. Deu errado, deu certo... Aquela coisa. Aí, deu certo. Já fiz na favela sustentável. Fiz uma feira

e não sobrou um. Vendi todos. Todo mundo amou o sabão. Ontem mesmo minha patroa me ligou e pediu para levar três pra ela.

Conexões-RP: Com quais coletivos vocês trabalham?

Flávia: Agora tem como se fosse um fórum de organizações de Rio dos Pedras com nove coletivos que se comunicam: Conexões [Periféricas], Recanto da Areinha, INPRO, Cine & Rock. Tem o Mulheres de Atitude, que é com a Martinha. Tem o Celinho, tem o Zequinha. A união chama as pessoas.

Conexões-RP: E como é que vocês fazem para mobilizar as pessoas para irem, por exemplo, para essa atividade da horta?

Flávia: Instagram, bater na porta. São nove coletivos. Se cada um levar três pessoas,



forma uma coisa grande. Quem está financiando é o INPRO, pelo projeto da Fiocruz. Infelizmente, a gente só vê coisas negativas sobre Rio das Pedras, né? As pessoas acham que nada de bom acontece aqui dentro. E a gente sabe que acontece porque a gente acompanha, a gente faz. Tem coisas boas acontecendo aqui. Se a gente espalhar isso, atrai mais coisas e mais pessoas.

Como nasceu Rio das Pedras

A segunda maior favela do Brasil em número de domicílios, segundo o IBGE. De 2000 a 2010, o número de moradores de Rio das Pedras passou de 42.731 para 63.482

Aldenise da Silva Santos

A origem da comunidade remonta à década de 1950. A área, que anteriormente era pantanosa e também continha muitos areais foi sendo, ao longo dos anos, aterrada pelos novos moradores, imigrantes nordestinos que se estabeleceram na região em busca de emprego, aproveitando o crescimento da Barra da Tijuca, na zona oeste do Rio de Janeiro. No final da década de 1960, houve uma ameaça de remoção das primeiras famílias que chegaram aqui. Houve resistência. Uma comissão foi formada para conversar com o governador da época. As famílias conseguiram ficar e Rio das Pedras foi crescendo.

Famílias começaram a se assentar próximo aos rios da região, utilizando-os como fonte de água. Inicialmente, as atividades eram similares às de cidades do interior brasileiro, com a agricultura como principal ocupação. A localidade recebeu o seu nome devido ao rio que o atravessa, que nasce na Floresta da Tijuca.

A expansão significativa ocorreu a partir da década de 1960 e 1970, impulsionada pelo crescimento da Barra da Tijuca e o aumento da necessidade por mão de obra. A construção e especulação imobiliária na Barra atraíram mais trabalhadores, que buscavam moradia próxima aos seus empregos, aumentando a população de Rio das Pedras. A comunidade cresceu. Trabalhadores da Construção Civil, domésticas, porteiros, garçons, cozinheiros, jardineiros.

A comunidade cresceu muito. Chegou muita gente em

1966 e em 1981. A criação da “Vila dos Caranguejos”, em 1983, e “Areal I”, em 1989, marcaram etapas importantes nesse processo de expansão. A ocupação dos prédios abandonados da Delfin Imobiliária, em 1991, também ilustra os conflitos pela terra e a luta pela moradia na região. Dessa luta, nasceram a Areinha, o Areal II e o Pinheiro.

O crescimento de Rio das Pedras foi grande. Antes era uma área rural. Virou uma das maiores favelas do Brasil. E continua crescendo. Em 1993, Rio das Pedras ficou conhecida pelo famoso baile do Castelo das Pedras, que atraía pessoas de todos os cantos do Rio de Janeiro para curtir o funk.

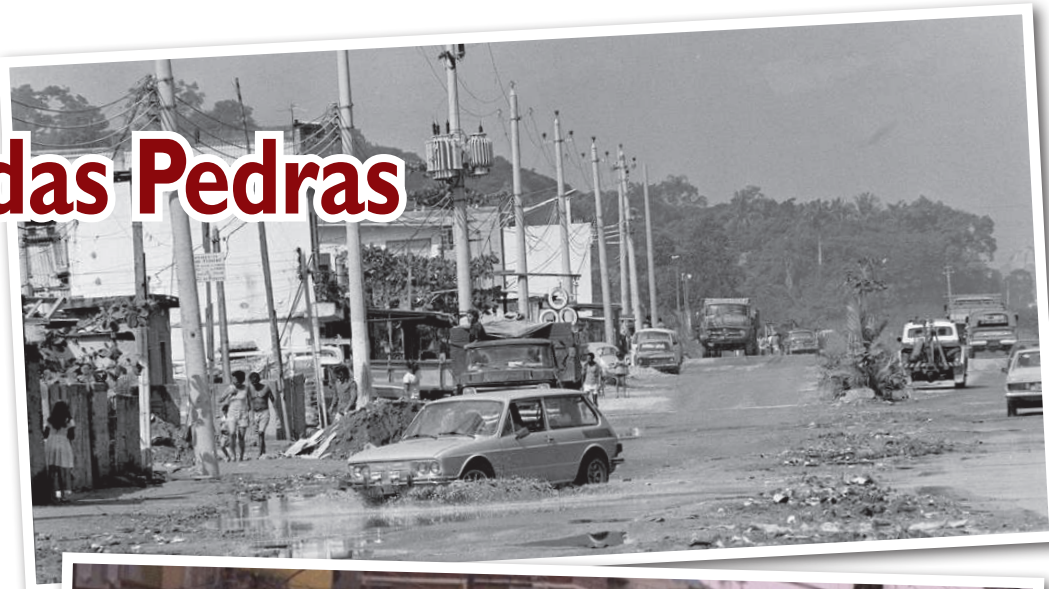
No início dos anos 2000, quase 60% dos moradores da favela estavam aqui há menos de dez anos. Esses dados estão na pesquisa do professor Antonio Carlos Alkmin, que se chama “Favela e questão urbana: pesquisa em Rio das Pedras”, publicada em junho de 2000 pela PUC-Rio.

As enchentes: o grande problema de Rio das Pedras

Por se localizar numa região pantanosa e de planície, desde a sua origem a comunidade sofre constantemente com enchentes e bolsões de água porque o tratamento de esgoto é precário no local.

As inundações no Rio das Pedras são causadas por vários fatores, incluindo chuvas intensas, mudanças climáticas, ocupação irregular do solo e oscilações da maré.

Rio das Pedras sofreu diferentes mudanças espaciais durante sua urbanização que, somadas ao avançar das mudanças



climáticas, tornam alguns eventos ambientais mais frequentes e destrutivos. As oscilações da maré têm atingido níveis mais altos do que antes. Além disso, essa água insalubre inunda áreas impermeabilizadas por asfalto e cimento, impossibilitando o escoamento e infiltração no solo. Sendo assim, esses locais também ficam alagados por mais tempo do que antes.

Essas regiões eram cobertas de manguezais, com solo permeável e florestado. Estavam plenamente preparadas para conter as marés e as cheias dos rios e da lagoa. A própria vegetação local, antes abundante, protegia a costa e as margens dos rios das marés altas, dos alagamentos e da erosão. A floresta de manguezal evitava que as cheias ganhassem a dimensão e o alcance territorial que têm hoje.

Em entrevista à jornalista Fernanda Calé, da Agência



Lume, o geógrafo Adão Osdayan Cândido afirmou que “Antes da ocupação, essa área era uma continuidade da lagoa, onde existia uma vegetação predominantemente de taboas, que ocupam áreas pantanosas. A dinâmica de marés, de entrada e de saída de água pela Lagoa da Tijuca, sempre esteve nessa

área”. Adão defendeu na Universidade Federal Fluminense (UFF) uma tese sobre os impactos da urbanização na bacia hidrográfica do Rio das Pedras. “Quando a maré sobe, isso acaba prejudicando a drenagem e o esgotamento sanitário e, conseqüentemente, traz danos aos moradores”, disse o especialista.

ALIMENTAÇÃO

A conexão do milho com nordestinos e nortistas em Rio das Pedras

Milho: tradição, cultura e sabor em Rio das Pedras

Welen Marques, Castiel, Paula Felipe, Breno, Carla Januário, Vahnessa Musch, Eliane Marques, Candice de Albuquerque

O milho é mais do que um simples alimento; é um elo cultural que une povos e gerações. Para os nordestinos e nortistas que vivem em Rio das Pedras, ele representa memória afetiva e tradição, sendo essencial em festas e celebrações religiosas. Sua versatilidade culinária permite que seja transformado em cuscuz, pamonha, canjica, bolo e até mesmo em um revigorante suco, ainda desconhecido por muitos cariocas. A cada espiga, há uma história que conecta o presente ao passado e fortalece os laços de identidade dentro da comunidade.

Origem e caminhos do milho até a nossa feira de bairro

Originário da América Central, o milho foi domesticado pelos povos indígenas há cerca de 7 mil anos. Chegou ao Brasil por meio das migrações e do comércio entre diferentes povos, tornando-se um dos grãos mais consumidos do país. Em Rio das Pedras, a feira local é abastecida com espigas vindas de diversas regiões do Brasil, especialmente do Nordeste, onde sua produção é intensa. O milho que encontramos nas bancas da nossa feira carrega não apenas sabor, mas também histórias de resistência e tradição.

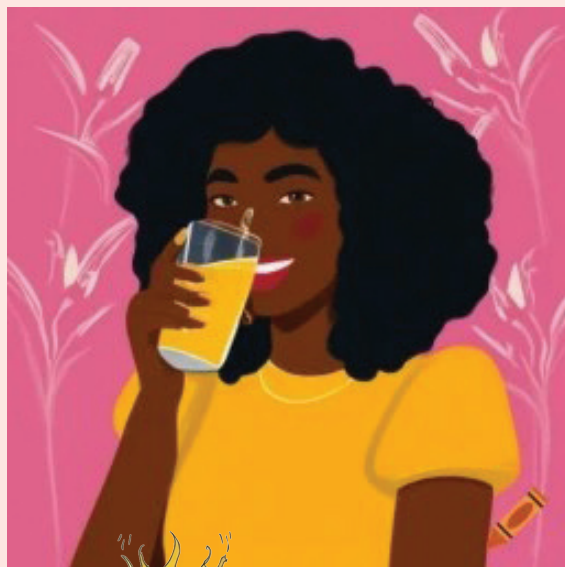
Benefícios para a saúde e curiosidades sobre o milho

O milho é rico em fibras, vitaminas do complexo B e antioxidantes como luteína e zeaxantina, que ajudam na saúde ocular. Além disso, o chá feito dos “cabelos” da espiga é um excelente diurético, auxiliando na saúde dos rins. Curiosamente, há mais de 3.000 produtos derivados do milho, incluindo o uísque americano e o etanol. No Brasil, ele é a base das festas juninas e das celebrações religiosas, reforçando sua importância na cultura popular.



Receita criativa contra o calor

Suco de milho gelado



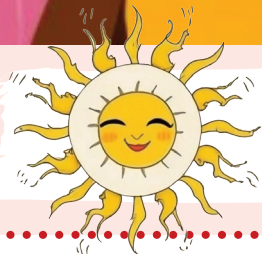
Ingredientes:

- 6 espigas frescas
- 2 litros de leite
- 3 e 1/2 xícaras de água
- 1 xícara de açúcar

Modo de Preparo:

- Se usar espigas, retire os grãos com uma faca.
- Bata o milho no liquidificador com 4 xícaras de leite e 1/2 xícara de água até ficar homogêneo.
- Coe e transfira para uma panela.
- Adicione o açúcar e cozinhe em fogo baixo por 30 minutos, mexendo sempre.
- Deixe esfriar, bata novamente com o leite e a água restantes e sirva gelado.

Essa bebida refrescante é uma ótima opção para os dias quentes do Rio!



Milho assado



Campeão de RP

Em 2021, o milho assado na brasa de um comerciante local venceu o campeonato de Comida de Rua. Seu milho, conhecido pelo sabor e textura perfeitos, era o mais vendido da região. Infelizmente, após a pandemia esse comércio fechou e se tornou uma distribuidora de bebidas, mas sua história segue viva na memória dos moradores.

Referências

Embrapa - Publicações sobre a história e a importância do milho: <https://www.embrapa.br>

Fundação Cultural Palmares - Receitas culturais com milho: <http://www.palmares.gov.br>

Revista de Ciências da Saúde - Artigos sobre os benefícios do milho.



CAÇA-PALAVRAS

SUS MELHORA A VIDA DAS PESSOAS. RIO DAS PEDRAS É BONITO. NINGUÉM PODE PASSAR FOME. QUEM TEM FOME TEM PRESSA. LUA MEIGA SAÚDE. AMIZADE É SAGRADA.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Q | H | U | O | M | B | L | O | F | C | M | M | Q | Z | V | Q | R | F | U | S |
| B | C | I | Y | Q | C | T | I | W | J | S | T | U | R | C | C | S | F | S | U |
| B | X | T | B | J | G | U | C | K | M | Z | I | E | L | E | Z | E | E | Y | S |
| V | C | C | O | J | J | R | F | X | Y | L | X | M | Z | F | X | B | P | T | M |
| X | H | O | I | J | V | V | A | H | P | U | K | T | Y | H | U | J | F | Y | E |
| H | L | Z | Z | R | E | D | X | U | J | A | A | E | G | W | A | Q | M | X | L |
| P | J | Y | M | P | A | T | W | Z | V | M | M | M | F | P | T | E | N | G | H |
| H | R | Q | S | Q | M | E | T | Q | G | E | I | F | G | K | S | D | K | I | O |
| A | B | Q | L | S | Z | N | L | H | F | I | Z | O | W | G | P | B | Y | D | R |
| T | Y | U | Z | Z | T | J | T | J | W | G | A | M | D | N | V | Y | F | F | A |
| Y | O | D | Q | P | I | O | F | T | F | A | D | E | P | I | U | Y | S | T | N |
| A | O | A | J | M | L | Y | G | D | O | S | E | T | M | J | T | J | C | U | O |
| R | I | O | D | A | S | P | E | D | R | A | S | E | L | I | N | D | A | J | S |
| B | H | L | W | S | V | F | J | R | A | U | A | M | H | S | O | C | Q | C | S |
| M | K | X | C | Q | B | C | Z | Z | O | D | G | P | J | Y | W | Q | X | W | A |
| E | Q | H | S | S | D | X | N | N | N | E | R | R | G | L | G | P | U | K | V |
| K | U | W | G | I | Z | X | A | P | R | L | A | E | Q | A | R | R | M | O | I |
| K | Q | H | O | B | I | U | W | P | T | M | D | S | B | N | Q | X | S | U | D |
| H | M | S | H | D | C | Y | D | U | F | A | A | S | V | F | V | T | U | R | A |
| A | Q | P | F | M | C | M | S | D | E | H | L | A | T | W | C | M | X | U | Y |

HORÓSCOPO

**Áries**

Ano propício para você tomar iniciativas que beneficiem toda a comunidade. É uma boa ideia participar do Conselho Municipal de Saúde.

**Touro**

Não perca a oportunidade de preparar todas as partes dos alimentos. Compre brócolis ou couve-flor. Cozinhe também o talo e as folhas. Ah! E não se esqueça do cuscuz.

**Gêmeos**

Água e esgoto tratado são gêmeos e essenciais para a saúde. Uma campanha vai bem.

**Câncer**

Bom ano para você ajudar a chamar as pessoas para as campanhas feitas pela clínica da família.

**Leão**

Vacinação é com você mesmo. Período bom para conversar com seus vizinhos sobre a importância da vacinação.

**Virgem**

Bom período para cadastrar os mais antigos da comunidade e saber como anda a saúde deles.

**Escorpião**

Hora de reivindicar da prefeitura obras que evitem o alagamento durante as enchentes.

**Sagitário**

Seu espírito jovem pode ajudar em rodas de leitura com crianças e adolescentes.

**Capricórnio**

Seu ano indica facilidade com arrecadação de recursos para uma rádio comunitária.

**Aquário**

Você já pensou em criar coletivamente um aquário na comunidade.

**Libra**

Cortesia, delicadeza e equilíbrio são essenciais para unir os moradores e melhorar a saúde do povo.

**Peixe**

Ano bom para visitar os mais velhos e doar um pouco de tempo para cuidar de quem precisa.

PALAVRAS CRUZADAS Vamos lembrar algumas comidas brasileiras à base de milho?

1. Prato feito a partir de farinha de milho, trigo ou mandioca, que pode ser cozido no vapor ou misturado com água. É uma herança da culinária africana trazida para o Brasil durante a colonização.

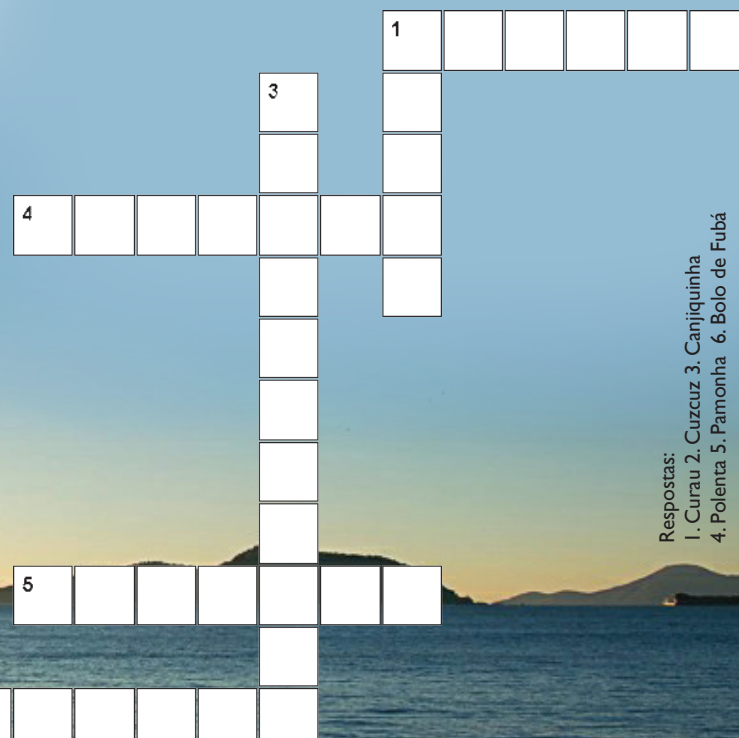
2. Doce feito de milho verde, leite, açúcar e canela. É um prato típico das Festas Junina.

3. Prato feito de milho triturado e cozido, que pode ser servido salgado ou com carne. É também conhecida como quirera de milho ou péla-égua.

4. Prato típico da Itália, feito de farinha de milho cozida. Pode ser servida mole, dura, grelhada ou frita.

5. Milho verde triturado, temperado com açúcar ou sal, depois cozido e enrolado na palha do próprio milho ou da folha de bananeira.

6. Tipo de bolo no qual o principal ingrediente é o milho, podendo ser o creme de milho verde ou a farinha de milho, também conhecida como fubá.



Respostas:
1. Cuzuz 2. Cuzuz 3. Canjiquinha
4. Polenta 5. Pamonha 6. Bolo de Fubá