

# GESTAR O BEM SOCIAL



*A mãe e a criança como  
protagonistas na arquitetura*

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO 2018.2  
ARQUITETURA E URBANISMO  
ACADÊMICA: PRISCILA STOEBERL ACCORDI  
PROFESSOR ORIENTADOR: RODRIGO GONÇALVES

# 0 SUMÁRIO

1. PESSOALIDADE INTRODUTÓRIA	02
2. BEM VINDO À MATERNIDADE	03
3. DESCONSTRUÍDO A MÃE SOLTEIRA	05
4. DE VOLTA À LIDA	06
5. A PRIMEIRA INFÂNCIA	09
6. A VIOLÊNCIA DO DESAMPARO	11
7. UM POUCO SOBRE O MONTESSORI	12
8. CENÁRIOS POSSÍVEIS	13
9. CONCEITOS ESPECIALIZADOS	18
10. IDEIA INICIAL	20
11. A ESCOLHA DO TERRENO	21
12. NIDAÇÃO DO EDIFÍCIO	25
13. PONDERAÇÕES TÉCNICAS	28
14. PLANTAS	30
15. CORTES	36
16. FACHADAS	38
17. REFERÊNCIAS	42



# 1 PESSOALIDADE INTRODUTÓRIA

Muito difícil fazer uma introdução rígida e impessoal sobre o fechamento de um ciclo da minha vida. Não digo que foi ao acaso a escolha por cursar arquitetura, mas com certeza uma força maior me guiou para esse curso e para essa universidade. Esse TCC é o fim de uma graduação, e o começo do meu percurso no mundo. É o início de uma vontade muito grande de ajudar os outros que finalmente vai se concretizar. A escolha do tema veio de dentro, não tem uma justificativa, é a mesma força que me direcionou para a arquitetura, e eu sei, que, de alguma forma, causa um efeito borboleta.

Nessa compilação estudei a fundo teoricamente (porque não sou mãe) a mudança de vida que ter um filho traz a vida de uma mulher. Muitas vezes é uma escolha, e muitas vezes é uma obrigação. A maternidade não é fácil, a pintura que temos da mãe super heroína que deve se submeter a qualquer coisa com um sorriso no rosto é antiquada e distorcida. As mães são mulheres, seres humanos, com angústias, sonhos, desejos, e que carregam o cargo de ser mãe para o resto da vida. Ser difícil é diferente de ser ruim, e nessa análise tento aproximar um pouco de quem não conhece, as dificuldades que a maternidade traz a vida de uma mulher. Esforço-me para que sirva também como uma voz dessas mulheres que por muitos anos se resignaram.

Junto de uma mãe, em algum momento, haverá uma criança. E apesar da maternidade ser um caminho difícil, ser capaz de formar um ser humano pleno é uma dádiva. Uma criança precisa de afeto, atenção e carinho para atingir sua máxima capacidade de desenvolvimento. Uma criança desenvolvida plenamente se tornará um adulto pleno, que vai retornar de alguma forma, mesmo que inconsciente, a dedicação que alguém teve com ele na infância.

O anteprojeto que nasce dessa compilação teórica, portanto, é minha tentativa de acolher as mães, mostrar para o mundo que uma mulher que trabalha não precisa deixar de ser mãe, e que uma mulher que fica em casa para cuidar do filho deve-se orgulhar dessa decisão. É também uma tentativa de proporcionar um ambiente físico e emocional para o desenvolvimento pleno das crianças, porque essas mesmas crianças serão adultos que exteriorizarão essa plenitude no futuro. É clichê, mas é como se fosse uma corrente do bem.

“ **A revolução começa, primeiro, dentro de nós mesmas. Mas se ela não alcança a forma como enxergamos nossas mães—os primeiros modelos de mulheres a que fomos expostas—ficaremos presas dentro de um ciclo vicioso de oferecer empatia a apenas algumas mulheres.**”

*Militância Materna*

# 2 BEM VINDO À MATERNIDADE

“A maternidade aprisiona as mulheres”

Helen Ramos  
youtuber, criadora do canal Hel Mother



“Falar das dificuldades da maternidade é igual falar que não ama seu filho”

A perpetuação da espécie humana só acontece devido às mulheres. Nós, mulheres, somos potência. Temos a capacidade de gerar, com ajuda do homem, uma nova vida, e gesta-la até que a natureza sinta-se segura o suficiente para tornar dois o que antes era um. Quando uma mulher vira mãe, ela é vista como um ser imaculado, conhecedora do amor incondicional, detentora da procriação humana. E a mulher antes da mãe, ofusca-se.

Por ser a que gesta, as responsabilidades de criação/sobrevivência da criança são delegadas a mãe de forma imperativa, e o pai permanece como um ser coadjuvante. Essa estrutura familiar de mãe-pai-criança, e a estrutura social de mulher é mãe e cuida dos filhos enquanto o homem trabalha e sustenta a casa, felizmente tem sofrido grandes abalos, e está cada vez mais

sendo desfeita. Afinal de contas, a parentalidade são as atividades realizadas por ambos (ou na falta deles, por outros adultos) que visam cuidar, proteger, estimular, orientar e interagir com a criança, fornecendo dessa forma, um desenvolvimento pleno. A parentalidade é essencial para a construção de competências sociais, emocionais e cognitivas do ser humano em formação.

Frases como as citadas pela Helen Ramos ainda chocam muitas pessoas, mas para outras servem como bálsamo curativo. A verdade é que, apesar de ser um poder inexplicável poder dar a luz a uma criança, criar uma pessoa melhor para o mundo, e todo o discurso fantástico em torno da maternidade, ser mãe é assumir o percurso de um caminho árduo. A prisão que Helen se refere é que, a partir do momento

que uma mulher é mãe, e esse fato é do conhecimento de pessoas que conhecem essa mãe, essa mulher não poderá ser mais vista sozinha sem alguém indagar onde está seu filho. Mesmo sem

a criança presente, a mãe está presa a ela, porque alguém sempre se achará no direito de saber com quem está a criança, e julgará, conseqüentemente, se a escolha do cuidador é apropriada. Outro tipo de aprisionamento social é, novamente, uma vigília a essa mulher para analisar se ela faz somente “atividades de mães”, que geralmente são ligadas a manutenção da casa ou da criança, como ir ao mercado, ao posto de saúde, ou a creche. Se uma mulher é vista fazendo “atividades de não mães”, como ir a festas, happy hours ou qualquer outro exercício de lazer que o filho não esteja incluído, ela é extremamente julgada. Esse julgamento não é às claras, ele começa com aquela pergunta “mas quem ficou com seu filho?” seguido de um olhar de reprovação, como se uma mulher que vira mãe devesse reprimir seus anseios por diversão e viver em prol da sua criança 24 horas por dia.

A maternidade está e deve cada vez mais ser desromantizada. Quem não é mãe, ou não possui contato próximo, não sabe o que é passar alguns anos da sua vida sem conseguir dormir 8 horas ininterruptas, ter seus seios em carne viva e mesmo assim se consentir à dor para a sobrevivência do seu filho ou perder seu emprego por simplesmente se tornar mãe. Ter ainda que lidar com as desestabilizações hormonais, a fusão emocional com a criança e a cobrança interna de “estar bem” porque um outro ser é seu dependente. Infelizmente, só se preza por uma mãe no espaço privado, no ambiente público ser



Foto retirada em uma farmácia cujo letreiro direciona as fraldas (produtos de cuidado de crianças) somente ao público adulto de mães; excluindo-se a responsabilidade de pais ou outros cuidadores com cuidados básicos de higiene infantil. É um pensamento social tão forte que transpassa o privado, impondo-se como uma hegemonia pública.

fonte: blog cientista que virou mãe

# 2 BEM VINDO À MATERNIDADE

“Damos à luz. E, de um dia para o outro, nossa vida dá um pulo, às vezes de uma maneira não tão feliz quanto havíamos imaginado. A criança nos submerge em um mar de trevas, nos atira na solidão, longe do mundo onde acontecem as coisas interessantes, perdemos o bonde daquilo que havíamos acreditado que era a vida verdadeira.

Laura Gutman  
em seu livro  
Mulheres  
Visíveis, Mães  
Invisíveis



Desaparecem o mundo social, a autonomia, a liberdade, enfim, desaparecemos como indivíduos valorizados pelos demais. Amamos nossos bebês, mas queremos fugir do inferno. Queremos criá-los com amor, mas precisamos, desesperadamente, voltar a ser nós mesmas. Nosso “eu” se perdeu no meio das fraldas.” (GUTMAN, 2013)

mãe está profundamente associado com a desvalorização das competências mentais, temporais, e físicas da mulher.

Simone Beauvoir diz que ao se tornar mãe, a mulher alcança uma emancipação total, pois assume o lugar daquela que a gerou. Se uma mulher só vira mãe quando uma criança nasce (ou é adotada) isso deveria ser o suficiente para eximir sua responsabilidade de ser uma mãe perfeita. Se mulher nenhuma nasce sabendo como se troca fralda, como faz o bebê dormir, como faz a cólica passa, a continuação dessa obrigatoriedade de uma mãe ser a única responsável nos cuidados da criança é uma ideia ultrapassada e machista.

Como forma de tornar a parentalidade um caminho não tão às cegas, diversos recursos são utilizados pelas futuras mães e pais: leitura de livros, ida a palestras e aulas de gestantes, conversas com pessoas que já exercem a parentalidade, e demais preparos psicológicos. Ainda assim, cada bebê é um ser único, e somente com seu nascimento é que a experiência se constrói efetivamente. Quando uma criança é planejada, na maioria das vezes, existe um preparo emocional e financeiro. Ao contrário do século passado, o casal não precisa seguir o script de casar, e começar um processo de procriação sem fim. Com a evolução da conscientização e dos métodos contraceptivos é possível decidir exatamente

qual o momento certo para se ter um bebê. O caminho de pais e mães preparados continua sendo árduo, porém se torna um caminho mais largo e com espaços de sombra e água fresca. Entretanto, existem situações em que os filhos não são esperados. Na maioria dos casos é um “acidente”, em que ambos os genitores se assustam com a notícia, e é quando um deles utiliza de sua natureza (não precisar gestar) para retirar-se do relacionamento com a mulher e a criança. Afinal de contas a maternidade é uma imposição e a paternidade uma escolha. No nascimento desta criança, nasce também uma mãe solo. Uma mulher que não esperava ser mãe, que se encontra sozinha nesse caminho árduo e desconhecido, e tem que conciliar junto a isso a responsabilidade de sobrevivência de outro ser. Em muitos casos essa mulher é uma estudante, ou está desempregada, nem consegue se sustentar, muito menos sustentar um dependente.

**Como a arquitetura pode tornar o caminho de uma mãe solo menos árduo?**

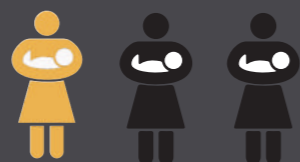
**Como dar suporte para essa mãe ajudar essa criança a se desenvolver o mais plenamente possível?**

“Saibamos que, para apoiar e embalar a criança, as mulheres precisam, sem dúvida nenhuma, ser apoiadas e cuidadas. Não importa se em outras circunstâncias de sua vida elas se viraram sozinhas. Não importa se são independentes, maduras e intrépidas. Nenhum parâmetro da sua vida anterior é comparável à maternidade.” (GUTMAN, 2013)

# 3 DESCONSTRUINDO A MÃE SOLTEIRA

A expressão mãe solteira é muito comum, e já deve ter sido utilizada por todos de forma errada até saber seu real significado. Ao dizer “mãe solteira” a maioria das pessoas pretende se referenciar a uma mulher que é mãe e assume sozinha a criação do seu filho; uma mãe solteira, entretanto, nada mais é do que uma mulher, que por acaso é mãe, e possui o estado civil solteira. Assim como existem mães solteiras, existem tias solteiras, primas solteiras, filhas solteiras: esse termo só identifica a pessoa com um grau de parentesco seguido do seu estado civil. Além de ser uma expressão errada, denominar uma mãe solo de mãe solteira automaticamente carrega a expressão com uma conotação negativa, por remeter aos tempos em que ter um filho sem ser casada era motivo para desvalorizar a mulher e causar vergonha.

DAS MÃES BRASILEIRAS, APROXIMADAMENTE UMA EM CADA TRÊS É MÃE SOLO



Mãe solo, portanto, é uma mulher que se tornou mãe e é responsável pela criação do filho sem dividir tarefas, planos e responsabilidades com o genitor. Genitor, e não pai. Um homem não se torna pai só por ceder seus espermatozoides para uma mulher gestar, se fosse assim, todo doador de esperma seria pai. Designar a função paterna simplesmente como fecundar uma mulher, não se responsabilizando pela prática da parentalidade, além de ser uma visão machista, reduz a importância do homem na criação e desenvolvimento de outro ser humano.

Dessa forma, a mãe solo não pode ser conectada somente com a figura de uma mulher que cria seu filho sozinha e não possui a repre-



sentação paterna em nenhum momento da vida. Se o pai e mãe são separados, mas esse pai se considera um “pai presente”, pois paga pensão e fica com o filho nos finais de semana, convém-se que isso não é considerado uma divisão justa de responsabilidades e tarefas, e portanto não faz uma mãe deixar de ser mãe solo. Esse termo utilizado acima, “pai presente”, também é uma expressão que deve ser desconstruída. Um homem, ou é pai e exerce o seu papel na parentalidade, ou ele não exerce. Um homem que é pai automaticamente já deve ser associado com uma pessoa presente. Para fim de comparação: quando se pesquisa em sites de busca (como o Google, por exemplo) para “pai presente” aparecem plataformas com cursos e projetos para um pai ser presente na vida da criança; quando se busca por “mãe presente” as únicas menções são dicas de o que dar de presente para sua mãe. Se uma mãe é casada e mora com o pai da criança, porém é ela que: troca fralda, dá comida, dá banho, leva pra escola, faz dormir, ajuda nas tarefas de aula, planeja as festas de aniversário, compra roupas porque o filho cresce (e mais uma infinidade de coisas) e o pai da criança só fica com a função de trabalhar para o sustento e brincar com o filho, essa mãe, infelizmente, também é mãe solo. Nesse último caso há uma desconstrução mais além: a mãe solo que é casada. A qual, além das suas funções de mãe e mulher, ainda tem a função de ser esposa.

Existe também a mãe solo de produção independente (que faz inseminação artificial) e a que adota. Fora essas últimas mães citadas, nenhuma outra mãe solo escolheu ser mãe solo. Se a maternidade em si já é complexa e possui uma enorme carga de responsabilidade, assumir essa posição sozinha é uma mudança de vida espantosa, e inimaginável para quem nunca teve essa experiência. Ninguém escolhe passar por um processo de vida tão difícil, e escolher em não estar em uma relação com o pai da criança não deveria significar escolher ser mãe solo. Além de ter que lidar com o fato de ser mãe - muitas vezes de forma inesperada -, ainda existe a carga de preconceito que uma mãe solo carrega, por não ter uma figura paterna ao seu lado; por “terceirizar” a educação do filho quando deixa com os avós pra poder ir trabalhar; por não ter se cuidado ao ter relações sexuais e por ter relações sexuais sem estar casada; por se relacionar com alguém que não seja o genitor da criança.

“Uma única mãe não consegue criar uma criança. Mas cinco mães juntas podem criar cem. Nenhuma mulher deveria passar os dias a sós com a criança nos braços. É responsabilidade das mulheres reconhecer que precisam voltar a ficar unidas. Entender que, se funcionarem coletivamente e dentro de circuitos femininos, a maternidade poderá ser muito mais doce e suave. E que uma “mãe sozinha” é aquela que não é compreendida, apoiada ou incentivada, embora conviva com muitas pessoas. E “mãe acompanhada” pode ser uma mulher solteira que conte com o aval de sua comunidade.”  
(GUTMAN, 2013)

# 4 DE VOLTA À LIDA

Em uma pesquisa realizada pela CATHO, é observado que a maternidade pode representar um hiato na vida profissional das mulheres. Cerca de 28% das novas mães deixam o mercado de trabalho após a chegada dos filhos. Percentual cinco vezes maior do que a dos homens – entre eles, apenas 5% deixam o emprego para cuidar das crianças. Seria esse percentual uma escolha ou uma imposição? A mulher que é mãe só é bem vista e acolhida quando é casada e fica em casa cuidando dos filhos. Fora isso, todos os ambientes fazem o possível para não ceder lugar a ela, ou facilitar a educação/criação saudável do seu filho. Principalmente no ambiente de trabalho. O exemplo mais clássico que se pode observar é a questão de amamentação exclusiva até os 6 meses.

O BRASIL POSSUI MAIS DE 28,1 MILHÕES DE MÃES TRABALHADORAS, O QUE REPRESENTA 51,3% O TOTAL DAS 54,7 MILHÕES MULHERES ACIMA DE 15 ANOS COM FILHOS

Uma criança deve receber alimentação exclusiva pelo leite materno até os seis meses de idade. A contribuição de uma boa nutrição de um bebê é sistêmica: alimentação exclusiva pelo leite materno aumenta sua imunidade, cria vínculo afetivo entre a mãe e o bebê, e ajuda no pós parto. Ou seja, promove um desenvolvimento saudável de um ser humano, que por sua vez deixará de visitar tão frequentemente postos de saúde. Deixando-se de adoecer, essa mãe não faltará tanto ao trabalho para cuidar do filho. Ao ter tempo necessário de recuperação, essa mãe também adocece menos, e trabalha mais satisfeita em saber que tem um bebê saudável e em desenvolvimento pleno. Por receber afeto e nutri-

ção em livre demanda, esse bebê no futuro será um indivíduo feliz e completo, que contribuirá de forma eficaz com a sociedade. Nesse processo tão simples de amamentação, temos o benefício da criança, da mãe, do local de trabalho, do governo e da sociedade como um todo.

Ao analisar como se porta o sistema de trabalho para ajudar nessa contribuição social depara-se com a seguinte situação: quem é servidora pública no Brasil consegue licença maternidade de seis meses, dessa forma, o governo cumpre o mínimo para o crescimento saudável dessa criança, já que a mãe é sua funcionária. As mulheres que trabalham no setor privado, entretanto, possuem como direito obrigatório somente quatro meses, ficando a cargo da empresa estender até seis. Tanto as mães que trabalham no setor privado quanto no público devem prestar contas ao governo e pagar impostos, mas na hora do auxílio, as medidas para cada uma são diferenciadas. Apesar do setor privado possuir a possibilidade de extensão até os seis meses, obviamente que nesse contexto a empresa leva em conta o que seria melhor para seu benefício, ou seja, que essa mãe volte a sua função o mais rápido possível. Com uma criança de quatro meses, a mãe volta a trabalhar, sendo que ela deveria amamentá-lo até os seis. Como forma então de contornar essa diferença de dois meses, o governo instituiu uma lei para tentar garantir essa amamentação até os seis meses:

**“Art. 396. Para amamentar seu filho, inclusive se advindo de adoção, até que este complete 6 (seis) meses de idade, a mulher terá direito, durante a jornada de trabalho, a 2 (dois) descansos especiais de meia hora cada um. (Redação dada pela Lei nº 13.509, de 2017)”**

Como diz a lei, é direito dessa mãe dois descansos de meia hora para ir ao encontro do seu bebê e amamentá-lo. Ora, para um intervalo de tempo tão pequeno, levando em conta deslocamentos, essa situação só se torna possível se o bebê se encontra extremamente próximo do local de trabalho da mãe: em uma creche ao lado ou em uma creche dentro da empresa. Essa situação é tão utópica de se tornar uma realidade para a maioria das mães que parece uma piada de mau gosto; reforça um pouco o discurso de que as mães devem ser perfeitas, ágeis e super heroínas. Então, se não é possível ela conseguir esses dois períodos de amamentação, como acontece na maioria dos casos, é permitido a mãe retirar esse leite manualmente para guardar para o seu filho e fornecer depois. Entretanto, outra situação rara acontece, pois assim como trabalhar ao lado da creche do seu filho, o ambiente de trabalho disponibilizar uma sala de amamentação também é algo incomum. Tanto sala, como local de armazenagem, pois o leite deve ser conservado em uma geladeira para evitar a proliferação de microorganismos. Se um banheiro não é local adequado para as pessoas almoçarem, também não é local adequado para uma mulher ordenhar o alimento do seu filho.

Analisando um item básico que é a amamentação exclusiva até os 6 meses, tem-se uma ideia do contexto geral. O sistema laboral brasileiro não acolhe as mulheres que são mães. As tentativas do governo de remendar os buracos de desigualdade entre os direitos da mães e das crianças é infame. Essa nova lei mencionada acima é proveniente da reforma trabalhista de 2017 (vulgo ano passado). Essa mesma reforma revogou uma lei importantíssima, que ao contrário da lei 13.509, pelo menos sua execução era mais palpável:

# 4 DE VOLTA À LIDA

**“Art. 389 Parágrafo único. Quando não houver creches que atendam convenientemente à proteção da maternidade, a juízo da autoridade competente, os estabelecimentos em que trabalharem pelo menos trinta mulheres, com mais de 16 anos de idade, terão local apropriado onde seja permitido às empregadas guardar, sob vigilância e assistência, os seus filhos no período de amamentação.”(Revogado pela Lei nº 13.467, de 2017)**

Em pleno 2017 as mães e suas crianças ainda são negligenciadas. Por que um homem deveria ser o responsável por elaborar uma lei que diz respeito a uma mulher? Em tempos em que são dado cursos para “pais presentes”, difícil acreditar que uma pessoa que pode nem ter tido filhos terá empatia o suficiente para compreender as dificuldades de uma mãe.

A questão de assegurar a amamentação é somente uma das questões, se por um milagre essa mãe conseguir garantir o aleitamento da sua criança, ela ainda terá que, provavelmente, trabalhar 8 horas por dia, levar 2 horas de deslocamento, e ter algum contato com o seu filho nessas 14 horas restantes. Sendo que pelo menos 10 delas a criança deveria dormir para também contribuir para seu crescimento saudável. Além de incluir nesse tempo a manutenção da casa e lazer, porque essa mãe é um ser humano, com vontades e anseios. Quanto tempo resta? É o suficiente para criar uma criança de forma plena e completa?

Essa realidade é para todos os tipos de mães que trabalham fora, independente de elas dividirem a parentalidade ou não. Mas se fosse uma mãe solo, que morasse sozinha longe de qualquer parente que possa dar assistência, que deixasse o filho 10 horas por dia na creche, não porque quer, mas porque não tem escolha. Quem cria essa criança? Ela recebe afeto suficiente? Como o governo auxilia em uma melhor educação para esse indivíduo social? O governo sustenta uma mulher por “só” ser mãe? O valor de educar bem um cidadão é suficiente para o prejuízo financeiro que essa mãe causa ao governo?  
**EXISTE ALGUMA OUTRA ALTERNATIVA?**

**“ Na primeira infância, os atos de alimentar e de dar afeto caminham juntos, são quase a mesma coisa, pois, se não sentirem amor, as mães não estarão em condições de alimentar o filho e, inversamente, quando alimentam a criança, cresce seu amor pela criatura. Essa primeira experiência de serem alimentadas e abrigadas — como se fosse um único movimento — se estabelece (se transforma) em uma força poderosa para a constituição da psique, a tal ponto que marcará a fogo toda a nossa evolução como indivíduos.”  
(GUTMAN, 2013)**



# 4 DE VOLTA À LIDA

## A LICENÇA PARENTAL EM PAÍSES DE PRIMEIRO MUNDO

A Suécia foi o país pioneiro em instituir a licença paternidade: em 1974 foi sancionada uma lei de incentivo para que os pais tirassem licença e cuidassem das crianças recém nascidas. Entretanto, foi somente em 1995 que o incentivo se tornou uma obrigação: a licença era concedida como parental (ao pai e a mãe) e se o pai não tirasse pelo menos 30 dias de licença, esses seriam dias perdidos do número de dias totais, ou seja, a mãe não poderia utilizar os 30 dias do pai.

Atualmente, para uma criança adotada ou nascida na Suécia, o número disponível aos pais e mães para uma licença parental remunerada é de 480 dias. São 1 ano e 3 meses para poder, alternadamente, o pai ou a mãe ficar e criar a criança em casa assegurado de renda. Ou no caso de uma mãe solo, de forma única. Esses dias são divididos da seguinte forma: o pai e a mãe devem tirar obrigatoriamente 90 dias para permanecer com a criança, sendo somente 30 os dias em que ambos podem ficar juntos em casa. Os outros 60 dias obrigatórios de cada pessoa devem ser retirados separadamente. O restante dos dias (300) são divididos entre o casal, da forma que eles acharem melhor: dividir igualmente, ou só o pai vai ficar em casa, ou só a mãe - é o casal que decide - respeitando a regra que um deles deve estar trabalhando. Não existe distinção de tempo para homem ou mulher, ambos os gêneros recebem a mesma responsabilidade de criação do filho. Então, por exemplo, um casal pode decidir ficar juntos o primeiro mês, em seguida, é decidido a mãe ficar em casa para conseguir

completar os 6 meses de amamentação exclusiva. Nessa conta já se foram 210 dias (180 da mãe + 30 do pai). Depois eles decidem trocar; a mãe quer voltar ao trabalho, então o pai fica o restante do tempo (270 dias), ou seja, cerca de 9 meses.

Essa imposição do governo foi muito benéfica para as relações sociais futuras, afinal de contas, a Suécia é o quarto país no ranking mundial de 2015 por igualdade de gênero (o Brasil está em 85º). É uma reação em cadeia: a partir do momento que um homem é obrigado a fazer “atividades de mulher”, o conceito de classificar atividades por gênero começa a cair por terra. São só dois seres humanos dividindo e participando da criação do filho.

Se a Suécia, a qual é um país de primeiro mundo, disponibiliza isso, é porque dificilmente os ganhos sociais sejam menores que o “prejuízo” financeiro. Nem prejuízo deve-se considerar, mas sim um retorno pelos impostos pagos todos os anos. O Brasil está longe de ser um país tão próspero, porém o que classifica país de primeiro mundo não é somente seu PIB, mas suas atitudes, e a coragem do governo se impor e assumir uma posição igualitária para seus habitantes.



fonte: Johan Bavman

# 5 A PRIMEIRA INFÂNCIA

“É preciso desenvolver a criança para desenvolver a sociedade.”

Fundação Maria Cecília Souto Vidigal

A primeira infância de uma criança é considerada desde o momento da gestação até os seis anos de idade. São nesses primeiros anos de vida que a evolução do cérebro se desenvolve em uma velocidade incrível: cerca de 90% das conexões cerebrais são estabelecidas, devido aos estímulos e interações com a mãe e o pai, demais cuidadores e outras crianças. A assistência às demais necessidades como nutrição e asseio também contribuem, porém o desenvolvimento maior é devido a interação da criança com outras pessoas e com o ambiente. Assim, quando uma criança é negligenciada, muitas dessas conexões cerebrais não acontecem, afetando o potencial de aprendizado e evolução.

O desenvolvimento pleno de um bebê é, portanto, as apropriações de informações captadas pelos sentidos (visão, olfato, audição, paladar e tato) que o ambiente fornece, junto das interações dos genitores/adultos de referência. Apropriações saudáveis na primeira infância contribuem para o desenvolvimento saudável do cérebro, consolidando uma arquitetura cerebral sólida que possui uma estrutura mais apta a superar as dificuldades da vida.

A criação de vínculo com a criança deve ser feita de forma verdadeira e espontânea. O bebê pode não ter uma compreensão clara da sua existência como ser humano no mundo, porém é sensível a autenticidade da pessoa que se projeta a criar laços afetivos com ele. Com uma licença maternidade curta e uma carga laboral extensa, o dia-a-dia se torna corrido e estressante, fazendo que com muitos pais e mães somente sigam com um instinto de sobrevivên-

cia, deixando de lado a importância que faz na vida de uma criança a sua presença física e emocional. Como a parentalidade frequentemente se torna uma maternidade exclusiva, a carga em cima da mulher se excede, tornando-se difícil criar uma conexão proveitosa com a criança. É uma situação sistêmica: uma mãe cansada e sem apoio emocional não tem como dar o melhor para o seu filho. Não é por falta de vontade ou esforço, mas por impossibilidade mesmo: é ilusório querer que saia alegria e amor de um coração abatido e solitário. Os adultos que criam uma criança precisam estar bem consigo mesmos para transpassar isso a outro ser humano.

**Nos Estados Unidos foram realizadas pesquisas que concluíram que, a cada um dólar investido em crianças de primeira infância (0 a 6 anos), cerca de sete dólares são economizados em assistência social, atendimento a doenças mentais, manutenção de presídios e evasão/repetência escolar. Para um bom desenvolvimento é essencial o estímulo de pai e mãe, familiares e demais educadores, porém isso não é possível sem o interesse e dedicação dos governantes.**

Pode-se classificar uma criança em desenvolvimento pleno aquela que possui possibilidade e incentivo em se desenvolver fisicamente, socialmente, emocionalmente e cognitivamente. É necessário cumprir essas quatro vertentes

para afirmar um desenvolvimento pleno, e a partir do momento que uma criança possui negligência afetiva, seu lado social, emocional e cognitivo são afetados. Portanto, a saúde física, apesar de ser essencial para o crescimento, não deve ser a única prioridade; crianças necessitam mais do que serem alimentadas, irem ao pediatra ou estarem sempre com a fralda limpa. A maioria dos adultos não associa as ligações afetivas ao desenvolvimento infantil. Na população brasileira, o vínculo de crianças e adultos aparece em quarto lugar entre os itens mais importantes para o desenvolvimento da criança até os 3 anos.

UMA A CADA DEZ PESSOAS  
ACHA QUE CRIAR VÍNCULO É  
IMPORTANTE PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA



Por isso a amamentação prolongada é tão importante: o vínculo afetivo que se cria entre a mãe e o bebê é tão vital quanto a nutrição que se obtém. Essa conexão emocional criada na amamentação não se dá pelo ato em si de alimentar o bebê, mas sim por todo o toque corpóreo que existe no ato; ao estimular as terminações nervosas presente na pele, o sistema nervoso central reage ativando a produção de hormônio que relaxam e geram bem-estar. Como a amamentação é uma ação exclusiva da mulher, esse estímulo do tato acaba sendo muito mais frequente, estreitando, assim, os laços entre mãe e cria. Existem diversas outras maneiras, entretanto, de os pais, ou demais adultos que não amamentam, criarem vínculos afetivos estimulados pelo toque. O ato de trocar o bebê ou tê-los nos braços reforça o acalento do toque, porém, o que mais se assemelha ao contato corpóreo da amamentação é a hora do banho.

# 5. A PRIMEIRA INFÂNCIA

Dar banho no chuveiro com o bebê no colo reproduz o mesmo toque que o ato de amamentar, pois há a conexão de pele com pele na parte peitoral próximo ao coração.

Segundo o documento “Parâmetros de Qualidade Para a Educação Infantil” produzido pelo Ministério da Educação (BRASIL, 2006), a quantidade estimada de cuidadores para creches é de: **UM** adulto para cada **SEIS** a **OITO** crianças de 0 a 2 anos, **UM** adulto para cada **QUINZE** crianças de 3 anos e **UM** adulto para cada **VINTE** crianças acima de quatro anos. Analisando uma realidade comum em que mães e pais são obrigados a deixar uma criança na creche por 8 horas diárias, sendo essa mesma creche o local que possui um cuidador para 8 bebês (economia ao máximo); é possível que essa criança crie vínculos afetivos com seu cuidador para desenvolver ao máximo seu lado social/emocional/cognitivo? Se de 0 a 2 anos é a idade de maior dependência de uma criança, é possível que uma única pessoa atenda as necessidades físicas, emocionais e sociais, criando vínculos consistentes com oito seres humanos diferentes?

Não é uma condenação às creches ou as mães e pais que colocam seus filhos nelas, longe disso. Ainda bem que existe essa possibilidade, a qual permite a sobrevivência de muitas famílias. Contudo, é uma crítica ao modelo adotado e tão fortemente difundido. Um questionamento a possibilidade de existência de um modelo que priorize tanto a saúde afetiva como a saúde física, que é tão promovida com as campanhas de vacinação, por exemplo.



fonte: adsoftheworld

Cartaz criado pela agência DDB PARIS para uma campanha de arrecadação de fundos de suprimentos médicos que serão distribuídos em países em desenvolvimento pelo Doctors of the World.

No cartaz vemos uma criança chorando e com medo da seringa, que remete a algum tipo de imunização. Ao lado se tem a frase (em tradução para o português) “Faça uma criança chorar. Salve-lhe a vida”. A campanha possui um grande apelo emocional, sugerindo que mães e pais não querem que suas crianças sintam medo ou dor, mas que isso faz parte da vida e que são sentimentos necessários se é para o bem delas.

Particularmente, para mim, esse tipo de campanha incentiva mais ainda a agressão a criança. Concede liberdade ao adulto em forçar a criança a certas situações já que ele acredita ser para o bem dela. O fato de a criança ter medo e chorar muitas vezes é por falta de diálogo e compreensão do adulto com a situação que a criança está sendo submetida. A vacinação é uma excelente forma de prevenção, e essa opinião não é contra o ato em si, mas a forma como o adulto introduz e repercute na vida da criança.

# 6. A VIOLÊNCIA DO DESAMPARO

No livro *Mulheres Visíveis Mães Invisíveis*, a autora, Laura Gutman, atribui maior destaque ao desenvolvimento afetivo através da fusão emocional. Como o próprio nome diz, a fusão emocional é a junção das emoções da mãe e do bebê sem um limite das quais pertence a quem, ambos compartilham como se fossem suas. Apesar da mãe pensar que após o nascimento da criança, cada um possui seu tempo/espço, não é exatamente assim. Não se trata de o bebê ser um receptáculo vazio que se nutre das emoções da mãe, mas como durante toda a gestação mãe e bebê estiveram ligados física e emocionalmente, essa conexão pós uterina se mantém. Então vemos mães, sentindo como se fossem suas, sensações do bebê. É por isso que muitas mães sentem angústias repentinas (o bebê não se acostumou com o mundo exterior ainda), ou seus seios se enchem de leite antes da criança acordar (a fome como necessidade). Enquanto que o bebê também vive o emocional da mãe como se fosse seu. Ele não distingue, entretanto, o que pertence ao passado, ao presente ou ao futuro. Traz a tona, assim, situações infelizes vividas na infância, abandonos emocionais, perdas afetivas, as quais essa mãe procura, com muito esforço, esconder para se tornar uma pessoa madura e independente. Se uma criança está higienizada, alimentada e acalentada e ainda assim permanece irritada, não é algo de errado com a criança, mas sim quais as feridas que o coração dessa mãe ainda não conseguiu cicatrizar.

Dentro do útero, o bebê vivia em um lugar confortável e aconchegante, contava com todo o apoio e satisfação imediata das necessidades. A partir do momento que mãe e criança se separam, o bebê não possui ainda uma consciência de

compreensão de que é um corpo separado do da mãe, isso só ocorre com cerca de 2 anos. Portanto, qualquer experiência que não conte com apoio e proteção suficiente é violenta; o bebê passa a habitar um espaço que para ele é inóspito e aterrorizante quando se encontra sozinho. A melhor forma de amenizar essa experiência traumática é carregar o bebê o máximo que puder. Um bebê sem contato físico com um adulto aflora sentimentos de medo, solidão e menosprezo, transformando-se no futuro em um ser humano sem confiança, sem espontaneidade e sem base emocional. Além disso, a insegurança será sua maior companheira, e um ser humano inseguro transforma toda nova experiência e desafio em obstáculos monstruosos para a realização pessoal futura.

Ao estudar o ser humano adulto é constatado o medo, a desconfiança e a solidão como os principais dificultadores no processo de interação social e realização profissional. São esses mesmos adultos que recorrem a terapias muitas vezes “regressivas”. Ou seja, terapias que se baseiam em curar experiências traumáticas de primeira infância que deixaram vazios de afeto. Uma criança mal estruturada na primeira infância pode se tornar um homem que gera uma mãe solo ou uma mãe que abandona o filho.

O inconsciente não possui espaço/tempo, muitas das carências e mágoas da mãe e do pai passam para o bebê; às vezes em forma de atitudes programadas, às vezes de forma emocional.

Quando não há conexão suficiente, amor, e afeto, muitas vezes a criança absorve não só o que são dores suas, mas também as mágoas dos genitores, levando a sua formação adulta cheia de transtornos e problemas. Transtornos esses que provavelmente serão passados quando for criar seu próprio filho. O desenvolvimento pleno é sistêmico, se uma única pessoa possui essa dádiva, isso é semeado para o futuro de seu filho, e da sociedade, mesmo que de forma inconsciente.

**“ O bebê tem acesso à totalidade do material inconsciente da mãe. Portanto, sabe o que acontece com ela, porque vive aquilo como se fosse dela. Não importa se o que acontece com a mãe é incorreto ou inadequado. A criança vive aquilo. Sente. Pertence a ela.” (GUTMAN, 2013)**

# 7 UM POUCO SOBRE O MONTESSORI

“Se a ajuda e a salvação não vierem, virão da criança, porque a criança é quem constrói o ser humano”

Maria Montessori  
pedagoga, médica  
e educadora



O método pedagógico Montessori foi criação de uma mulher chamada Maria Montessori, que passou grande parte da sua vida estudando e observando crianças. Devido a isso, Maria Montessori concluiu que a liberdade da atividade e do estímulo é extremamente essencial para o desenvolvimento pleno físico e mental das crianças. O método dispõe-se a ajudar a criança a se desenvolver bem, feliz, a apreciar a própria vida, a viver sem medo, a ter coragem e vontade de enfrentar novos desafios. Montessori é a semente de uma revolução de amor.

Uma das principais vertentes do método é a educação autônoma: professores, pais, mães e demais responsáveis quando pretendem ensinar qualquer atividade a uma criança, devem demonstrar como se usa o objeto ou como se executa a atividade, e deixar a criança explorar a partir daí. Geralmente crianças repetem a mesma atividade diversas vezes, e é nisso que se baseia essa ramificação. As crianças exploram objetos, ambientes, e tudo o mais que está a sua volta. Elas ficam horas fazendo e refazendo, de diferentes formas, porque para elas tudo é uma experiência.

Crianças são cientistas por natureza, testam diversas hipóteses, e a partir daí que tiram suas próprias conclusões e se auto educam. Nós, adultos, entretanto, não conseguimos entender isso muito bem. Por exemplo, o tempo

que uma criança leva se dedicando a subir e descer degraus na verdade é muito além de um deslocamento físico, de alguma forma ela está se construindo como ser humano. Por não enxergar a importância disso, geralmente nós: interrompemos, proibimos ou ajudamos demais. Quando uma criança tenta fazer coisas novas que aos nossos olhos parece haver risco, imediatamente há uma proibição, e em seguida um enfurecimento com a criança, caso nos enfrente ou discorde de nós. Quando uma criança está fazendo algo dedicada e focada, porém com dificuldades, imediatamente nós ajudamos para aliviar qualquer desgaste, e interrompemos um processo de aprendizagem que serviria para a vida toda. O processo de interromper, proibir e ajudar excessivamente a criança impede seu desenvolvimento, impede sua expressão natural, sua vida. É um processo universal de opressão da criança.

Em uma casa por exemplo, a recomendação é para que em cada cômodo a criança possa realizar de forma plena e sem dificuldades aquilo para qual o local é destinado. O ambiente deve passar a mensagem de que a criança é livre, que a criança pode tentar e que ela é tão importante quanto um adulto. O quarto, por exemplo, é o principal cômodo adaptado para o método. Ele deve possuir um colchão no chão, para que a criança deite-se e levante-se sem nenhuma dificuldade, de forma autônoma. Outra forma de

Outra forma de garantir a autonomia são prateleiras com brinquedos e guarda roupa com gavetas e prateleiras todas a altura da criança. Além disso, é recomendado um espelho horizontal, para a criança se observar, seguido de uma barra fixa a 50 cm do chão, que ajuda a criança a começar a andar. O quarto deve parecer vazio, para se ter espaço para a criança brincar e explorar. Além disso, as cores do piso, parede e demais decorações devem ser claras e neutras, para não estimular em demasiado a criança, já que o objetivo principal do cômodo é de dormir; mas também porque nas cores claras a sujeira é visível, o que ajuda no processo de auto educação da criança, vendo que cada ação tem uma reação: se pisar com um calçado sujo, vai ficar manchado, por exemplo.



O quarto montessoriano fornece liberdade para a criança explorar e se descobrir. Todo o mobiliário deve ser acessível a ela (cama, prateleiras, guarda roupa) e a presença do espelho ajuda na auto observação.

# 8 CENÁRIOS POSSÍVEIS

## CRECHE PARENTAL

A creche parental ou coletivo de mães e pais surgiu na França em 1970 como uma alternativa à falta de vagas de creches públicas, e nos últimos anos tem se tornado popular no Brasil. Por ser uma rede de apoio entre famílias, a creche parental quando comparado às creches particulares institucionalizadas se torna um modelo mais econômico e autônomo. É um espaço alternativo para suprir às demandas de socialização e energia das crianças, porém de forma sutil: não se prende somente a bolha familiar e também não os coloca em um “mundo selvagem” de desconhecidos. Além disso, atende a necessidades financeiras, de respiro e de participação afetiva e ativa das famílias.

“Cada criança pertence à humanidade inteira”

Jack Shonkoff, médico e pesquisador de desenvolvimento infantil

A creche parental é uma reunião de famílias, geralmente se começa com cinco no mínimo (cinco dias da semana), em que é acordado uma forma mais saudável de criar suas crianças, que se encontram na primeira infância. É escolhido um lugar para que a creche aconteça: pode ser nos fundos da casa de alguma família, em um espaço alugado ou em um espaço público. A intenção é fazer um rodízio de pais e mães para o cuidado das crianças (pelo menos um turno por semana para cada família) e se envolver de forma ativa na educação dos filhos. Essa forma ativa se traduz nas decisões a cerca de alimentação, a conformação do ambiente, as brincadeiras e brinquedos utilizados. Tudo é acordado entre as mães e os pais de forma democrática e hori-

zontal. É uma forma moderna de transformar o provérbio africano “é preciso uma aldeia inteira para educar uma criança”.

A creche parental se torna uma alternativa mais econômica quando comparado a creches particulares, e com garantia de vaga quando comparado às públicas. O ambiente se torna familiar e acolhedor, e é uma oportunidade de acompanhar de perto o dia a dia da criança e tomar decisões mais diretas sobre essa rotina, algo que não seria possível em uma creche institucional. Além desse maior vínculo ativo dos pais e mães com os filhos, a educação da creche parental permite às crianças assistirem suas mães e pais auxiliando outras crianças que não elas mesmas, semeando a empatia e a generosidade. A idade das crianças se limita a até 4 anos devido a Emenda Constitucional nº59, de 2009, em que torna obrigatória a matrícula de crianças na pré-escola a partir dos 4 anos.

**“As crianças pequenas não estão em fase de escolarização, por isto esta preocupação não cabe nesta fase da vida, vemos que objetivo principal da formação dos coletivos é de atender a demanda pelo cuidado de crianças pequenas e liberar tempo de trabalho para os pais. Ademais, estas iniciativas visam por um lado: criar alternativas frente ao mercado de creches privadas (altamente custos) e por outro, compartilhar o cuidado dos filhos sem recorrer a domesticidade cada vez mais sujeita a uma consciência crítica, seja por suas implicações éticas, sociais e\ou políticas.” Camila Fernandes, antropóloga e moderadora do grupo Cuidado Coletivos de Criança.**

## ESPAÇO COCRIAR

Roda de conversa utilizada como estudo de caso, realizada 04/04/2018.

O espaço CoCriar, até o momento em que este caderno é escrito (julho de 2018), ainda é um espaço em desenvolvimento. Três amigas que são mães se juntaram (uma arquiteta, uma engenheira e uma bióloga), e decidiram tentar espacializar um local de acolhimento de todas as angústias, dificuldades e vivências que é ser mãe e mulher. Discutir justamente a dificuldade que é retomar o trabalho após se tornar mãe, e como o sistema não deixa muitas alternativas. Afinal de contas, as mudanças acontecem a partir de pensamentos argumentados e especializados. Ainda está no seu início, mas tem o objetivo de ser um espaço de troca através de rodas de conversa e eventos.

**“ESTE PROJETO NASCE DO SONHO DE TRÊS MULHERES, AMIGAS, MÃES E PROFISSIONAIS QUE VIVENCIARAM NA PELE AS DIFICULDADES DE ENCONTRAR ACOLHIMENTO, FLEXIBILIDADE LABORAL E DE SERVIÇOS. QUE VIVERAM E VIVEM O DESAFIO DE CONCILIAR O MOMENTO FAMILIAR COM A VIDA PROFISSIONAL E COTIDIANA DURANTE ESTES ANOS DE TAMANHA ENTREGA QUE SÃO A GESTAÇÃO E OS PRIMEIROS ANOS DOS FILHOS.”**

Manifesto Espaço Cocriar

Tive o privilégio de vivenciar a roda de conversa inaugural do espaço. Estava eu, estudante de TCC sem filhos, e ao meu redor mais 9 mulheres - três delas eram as criadoras do espaço - e o restante amigas, todas com filhos de faixa etária de 7 meses a três anos. Cada uma contou sua experiência, que até ali, tinha sido a mais difícil com sua criança. Falou-se sobre amamentação, sono, babás e principalmente:

# 8 CENÁRIOS POSSÍVEIS

trabalho. A maior dificuldade encontrada foi a conciliação do trabalho com a maternidade. O principal ponto é o que já foi abordado: o mercado de trabalho ignora as mulheres mães. Nessa roda de conversa, ouvi mães que deixaram de trabalhar para dar preferência a criação dos filhos, mães que pediram redução de jornada, mães empreendedoras para se ter uma melhor flexibilização de horário, mãe que começa sua rotina as 5 da manhã pra chegar mais cedo em casa, e mãe que assumiu um cargo de gestora para mostrar pra sua filha onde nós, mulheres, devemos e podemos chegar. Cada uma com uma alternativa diferente para estar presente e aproveitar o máximo possível do seu filho, mas ao mesmo tempo decidir por ela mesma o que o seu lado mulher anseia.

É reconfortante ver que independente das decisões é um espaço de acolhimento: em momento algum há um julgamento quanto ao tem-

po que a criança fica na creche ou o fato da mulher decidir por maternar em tempo integral. Perguntei sobre os pais, se em algum momento houve uma conversa sobre a possibilidade do pai ter a jornada reduzida ou ficar em casa com a criança, todas elas disseram nunca terem conversado sobre essa possibilidade. Questionei também sobre amamentação, se era possível ordenhar o leite no ambiente de trabalho, e novamente uma negativa: todas disseram que tiravam em casa ou vinham para casa durante o almoço para realizar essa tarefa.

Como ainda está iniciando, por enquanto ainda se configura como um espaço para troca de ideias e opiniões, mas imagino que no futuro seja uma alternativa para essas três criadoras poderem ter uma fonte de renda que não comprometa tanto o tempo com suas filhas, e que possam mostrar a outras mães que existem outras possibilidades.

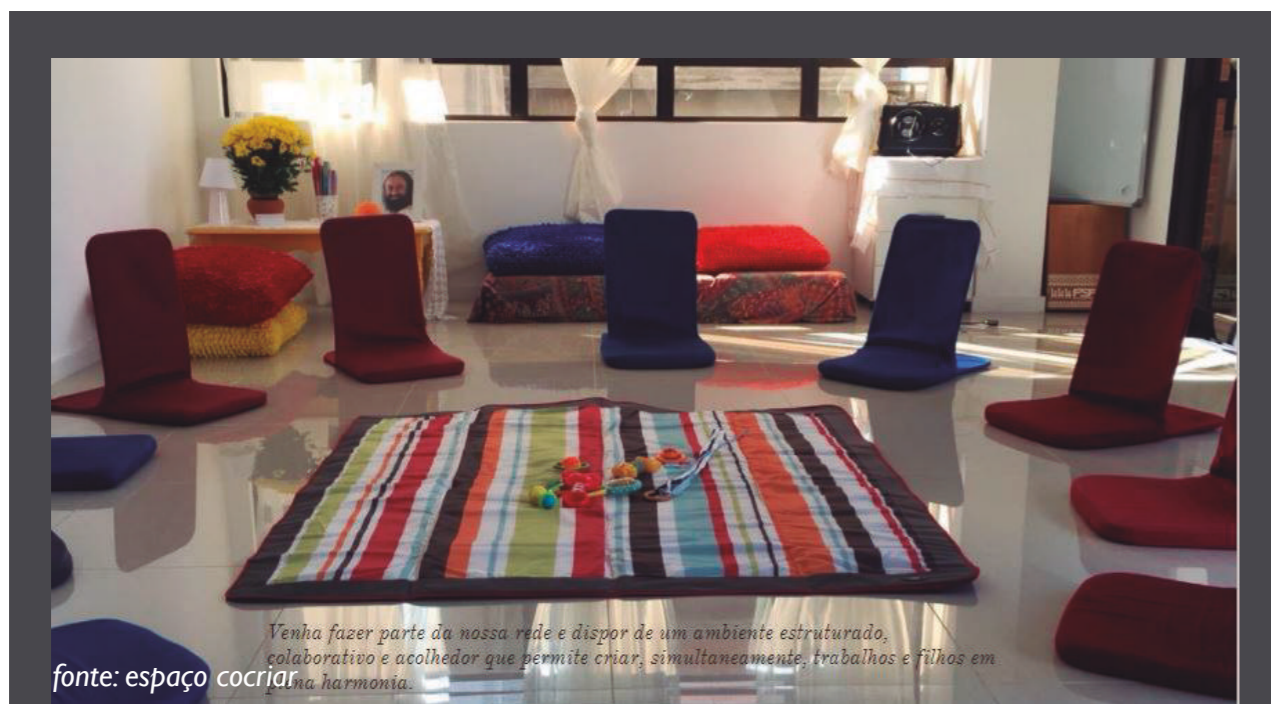
## COWORKING FAMILIAR

O coworking ou espaço compartilhado de trabalho, muito famoso nos dias atuais, é um conceito que surgiu por volta de 2005 por um americano chamado Bred Neuberger. Bred percebeu que se, ao invés de trabalhar em home office, trabalhasse em um espaço com outros profissionais autônomos, além de ser mais produtivo, formaria uma vasta rede de contatos. A partir daí, o modelo de espaço compartilhado se espalhou mundo a fora, e no Brasil são diversos exemplos.

SEGUNDO UM LEVANTAMENTO DA ORGANIZAÇÃO COWORKING BRASIL TEMOS ESPALHADOS PELO PAÍS CERCA DE 238 AMBIENTES COMPARTILHADOS, 40% DELES SÓ NO ESTADO DE SÃO PAULO.

Esses ambientes compartilhados nada mais são que salas ou casas alugadas, em que a montagem do escritório é mais despojada e flexível, e menos custosa. Os trabalhadores de coworkings geralmente são profissionais autônomos, que preferem alugar uma mesa de trabalho por ser mais econômico e para criar conexões com diferentes pessoas e oportunidades de trabalhos.

Apesar de ter surgido em 2005, foi somente em 2013 que um grupo de pessoas teve a brilhante ideia de criar um coworking familiar. Localizado em Milão, na Itália, o Piano C foi o primeiro coworking projetado para mães e pais. Com uma denominação própria de CoBaby, o coworking possui um espaço dedicado a crianças de 0 a 10 anos com auxílio pedagógico e cuidadores para crianças cujas mães e pais usufruem do coworking. Piano C desde de sua inauguração já foi pensado como uma alternativa para a re-inserção,



Venha fazer parte da nossa rede e dispor de um ambiente estruturado, colaborativo e acolhedor que permite criar, simultaneamente, trabalhos e filhos em harmonia.  
fonte: espaço cocriar

**Espaço CoCriar:**  
recinto de acolhimento, troca,  
empatia, convivência e afeto

# 8 CENÁRIOS POSSÍVEIS

principalmente da mulher no mercado de trabalho, criando essa alternativa para maternar e trabalhar no mesmo espaço. Seu slogan é *PIANO C : IL LAVORO INCONTRA LE DONNE*, que pode-se traduzir como: o trabalho encontra a mulher. Referenciado o ditado: se Maomé não vai a montanha, a montanha vai a Maomé.

A ideia de espaço compartilhado com filhos é ainda muito nova, mas é uma alternativa exemplar para tudo que vem sendo discutido até agora, e felizmente, em Florianópolis, existe um exemplo físico.

## CONEXÃO PANDORA

*Visita de campo realizada 26/04/2018.*

Através de pesquisas, descobri que em Florianópolis existe uma iniciativa de coworking com espaço para crianças, seu nome é Conexão Pandora, e fica localizada em uma casa no Rio Tavares. Foi realizado uma visita até o local no para conhecer um pouco mais da iniciativa.

Tudo começou com um projeto de mães empreendedoras. A intenção era proporcionar oportunidades para as mães voltarem ao mercado de trabalho de forma empreendedora, e o objetivo do projeto era então divulgar os produtos dessas mães. A criadora do projeto, Fernanda, percebeu, entretanto, uma dificuldade que surgia: essas mães empreendedoras trabalhavam em casa, com a criança junto, e tanto o rendimento laboral quanto a atenção para a criança ficavam comprometidos. Então o projeto tomou outro rumo, apesar de continuar tendo a intenção de mostrar o empreendedorismo como uma alternativa de trabalho para as mães, que conseguem renda com uma flexibilidade de ho-

rários maior. Ao invés de empreender em casa, foi fornecido um espaço para que essas mães pudessem empreender perto de seus filhos. Transformou-se, então, em um clube de mães empreendedoras com um local específico para isso, alugado, que contava também com palestras para agregar valor aos produtos das mães. Esse primeiro espaço era pequeno, e os filhos ficavam junto das mães. Apareceu então outro problema, ou se espacializou o que já acontecia em casa: o agito da proximidade das crianças acabava comprometendo o rendimento. Então decidiu-se alugar um espaço maior, que desse para ter um lugar específico para as crianças, e para as mães e pais, que seria o coworking. Foram oito meses de procura para uma casa adequada que comportasse as crianças e os adultos na mesma residência, porém em cômodos um pouco distantes.

O essencial, na visão das sócias, eram entradas separadas, que os adultos não precisassem passar por dentro do espaço das crianças para ir trabalhar, e que possuísse contato com a natureza para ambos.



**Esquema representando a divisão de funcionalidade da casa. Os adultos possuem um acesso lateral ao espaço das crianças, contornando a casa por fora para acessar o coworking e demais espaços. Muita vegetação, árvores e espelho da água ao redor, proporcionando um ambiente tranquilo e agradável.**

As regras são claras: só pode trabalhar se trazer o filho para deixar na Pandorinha, como é chamado o espaço de apoio que cuida das crianças, assim como não pode deixar a criança ali e sair. É rígido, e sem exceções, se não o conceito principal acaba se perdendo. Atualmente trabalham cerca de 20 pessoas, sendo no máximo 10 crianças por turno, para dois cuidadores. As idades atendidas são de 6 meses a 4 anos, sendo que a partir de 4 anos a criança é obrigada a frequentar a escola, e pode permanecer na Pandorinha somente no contraturno. Não existe uma pedagogia que dite a forma de brincadeiras ou do espaço das crianças, porém elas visam a liberdade e o livre brincar, além do contato com a natureza.

As criadoras possuem a ideia de divulgar o projeto para as empresas privadas e o serviço público, como uma forma de mostrar que é possível esse convívio de mães, pais e filhos no mesmo local, porém em ambientes separados, e como isso se torna mais saudável no relacionamento entre eles, e fornece maior segurança para a mãe, que muitas vezes é mandada embora por estar grávida ou ter ganhado bebê.

O público principal é de famílias, ambos (mãe e pai) vêm trabalhar e deixam seu filho na Pandorinha, sendo livres para qualquer horário do dia ir dar uma olhada na criança. A mensalidade em valores não foi dita, porém o que foi fornecido é que o preço médio de uma creche particular é o cobrado no coworking, englobando o cuidado da criança e o espaço de trabalho dos adultos.



# 8 CENÁRIOS POSSÍVEIS



O caminho que guia o pedestre é todo de pedra. Do lado direito vemos um espelho d'água e muita vegetação. Do lado esquerdo a área destinada às crianças cercada com madeira para delimitar o espaço.

Espaço para eventos despojado. Coberto, porém em contato com a natureza. A arquitetura do espaço incentiva a troca de experiências de forma horizontal, sem um líder.



Espaço de trabalho compartilhado. Mesas e cadeiras lado a lado. Facilita a rede de contatos e reduz custos de manutenção.

Coworking em contato com uma vasta vegetação.



## CO-LARES

Colares é uma tradução livre para o português de Coliving, significa morar em sua própria casa, seus vizinhos são seus amigos, e juntos compartilham espaços de troca e convivência. Assim como o coworking, o coliving também é um compartilhamento de espaços comuns, ao invés de ser somente o ambiente de trabalho, a moradia também entra nesse propósito de partilha.

O termo é novo, porém seu conceito teve origem em 1972, e era mais conhecido como cohousing. Surgiu na Dinamarca, em uma comunidade de 35 famílias, e a ideia era manter moradias privadas para garantir uma certa privacidade, porém compartilhar espaços de convivência e atividade, como refeições e limpeza de ambientes. Afinal de contas, viver em comunidade é uma herança que o ser humano carrega desde sempre. A convivência em tribos e clãs aos poucos se dissolveu, e essa relação de compartilhar espaços foi ficando cada vez mais fechada, entre famílias. Fechou-se tanto que nos dias de hoje quase nem se conhece os vizinhos de porta. Claro que esse foi um processo de adaptação à vida urbana e devido a um aumento da densidade demográfica. Entretanto, nos dias de hoje o pensamento forte sobre sustentabilidade, integração e crescimento social vem ganhando força, e uma forma concreta de espacializar esses anseios foi por meio do coliving.

A configuração de dividir a habitação pode ser de várias maneiras, mas geralmente o que é mais adotado é a valorização de uma privacidade mínima, o que pode servir para diferenciar um co-lar de uma república. Na república, a partilha

# 8. CENÁRIOS POSSÍVEIS

dos ambientes chega até os quartos, deixando os moradores sem qualquer privacidade. No co-lar, essa privacidade é assegurada no formato de um cômodo exclusivo: parecido com uma kitnet, se configura em um pequeno quarto com banheiro e espaço para uma copa compacta. Por ser uma ideia despojada, geralmente é o público mais jovem que prefere essa forma de moradia. Não existe, por enquanto, um co-lar que seja exclusivo para mães, apesar de ser um ambiente propício para a criação de uma rede de apoio de mulheres, para troca de experiências e até para implementação de uma creche parental.

Existe no Brasil um exemplo de empreendimento totalmente pensado para o Coliving. A incorporadora Wikihaus desde 2014 vem desenvolvendo projetos que visam o compartilhamento do morar. Em 2016 realizou até um workshop para discutir qual a melhor forma de adaptar a moradia em conjunto. Conhecendo a opinião de

“Você sabe, em grandes cidades, a moradia vem se tornando impagável e inacessível. O coliving oferece soluções de moradia para pessoas de renda média. Outra questão é a solidão, que vem se tornando epidêmica, em cidades como Londres. Para resolver este problema, criamos comunidades, onde as pessoas possam se sentir parte de algo maior e podem interagir, se conectar. Esta é uma necessidade humana, todo mundo precisa se conectar.”

Reza Merchant, CEO do The Colective Old Oak em Londres

de futuros clientes, a incorporadora restaurou o Cine Teatro Presidente, localizado em Porto Alegre, e transformou em apartamentos e studios com várias áreas de uso comum. O empreendimento conta com studios de 38 a 70 m<sup>2</sup> que comportam as necessidades essenciais de privacidade de cada pessoa: quarto, estar e copa integrados, e um banheiro privativo. Nos espaços compartilhados existem lavanderia, espaço para o pet, coworking, academia, cozinha gourmet, horta e bicicletas compartilhadas, e diversos estares, além de uma vaga de estacionamento por unidade.



fonte: wikihaus

Planta  
baixa de  
um studio  
com sacada



fonte: wikihaus

Área e equipamentos de uso comum:  
bicicletário e ferramentas domésticas



fonte: wikihaus

Perspectiva interna de um studio:  
quarto, sala e copa integrados



fonte: wikihaus

Cozinha compartilhada, coworkig e  
áreas de estar.

# 9 CONCEITOS ESPACIALIZADOS

Segue abaixo algumas referências arquitetônicas que remetem um pouco ao tipo de anteprojeto que se intenciona fazer.

## THE CHILDREN'S MUSEUM OF PITTSBURGH

O museu infantil em Pittsburgh, nos Estados Unidos, possui um elemento arquitetônico que virou entretenimento infantil. O tipo de envolvimento que a criança tem com o elemento remete a liberdade de experimentação e de exploração que o método montessori emprega. Chamado de Limb Bender, é uma estrutura para escalada muito peculiar. Em forma de labirinto, essa escada fora do comum possui degraus amplos e emborrachados, mais parecidos com patamares. São de diferentes alturas e comprimentos, e tornam o exercício de vencer um pé direito bem mais atrativo. Para a segurança, são cercado dos dois lados com tela, e o revestimento emborrachado evita deslizamentos e ameniza possíveis quedas.



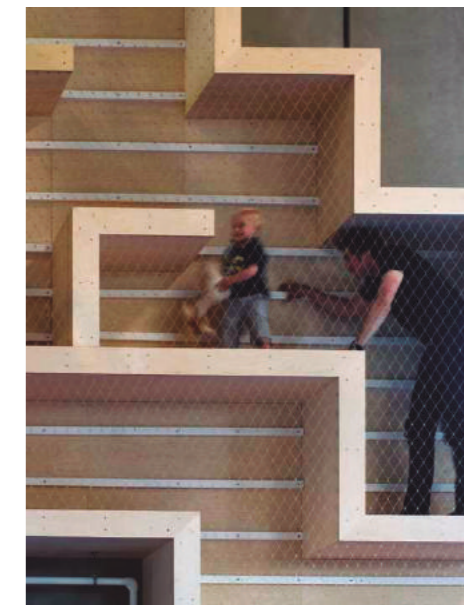
## ARHUS GYMNASTICS AND MOTOR SKILL HALL

O pavilhão esportivo em Aarhus, na Dinamarca, foi projetado para convidar e motivar crianças a desenvolver habilidades motoras em forma de brincadeiras. Normalmente, ao projetar um tradicional pavilhão esportivo, o layout é estritamente guiado por requisitos fixos - como tamanhos de quadra, alturas e larguras. Nesse pavilhão, entretanto, foi repensado o conceito de esporte e diversão. Novamente, foram dois elementos arquitetônicos comuns que chamam a atenção. Existem duas escadas, que possuem o mesmo objetivo (vencer um pé direito) porém fazem numa moldura diferente. Uma tem diferentes degraus em alturas e larguras, e pode ser utilizada para exploração tanto de crianças quanto de adultos. A outra remete um pouco ao Limb Bender de Pittsburgh.



Nesses dois exemplos é possível ver que são ambientes propícios e facilitadores para a aplicação do montessori, que para um proveito total deve ser associado com a filosofia de pouca

interrupção dos adultos responsáveis. Notasse a presença da madeira em ambos os projetos, e como a exploração dos elementos não se fixa a uma faixa etária e nem infantiliza o local.



## JARDIM DE INFÂNCIA 8UNITS

O jardim de infância 8units em Velez Rubio, Espanha, possui um layout diferenciado e interessante. O objetivo dos arquitetos era ajudar a desenvolver as habilidades psicomotoras, mentais e sociais. A origem da proposta foi o pensamento que as crianças tem que uma creche é uma “casa grande” na qual elas passam a maior parte do tempo. O programa se desenvolve em oito salas de aula divididas em três grupos de crianças, divididas de acordo com a idade. Há também uma sala de jantar, uma cozinha e escritórios de administração distribuídos em torno de um pátio onde as crianças brincam. As diferentes salas de aula estão conectadas a espaços ao ar livre, que permitem uma relação permanente dentro-fora.

Nos pisos e base das paredes existe um revestimento de vinil flexível colorido. A cor é muito importante na idade precoce, ajudando no desenvolvimento das capacidades psicomotoras, mentais e sociais. Para as salas de aula projetadas para crianças menores de 1 ano, a cor é azul (relaxamento, o mar, o mundo dos sonhos); salas de aula para crianças entre 1 e 2 são pintadas de laranja (estimulação psicom-

# 9. CONCEITOS ESPACIALIZADOS

tora, atividade); para crianças entre 2 e 3 anos de idade, a cor escolhida é verde (contato com a natureza). E os espaços comuns usam cores misturadas: é o mundo da sociedade e o coletivo.

Essas mesmas cores separam o mundo das crianças do mundo dos adultos: nas paredes, a cor desaparece a 1,30 metros, altura da visão espacial de uma criança. O programa funciona facilmente em torno de um playground central (extensão da sala de jantar ou sala multiuso).



fonte: archdaily

Esquadrias coloridas e com profundidade permitem a permanência da observação. A cor das paredes desaparece a 1,3 m, que é a altura do olhar de uma criança.



fonte: archdaily

Os banheiros são juntos, visíveis e sem distinção de gênero. Estimula desde pequeno a tolerância e diversidade.

## JARDIM DE INFÂNCIA RIBNICA

A intenção do jardim de infância em Ribnica, na Eslovênia, é que a arquitetura dos espaços se mesclasse com a brincadeira das crianças. Os arquitetos visavam contemplar a posição do jardim de infância no mundo moderno como um local seguro e aconchegante, fornecendo uma condição favorável ao desenvolvimento saudável de uma criança. O lugar deveria permitir à criança familiarizar-se com o mundo e a sociedade de forma tranquila e relaxada. Além disso, os espaços foram desenhados para abraçar o parque infantil no meio, imitando mãos abraçando a criança e conformando um lugar e um entorno aconchegante e seguro.

As salas destinadas às crianças mais novas quase as abraçam plenamente, enquanto as outras salas, para as idades posteriores, são mais abertas e preparam as crianças para o mundo grande e vasto, quando chegada a hora. Os autores esperam sinceramente que o sentimento de segurança e aconchego dado às crianças no jardim de infância, possa acompanhá-las ao longo da vida.

O alinhamento o edifício é zigzagueado e adaptado às dimensões das crianças, bem como às características do lote. A orientação das salas é otimizada separadamente, em função da

exposição ao sol, vistas, ruído, etc. Os elementos arquitetônicos - os pisos, bem como as fachadas e telhados - se encontram sob ângulos distintos, de diferentes formas e criam em conjunto um jogo arquitetônico.



As cores, a madeira, as diferentes formas e o contato com a natureza são todas características sempre presentes em projetos que possuem um público mais infantil. A tentativa de sempre lembrar a casa, seja no telhado ou no aconchego dos materiais pretende deixar a criança o mais confortável possível. Uma criança que sente o acolhimento e o bem estar que o ambiente proporciona não terá outras preocupações a não ser o brincar, e é nas brincadeiras que o desenvolvimento pleno acontece.



# 10. IDEIA INICIAL

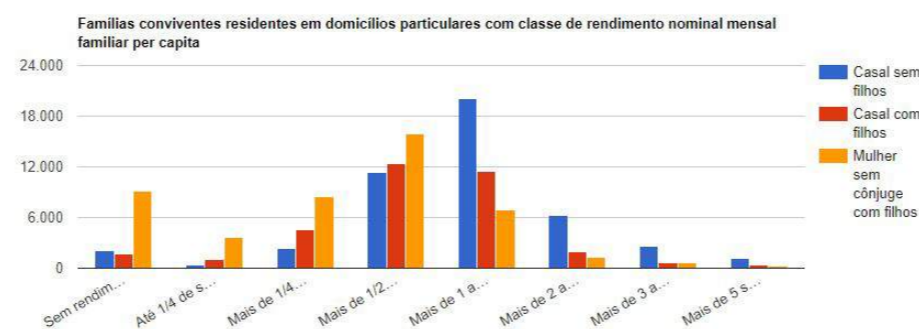
A compilação teórica apresentada serviu para entender qual a maior problemática das mães hoje em dia. Pode-se considerar a principal como a negligência do sistema laboral com a mulher que é mãe, além das complexa viabilidade de poder se dedicar integralmente, ou de forma mais presente, na criação e desenvolvimento da criança.

A proposta de anteprojeto, então, é uma edificação com um programa que possa acolher a mãe que trabalha e materna, sem desvincular uma coisa da outra; e acolher também a mãe solo, que quer priorizar uma atenção maior a criança de primeira infância. O objetivo universal é de que se tenha crianças em desenvolvimento pleno, que por sua vez possuem maiores oportunidades de serem adultos completos e realizados. Além disso, priorizar o bem estar psíquico da mãe, porque uma mãe feliz e saudável consegue se dedicar melhor a ajudar uma criança a se desenvolver plenamente. A edificação, portanto, se configura de uso misto, com uma grande porção residencial e uma parcela para um coworking familiar.

A parte residencial segue o modelo co-lares, com um grande cômodo que comporte copa, camas e um banheiro (estilo kitnet) que é destinado a uma família individual. As demais áreas como lavanderia, áreas de convivência, cozinha, espaço para trabalho compartilhado são de uso comum. A intenção é que apesar de unidades individuais, esses espaços sejam vistos e usados como quartos, e que os demais espaços compartilhados configurem uma grande e acolhedora casa. O modelo co-lares foi escolhido por ser um facilitador de troca e convivência entre pessoas, principalmente por promover a estrutura de rede de mães, que é tão importante para a saúde mental da mulher. Se essas mães são “obrigadas” a usarem espaços em comum, é inevitável que amizades e diálogos surjam constantemente, tornando as dificuldades da maternidade mais conhecidas e minorizadas.

A intenção é que a parte residencial seja pública, custeada pelo governo. É uma forma de responder a pergunta **“O governo sustenta uma mulher por**

**“só” ser mãe?”**. Essa parte residencial também é destinada exclusivamente a mães solo e seus filhos, visto que é configuração familiar em que a criança sai mais prejudicada no sentido de atenção emocional. Nessa configuração, a mãe geralmente é a responsável pela garantia de renda do lar, sendo obrigatório seu afastamento da criança por um longo período de tempo.



fonte: IBGE censo 2010

O gráfico acima, extraído da página do IBGE, se refere ao estado de Santa Catarina. Nele se observa que até o ganho de um salário mínimo, a configuração familiar que se destaca é a de mulher sem cônjuge com filhos. Ao aliviar um dos maiores gastos econômicos que é o aluguel, permite-se que essa mãe possa escolher estender sua licença maternidade por conta própria, começar o próprio negócio ou ter uma redução de carga horária, priorizando assim o seu tempo para o desenvolvimento pleno da criança. O espaço de trabalho compartilhado afirma a possibilidade da mulher trabalhar de forma autônoma, com sua própria definição de carga horária. A intenção é que até a criança mais nova completar 2 anos, essa mãe tenha o benefício de isenção de aluguel. Essa idade foi escolhida por ser a idade em que segundo Laura Gutman, a criança compreende que é um ser exterior e desconectado da mãe, fazendo com que esse período de transição seja o mais suave possível. Em seguida, é sugerido que mães com a criança mais nova de dois a quatro anos possuam o benefício de aluguel social, a fim de que esse aluguel sirva como reinvestimento e manutenção dos co-lares. Esse pe-

ríodo de aluguel social incentiva a mãe a decidir-se por qual vertente seguir para conseguir renda, e a começar uma transição gradual com a criança, que não terá mais a mãe tão presente. A partir de 4 anos é recomendado que essa mãe deixe o co-lares a fim de haver uma reorganização, dando oportunidade para outras famílias se beneficiarem. Mães com mais de uma criança também são acolhidas, as idades mencionadas são referentes a criança mais nova.

O térreo teria uso voltado ao público e a comunidade. Como não é possível adaptar nem obrigar os ambientes de trabalho para que acolham uma trabalhadora que é mãe e a sua cria, a intenção é fornecer um espaço para ela. O programa seria então de um coworking parental, em que não só a mãe, mas o pai também poderia utilizar desse espaço, e junto traria sua criança que ficaria em um espaço de apoio. A intenção é que, como na Conexão Pandora, as regras sejam rígidas: não pode vir trabalhar sem a criança, e não pode deixar a criança ali e sair para outro lugar. O espaço de trabalho compartilhado se configura como cômodos grandes com diversas estações de trabalho postas lado a lado, além de banheiros, copa, espaços de descanso e salas de reuniões mais íntimas. Apesar de ser um ambiente público, a intenção é que as pessoas que desejam utilizar o local possuam um cadastro, e contribuam financeiramente para a manutenção do espaço. Para uso comum de quem mora e de quem só trabalha são destinadas áreas de lazer externas, com playground e áreas verdes. Além disso, no térreo também existe um café público, como forma de interagir a comunidade e os usuários do edifício. O café é uma forma de realocar a atual lanchonete existente no terreno.

# 11 A ESCOLHA DO TERRENO

O terreno escolhido para o projeto se encontra na cidade de Florianópolis/SC, está localizado no bairro Agrônômica, em uma continuação da rua Rui Barbosa. Atualmente a área é um terreno baldio que as pessoas se apropriaram como estacionamento. Ele se localiza bem em frente ao Centro Catarinense de Reabilitação e ao Hospital Infantil Joana de Gusmão.



fonte: autoria própria



fonte: autoria própria

Além disso, outros serviços públicos se encontram próximos: Hospital Nereu Ramos, Rede Feminina de Combate ao Câncer, Delegacia da Mulher e o Centro de Saúde Agrônômica. Próximo a área existem duas comunidades: Vila Santa Vitória e Morro do Horácio.



O terreno possui cerca de 4.000 metros quadrados, e se localiza no bairro Agrônômica, em Florianópolis/SC. Próximo a ele se encontram diversos serviços que atendem a mulher e a criança.

fonte: autoria própria

A principal particularidade da escolha do terreno é que este não fosse “escondido”. Apesar do projeto englobar crianças pequenas, o que talvez remetesse a um local mais calmo e silencioso, geralmente áreas assim são mais residenciais e periféricas. A edificação precisa estar em uma área mais central pelo seu uso de coworking - facilita a locomoção e a rede de contato dos usuários-, mas, principalmente, pelo fato de ser um projeto inteiramente pensado na mulher e na mãe (e junto da mãe, a criança). A intenção é que desde a escolha do terreno, a presença da mulher esteja de forma imperativa, que se faça realmente presente e notável, e que

se revogue o pré conceito de que o lugar de uma mãe é dentro de uma casa no subúrbio onde ninguém pode vê-la. Além disso, por se encontrar próximo a duas comunidades, é mais um serviço de apoio para essas pessoas usufruírem, seja como moradia ou trabalho. O fato de se localizar próximo de outros equipamentos que atendem mais a mulher e a criança (delegacia da mulher, rede feminina de combate ao câncer, creches, hospital infantil) intensifica seu propósito, e acrescenta na energia e relação materna já presente no espaço.

## ZONEAMENTO

O zoneamento atual no plano diretor considera a área como ACI, ou seja, Área Comunitária Institucional.

**“Art. 13 - Áreas comunitárias Institucionais (ACI)**  
**“Art. 13 - Áreas comunitárias Institucionais (ACI)** são aquelas destinadas a todos os equipamentos comunitários ou aos usos institucionais, necessários à garantia do funcionamento satisfatório dos demais usos urbanos e ao bem estar da população subdividindo-se em:

- I - Áreas de Educação, Cultura e Pesquisa (ACI-1);**
- II - Áreas de Lazer e Esportes (ACI-2)**
- III - Áreas de Saúde, Assistência Social e Culto Religioso (ACI-3);**
- IV - Áreas dos Meios de Comunicação (ACI-4);**
- V - Áreas de Segurança Pública (ACI-5);**
- VI - Áreas de Administração Pública (ACI-6);**
- VII- Áreas do Sistema Produtivo Comunitário (ACI-7);**
- VIII - Áreas de Equipamentos Turísticos (ACI-8).”**

# 11 A ESCOLHA DO TERRENO

De acordo com o programa adotado, podemos considerar como ACI-3, voltado para a assistência social. O Art. 54 esclarece que os limites de ocupação das ACI's são definidos pelo zoneamento das áreas adjacentes, ou por estudo específico realizado pelo IPUF. Observando o zoneamento atual do plano diretor de Florianópolis, levou-se em conta os dados limitantes do zoneamento ARM - 3.5.



## DESLOCAMENTO

Em frente ao terreno existe um ponto de ônibus, cuja única linha que passa é TITRI - TICEN via Gama D'Eça/H.I., porém, logo na rua abaixo que fica cerca de 150 metros da área, a Rua Delminda Silveira/Rua Rui Barbosa, existem diversas linhas de ônibus que levam até o terminal principal da cidade (TICEN) como terminais de outros bairros (TICAN, TILAG, TISAN E TITRI), facilitando então o deslocamento principalmente de quem viria trabalhar no dia a dia. Além disso, o sistema de ciclovias é quase ininterrupto para quem utiliza a beira mar: existe uma ciclofaixa de ligação da ciclovia da beira mar até a rua Rui Barbosa, porém na porção que se localiza o terreno e os hospitais, a ciclofaixa não continua, nem existem bicicletários facilmente visíveis tanto no Hospital Infantil quanto no CCR. O fluxo de pessoas é moderado, por serem equipamentos de grande porte, principalmente o CCR, recebe vans vindas de diversas cidades do estado. Durante o dia as vans estacionam como podem na rua, em busca de sombra, pois devem aguardar o procedimento de

todos os pacientes. Não existe nenhuma praça ou área de lazer próxima. Os motoristas das vans ficam dentro das mesmas aguardando ou em duas lanchonetes ali próximas, uma logo abaixo o CCR e outra do lado do ponto de ônibus do terreno. Demais familiares que esperam por atendimento ou qualquer outro motivo aguardam em áreas externas de espera com pouca infraestrutura: somente bancos de madeira ou concreto, alguns totalmente descobertos.



Mapa de localização dos principais serviços próximos ao terreno. Estão marcados também os pontos de ônibus mais próximos, o trajeto da ciclovia a as comunidades que circundam.

# 11 A ESCOLHA DO TERRENO

## RELEVO

As curvas de nível originais mostram que o terreno teve um pequena depressão de cerca de 2 metros, onde provavelmente acumulava água; estudando a topografia ao redor pode-se analisar que existia uma certa linha de escoamento. Hoje em dia tudo está modificado: essa linha de escoamento possui edificações que não foram mapeadas no estudo topográfico disponibilizado. Além disso, como o uso de estacionamento requer um terreno mais plano, a topografia foi se adequando ao longo dos anos. A depressão não existe mais, a entrada do terreno se dá pelo lado esquerdo quando se posiciona de costas para o CCR e olha-se o terreno de frente, e grande parte da área mantém na mesma cota de curva de nível. A parte nordeste do terreno se dá para fundos de lotes; toda essa porção é demarcada por um desnível de cerca de 3 a 4 metros, e possui uma vegetação rasteira e algumas árvores que ajudam a preservar a integridade dessa encosta em dias de chuva. A parte noroeste, a visão do terreno para quem está de costas para o CCR, é onde se localizam o ponto de ônibus e a lanchonete. Ambos os equipamentos estão no mesmo nível da rua, que em relação ao terreno possui cerca de 3 metros de desnível.



Imagem aérea do terreno com demarcação do limite e perspectivas.

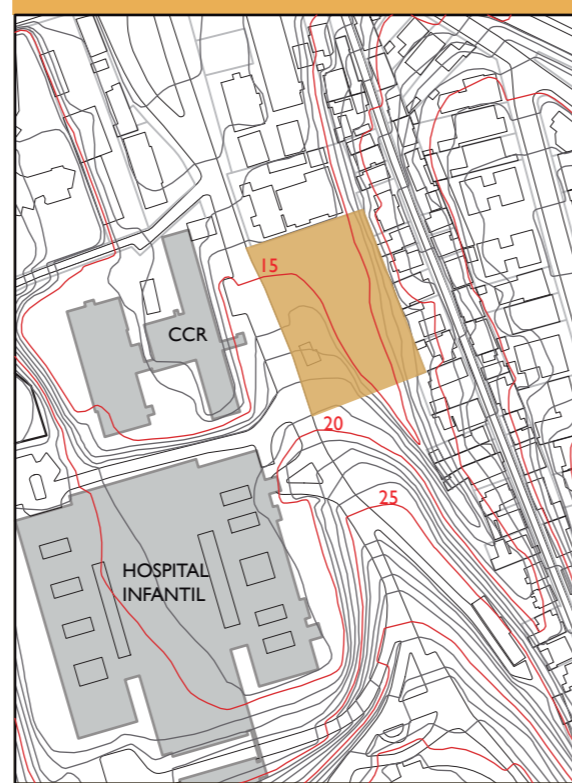
fonte: google earth

Terreno com curvas de nível originais



0 10 25 50

Terreno com curvas de nível atuais



0 10 25 50



fonte: autoria própria  
Imagem A: porção noroeste



fonte: autoria própria  
Imagem D: porção sudoeste



fonte: autoria própria  
Imagem B: divisa com fundos de lote



fonte: autoria própria  
Imagem B: divisa com fundos de lote



# 11 A ESCOLHA DO TERRENO



fonte: autoria própria  
Imagem C: vista para o CCR e Hospital



fonte: autoria própria  
Imagem C: vista para o CCR e Hospital



fonte: autoria própria  
Imagem E: vista da rua ou do CCR



fonte: autoria própria  
Imagem E: vista da rua ou do CCR



fonte: autoria própria  
Imagem E: vista da rua ou do CCR

## INSOLAÇÃO E VENTOS

Por ser um terreno amplo localizado em uma área de gabarito baixo, o terreno possui ótima insolação. Somente na parte da manhã o sombreamento é maior na parte nordeste justamente por ser o lado em que além do desnível de 3 metros, possui as casas de fundo de lote. A interferência do sombreamento das edificações no lado noroeste é mínima, sendo necessário alguma intervenção arquitetônica para se ter um melhor conforto térmico.

Os ventos que ocorrem com mais frequência na grande Florianópolis são os provenientes do Norte, Sul e Sudeste. Por se localizar muito próximo ao Morro do Horácio e ao Morro da Vila Santa Vitória, é possível que os ventos sul e sudeste sofram um amortecimento devido a esse obstáculo natural. Para o vento norte não possui nenhum obstáculo significativo, sendo a sua presença marcante grande parte do ano.



fonte: autoria própria  
Insolação representativa do meio da manhã



fonte: autoria própria  
Insolação representativa do fim de tarde

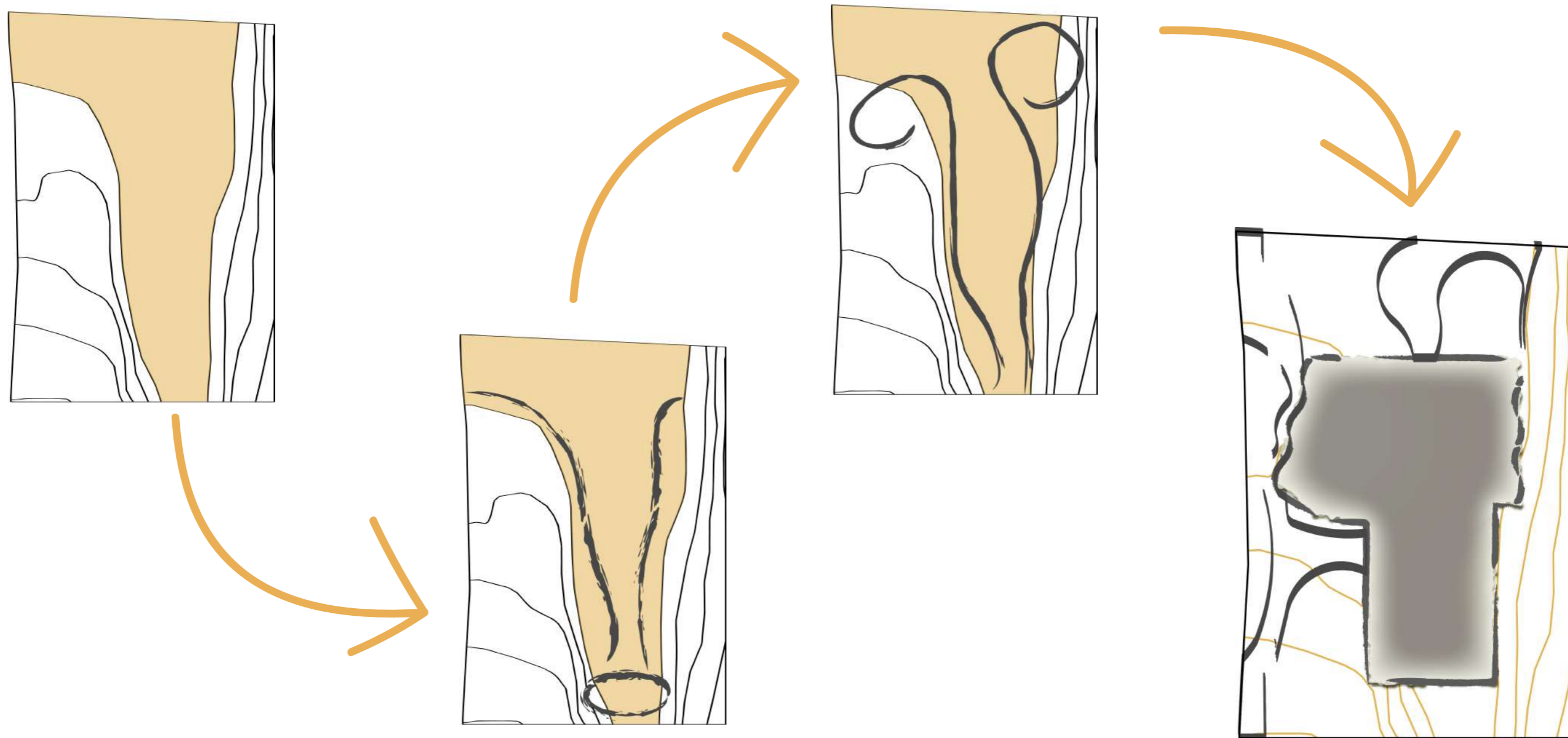
# 12 NIDAÇÃO DO EDIFÍCIO

O conceito de implantação do projeto no terreno se deu com um olhar carinhoso e diferenciado ao terreno, contemplando sua planta e as formas que as curvas de nível se comportam. Observando-se a curva de nível mais plana e que consome boa parte do terreno, nota-se que a parte sul é mais afunilada e conforme se direciona para a parte norte, se abre. A imagem que se referencia à mente, levando em conta a teoria

estudada, é a de um útero com os ovários. Dessa forma, o edifício foi alocado como se fosse um corpo crescendo dentro do útero, trazendo, como o feto, expectativa, mudança e uma nova forma de olhar a vida.

Onde estariam os ovários, que guardam consigo uma quantidade significativa de vida e que geram estabilidade emocional com a produção de hormônios foi designado o espaço para o

café e uma área verde de *playground* infantil. Ambos os espaços possuem uma abundância de pessoas por área, e conformam espaços de equilíbrio emocional, seja o extravaso por meio da brincadeira ou o desabafo com uma amiga tomando um café.



# 12 NIDAÇÃO DO EDIFÍCIO

Levando em conta o plano diretor como limitante, a edificação se configura em três pavimentos e um subsolo. Como o terreno possui um desnível de seis metros que segue o alinhamento da rua, grande parte do subsolo não precisou ser enterrada. A entrada de veículos ocorre na cota 15, a mais baixa do terreno na porção oeste, com conexão direta com a rua. O subsolo conta com catorze vagas de garagem destinadas às mães do coliving. Nele também se encontram o depósito de lixo, abrigo de gás, cisterna, casa de bombas e a lavanderia. Por ser a cota mais plana do terreno, é nesse nível que se encontra o playground e as áreas verdes destinadas para os usuários do coliving e do coworking somente. Presente no terreno de uso totalmente público se encontra o café, o ponto de ônibus com bicicletário e dois espaços de deck sombreados em lados opostos: um no limite norte-noroeste e outro no limite sul. O ponto de ônibus se localiza um pouco acima, na cota 16 e próximo a ele se tem o acesso ao café por uma rampa. O café também pode ser acessado no nível da rua, na cota 17, onde se tem a entrada principal da edificação. Existe uma diferenciação de nível entre a entrada principal da edificação e a rua, uma forma de garantir certa privacidade e fazer a triagem do totalmente público para o semi público e o privado.

O café, portanto, é uma forma de dar outra



*Perspectiva interna do café: possui ambientação característica de um café com mesas e cadeiras, e também possui um espaço mais descontraído com sofás, muito conveniente para a amamentação.*



cara a antiga lanchonete existente no terreno. Além de ser uma forma de atrair o público para conhecer um pouco mais sobre o conceito da edificação proposta, serve de suporte para as pessoas que aguardam atendimento dos hospitais e do CCR. Ele possui uma ampla área coberta, com capacidade para acolher 36 pessoas. Possui sanitário unisex com fraldário e sanitário PCD. O café serve também como alternativa de emprego para as mães que moram no coliving e desejam ou precisam voltar a trabalhar, possibilitando uma carga horária de meio período.

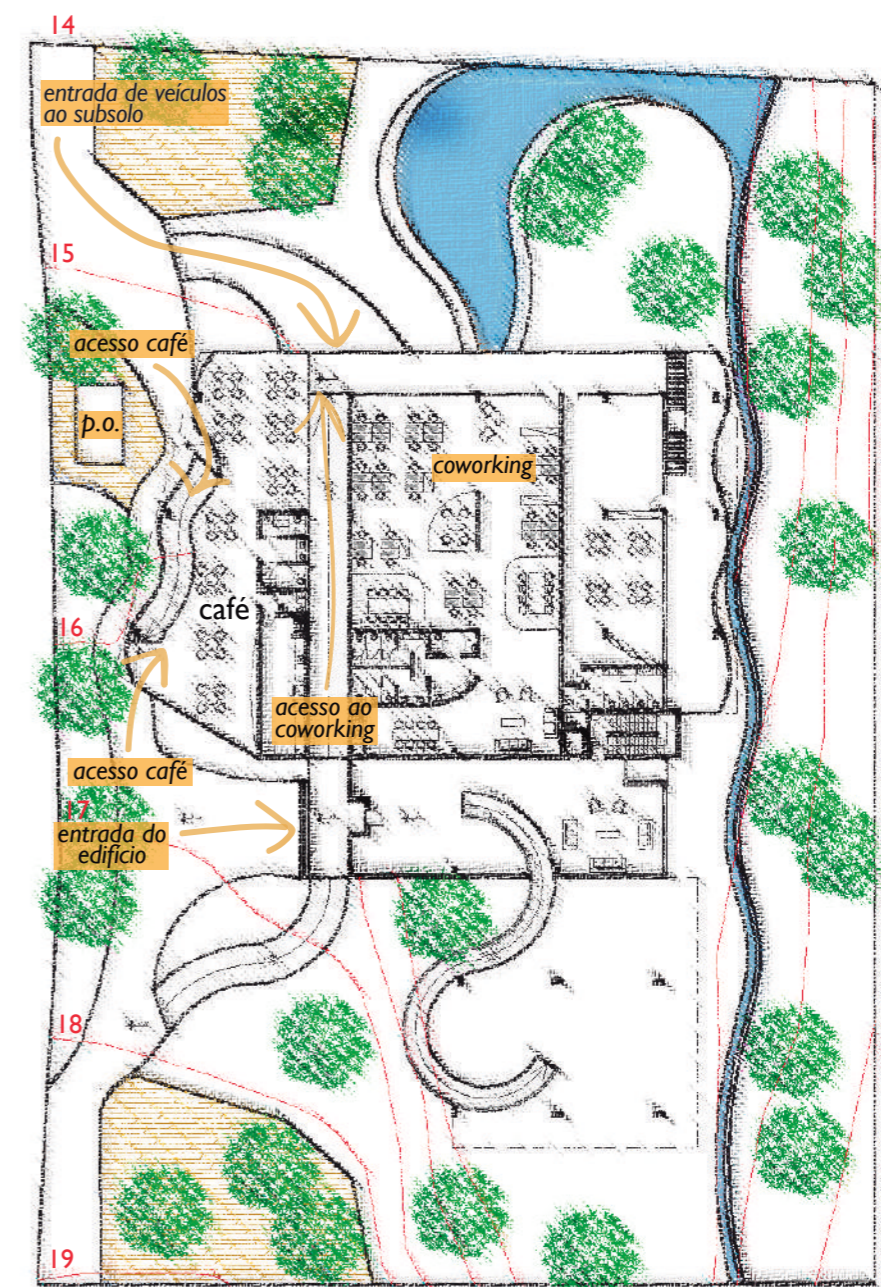
3° ANDAR: COLIVING

2° ANDAR: COLIVING

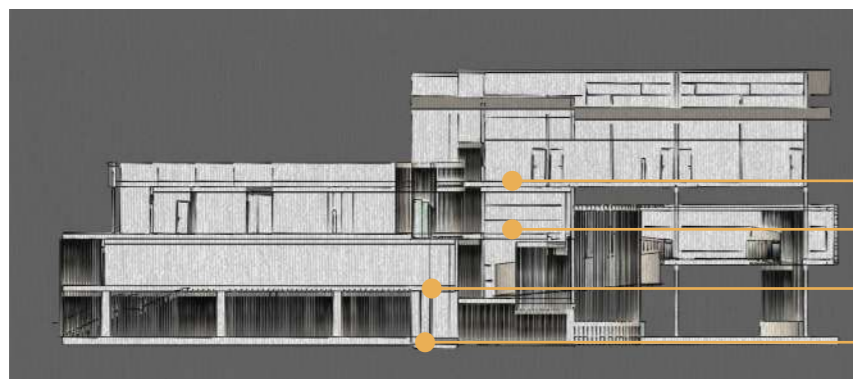
TÉRREO: COWORKING, CAFÉ E HALL DE ENTRADA

SUBSOLO: GARAGEM, LAVANDERIA, CISTERNA

Caracterizado como semi-público, o coworking parental se localiza na porção noroeste e faz divisa com o café por meio de uma rampa de acesso. Com fachada principal toda envidraçada direcionada a norte-noroeste, o sistema adotado de fechamento que se abre por completo possibilita aos trabalhadores do coworking uma forma de trabalhar mais dinâmica, avançando um pouco para a varanda se assim desejarem. O espaço de trabalho compartilhado conta com trinta mesas individuais, três espaços mais reservados para reuniões, sanitários, copa e área de descanso.



*Planta esquemática de fluxos no térreo/subsolo. [Esc.: Sem escala.]*



# 12 NIDAÇÃO DO EDIFÍCIO



O espaço de apoio infantil se encontra ao lado do coworking, na porção nordeste. Nele se encontram espaços livres para atividades dinâmicas, mesas e colchonetes, nos fundos está localizado os sanitários adaptados ao tamanho infantil. O apoio infantil possui também uma escada de acesso ao subsolo, que direciona ao playground e as áreas verdes. Por ser uso majoritário de crianças, a escada foi projetada para melhor atendê-las: possui espelho de 16cm e patamar de 32cm.



## EDIFÍCIO

A porção privada da edificação, a qual consiste o coliving, possui sua entrada demarcada por uma majestosa porta de madeira. Dentro da edificação se encontra um hall que possibilita diferentes formas de se chegar em casa. Existe a circulação convencional composta por escada protegida e elevador e existe a circulação lúdica. Uma gigantesca rampa possibilita às mães e suas crianças uma subida a “casa na árvore”. A alusão a uma casa na árvore se dá devido ao volume desconectado do resto da edificação. Ele possui fechamento em madeira e um terraço jardim remetendo à lembrança de uma casa na árvore.



Parte do seu fechamento se conforma ao formato orgânico da rampa, a qual é toda limitada com uma espécie de brise amadeirado que faz a vez de fechamento e guarda corpo. Chegando-se ao topo da rampa, o ambiente encontrado é de descontração. m grande espaço para assistir tv, brincar, jogar, conviver, trocar experiências, conversar. Um pouco acima, chegando-se ao nível do primeiro bloco de coliving existem espaços para estudar, trabalhar e ler. Tanto o ambiente de descontração quanto o ambiente mais

“sério” são pensados como espaços integrativos para as pessoas dos dois blocos. Além da circulação vertical convencional, é possível acessar o segundo bloco de coliving por uma escada orgânica margeada por jardins de inverno.

O coliving é desmembrado em dois pavimentos: o segundo pavimento da edificação e o primeiro bloco de coliving é destinado às mães com um bebê e uma criança/adolescente. São nove dormitórios, os quais possuem cerca de 23m<sup>2</sup>, e as áreas comunitárias se constituem cozinhas, estares e um grande espaço livre de convívio. Esse andar é marcado fortemente por jardins de inverno, trazendo o máximo possível de um quintal dentro de casa. O terceiro pavimento da edificação e o segundo bloco de coliving é destinado às mães com um bebê e até três crianças/adolescentes. A possibilidade de acolher uma família maior se dá devido aos cinco dormitórios de 27m<sup>2</sup> que possuem mais 22m<sup>2</sup> de mezanino. Esse bloco também possui cozinhas e estares e acesso a um grande terraço. Os dormitórios dos dois blocos do coliving possuem orientação norte e leste visando um melhor conforto térmico. Os dois blocos possuem capacidade de atender 14 famílias e cerca de 51 pessoas.



# 13 PONDERAÇÕES TÉCNICAS

Por abrigar um vasto público infantil, a segurança física das crianças foi uma grande questão analisada durante o processo. Os blocos de coliving se localizam em pavimentos superiores, porém para não limitar o espaço da criança a somente “dentro de casa”, o primeiro bloco do coliving possui uma ampla laje, enquanto o segundo bloco possui um vasto terraço, o qual é a cobertura do primeiro bloco. Como medidas de segurança, para a laje foi adotado um sistema de guarda-corpo em metal rígido vertical, impossibilitando a escalada pelas crianças. Além disso, o espaçamento entre hastes é de 13cm, dentro do limite máximo de 15cm proposto pelo Código de Obras de Florianópolis. A altura do guarda corpo é de 120cm, considerando que a altura média de uma criança de 1 a 12 anos seja 115cm. Para o terraço, o guarda-corpo utilizado é de alvenaria com uma espessura de 50cm, tendo no seu interior o formato de jardineira para a plantação de jardim/horta. Este guarda-corpo também possui a altura de 120cm. O terraço e as varandas da laje asseguram para as mães uma segurança quando não podem estar sempre presente, deixando as crianças se entreterem livremente.

Para quem almeja um contato maior com a natureza, existem as áreas verdes do subsolo. Na porção leste do terreno, a qual faz divisa com os fundos de lote, existe um desnível de cinco metros que foi mantido, e para prevenir alguma catástrofe natural, é proposto o intenso plantio de árvores, criando-se uma massa de vegetação. No limite entre este desnível e o nível do subsolo foi utilizado um muro de arrimo de pedra, com sistema de drenagem auxiliado por um geocomposto drenante. Junto do movimento orgâ-



Referência de inspiração para espelho da água.

[Fonte: Hélène Binet]

nico do muro criou-se um espelho da água, que serve como limite para as crianças que pretendem se aventurar no muro. Este mesmo espelho se expande quando chega na porção norte, servindo como elemento divisor entre as áreas verdes destinadas aos usuários da edificação e o espaço verde público (deck sombreado). Na porção sul do terreno, o próprio relevo serve como limitante entre as áreas verde e o espaço público: entre o nível do subsolo e o da rua existe uma diferença de quatro metros assentado de forma íngreme. Também é utilizado do muro de arrimo para conter movimento de terra junto do sistema de escoamento auxiliado pelo geocomposto drenante.

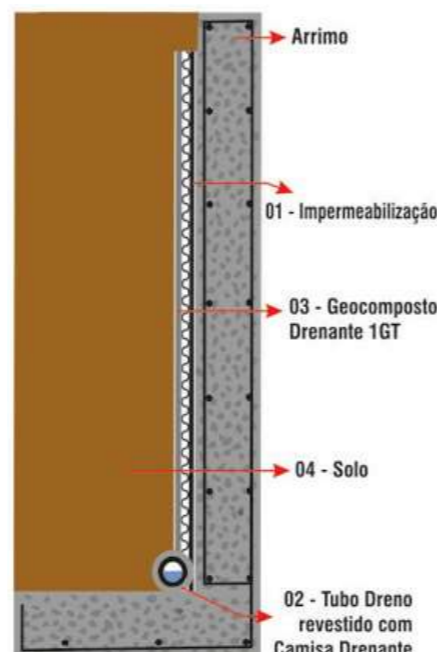


Imagem esquemática representando o muro de arrimo com o sistema de drenagem auxiliado pelo geocomposto drenante. O arrimo escolhido foi de pedra, com espessura de 30cm baseado na literatura de REBELLO,Y.

[Fonte: Geofoco]

## ESTRUTURA E FECHAMENTO

Conforme a necessidade de grandes vãos para se ter um layout mais livre e dinâmico, tanto para o coworking quanto para o coliving, optou-se por utilizar estrutura em concreto armado. A estrutura se configura em uma malha de pilares com cerca de 8 x 7,5m. Devido à grande distância entre pilares, a laje que melhor se adequa em questão econômica e de execução é a laje nervurada caixão perdido com 35cm de espessura.

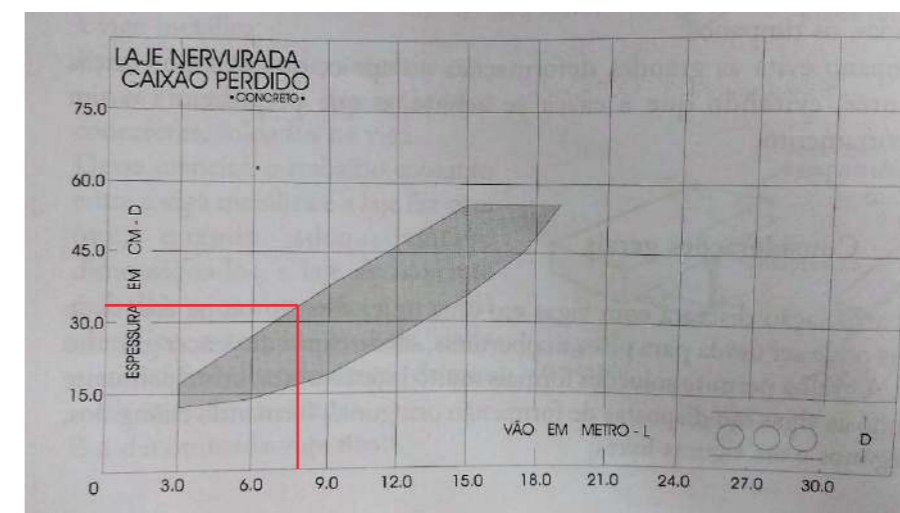


Imagem de autoria própria (retirada da página 166 da literatura de REBELLO,Y) com representação da justificativa de escolha da laje nervurada caixão perdido.

Para os pilares, como o gabarito máximo é de três andares, a largura do maior lado deveria ser de 55cm no mínimo; a outra dimensão optou-se por 20cm para poder se incorporar as paredes externas. A ligação entre os pilares e as lajes são feitas com viga faixa com cerca de 1m. As paredes da edificação que fazem limite com o terreno aterrado possuem espessura de 30cm e são feitas de concreto armado.

As alvenarias externas possuem espessura de 20cm para melhor conforto térmico e são executadas em bloco cerâmico.

# 13 PONDERAÇÕES TÉCNICAS

As paredes internas que não são hidráulicas são executadas em gesso acartonado e possuem espessura de 10cm. Optou-se por essa escolha de fechamento devido sua rapidez de execução, limpeza, e facilidade em alteração de layout. As paredes hidráulicas são executadas em espessuras de 15 e 20cm, e também são de gesso acartonado resistente à umidade.

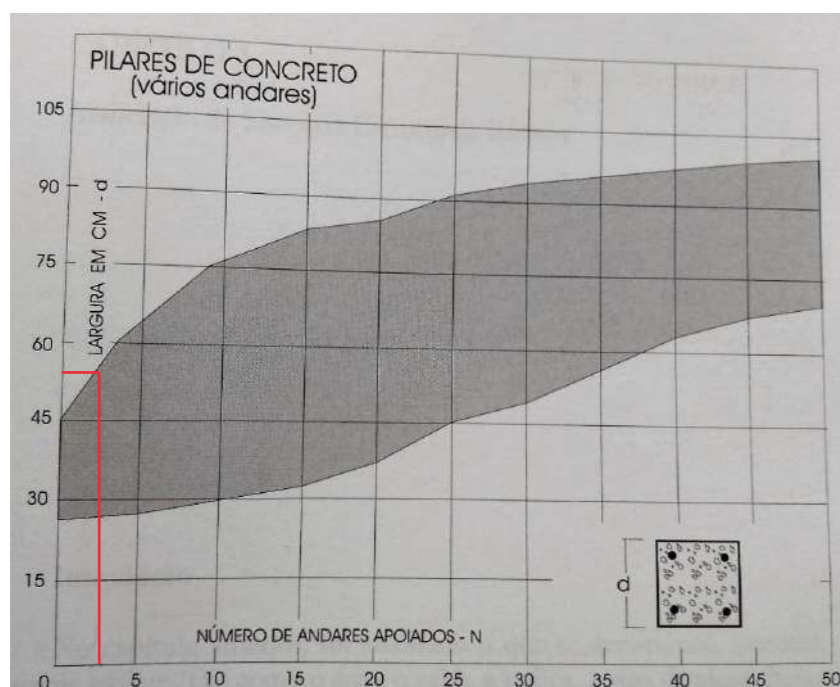


Imagem de autoria própria (retirada da página 115 da literatura de REBELLO,Y) com representação da justificativa de escolha da maior largura do pilar.

## CÁLCULO DA CAIXA D'ÁGUA

Existem no edifício diversos usos, e para cada um deles existe uma proporção de água utilizada diariamente que deve ser considerada.

Para escritórios, creches e cafés, o volume a ser considerado é de 50 litros por pessoa por dia. A capacidade máxima do coworking é de 30 pessoas, considera-se o equivalente para a creche, portanto, 30 crianças. O café possui ca-

pacidade para atender 36 pessoas, totalizando 96 pessoas (coworking+creche+café).

Para as habitações, o cálculo é de 150 litros de água por dia por pessoa. Considera-se 51 pessoas a capacidade máxima.

$$96 \text{ pessoas} \times 50 \text{ litros/dia} = 4.800 \text{ litros}$$

$$51 \text{ pessoas} \times 150 \text{ litros/dia} = 7.650 \text{ litros}$$

Visando uma margem de segurança, é calculado a capacidade para abastecer o edifício por dois dias.

$$4.800 \text{ litros} + 7.650 \text{ litros} \times 2 \text{ dias} = 24.900 \text{ litros}$$

Para o cálculo do volume da reserva técnica de incêndio, usa-se a fórmula  $V = Q \times t$ , conforme item 5.4.2 da NBR 13.714/2000, onde:  
 $V$  = Volume da reserva técnica de incêndio em litros.

$Q$  = É a vazão, em litros por minuto, de dois jatos de água do hidrante mais desfavorável hidráulicamente.

$t$  = É o tempo de 60 minutos para sistemas tipo 1 e 2, e de 30 minutos para sistema tipo 3.

A edificação é classificada como residencial, de habitação multifamiliar que precisa de um sistema do tipo 1. Para calcular o volume necessário para a reserva técnica de incêndio, aplica-se a fórmula demonstrada acima.

$$V = Q \times t$$

$$V = (80 + 80) \times 60$$

$$V = 160 \times 60$$

$$V = 9.600 \text{ litros}$$

Chega-se a um total de 34.500 litros somando a reserva de incêndio + o abastecimento do edifício. Como não é possível armazenar tamanha quantidade em uma caixa d'água superior, é utilizado uma cisterna no subsolo que armazena 60% da demanda de água do edifício, ficando dimensionada a caixa d'água superior para atender os 40% restantes + a reserva técnica de incêndio.

## CISTERNA

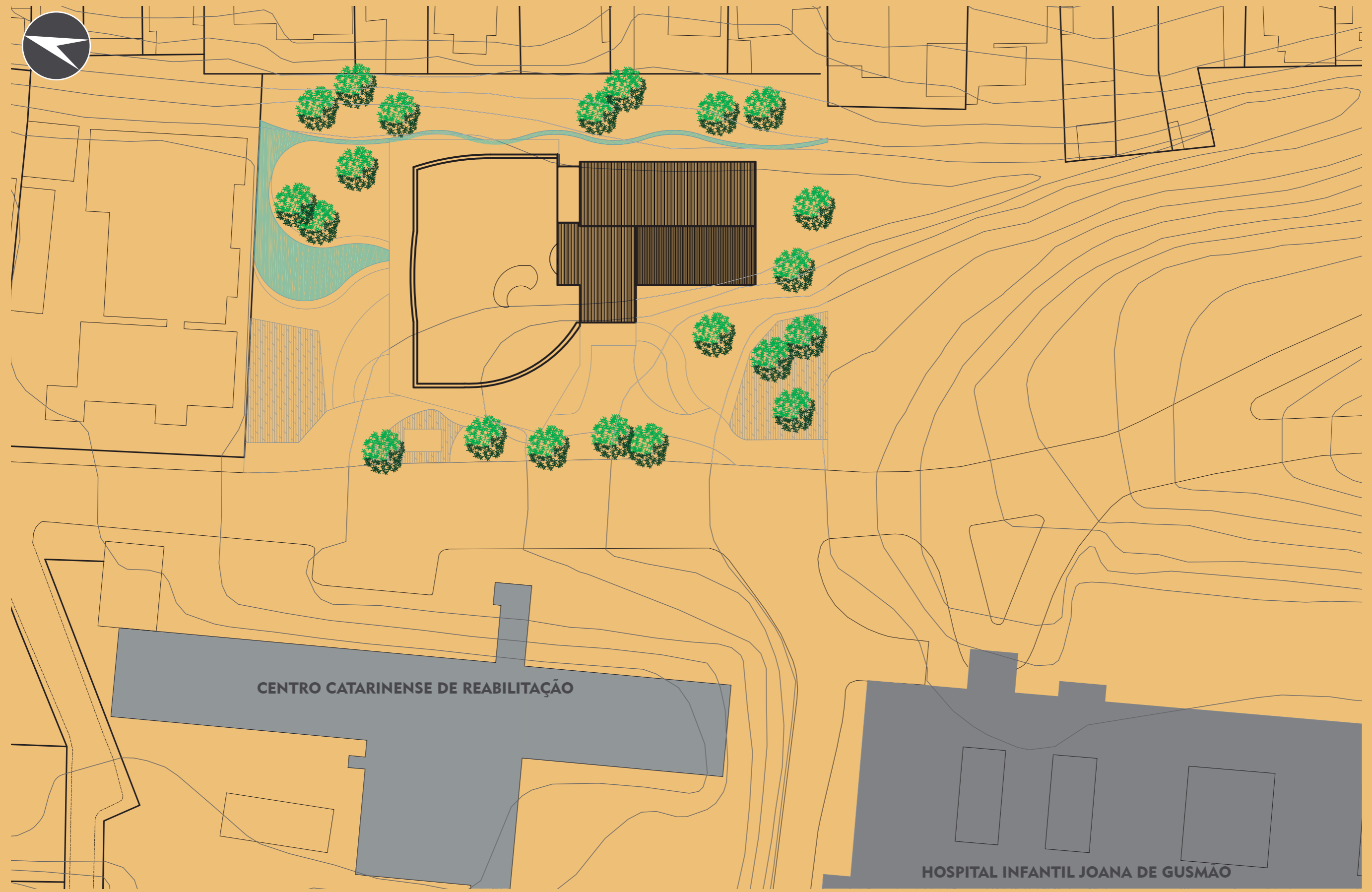
$$24.900 \text{ litros} \times 0,6 = 14.940 \text{ litros}$$

## CAIXA D'ÁGUA SUPERIOR

$$24.900 \text{ litros} \times 0,4 + 9.600 \text{ litros} = 19.560 \text{ litros}$$

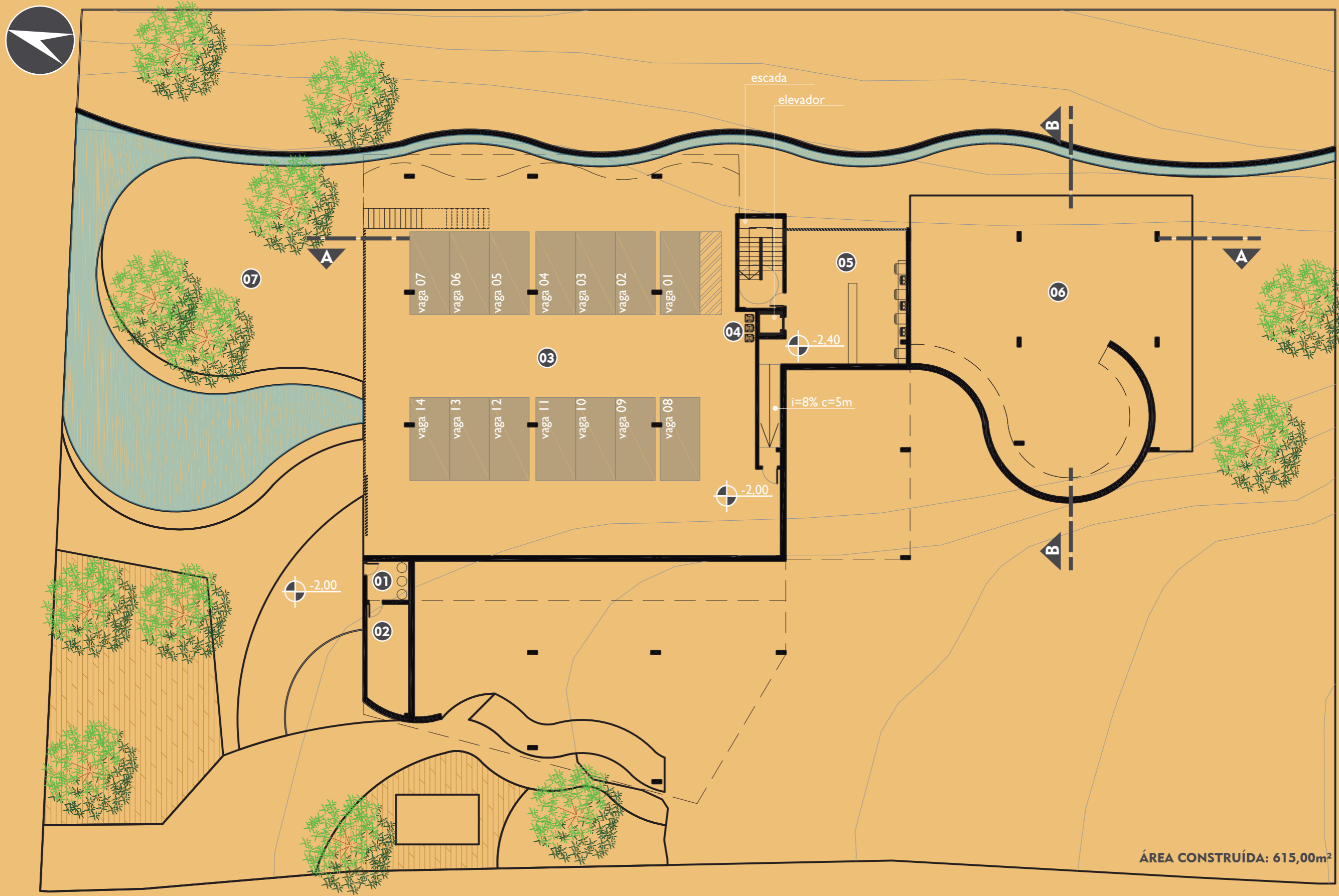
Sendo  $1\text{m}^3$  equivalente a 1000 litros da água, a caixa d'água do edifício atende facilmente a demanda com as medidas de  $(L \times H \times C) = 3,00 \times 2,00 \times 5,00 = 30\text{m}^3$ .

# 14 PLANTA DE IMPLANTAÇÃO



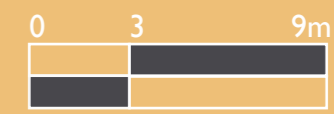
ESCALA 1:500

# 14 PLANTA BAIXA SUBSOLO



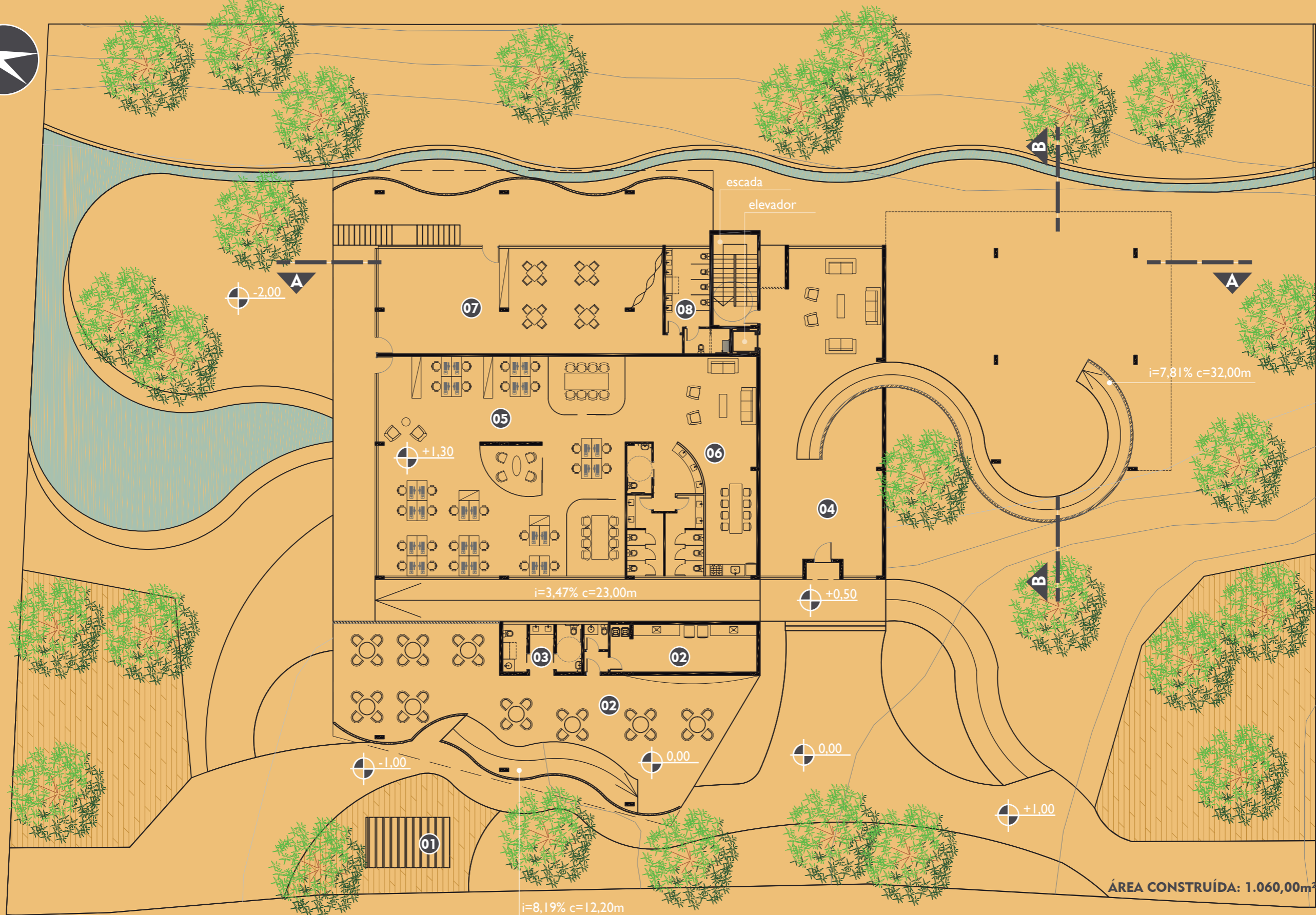
ÁREA CONSTRUÍDA: 615,00m<sup>2</sup>

- 01 ABRIGO DE GÁS
- 02 CISTERNA
- 03 GARAGEM
- 04 DEPÓSITO DE LIXO
- 05 LAVANDERIA
- 06 LAZER EXTERNO COBERTO
- 07 PLAYGROUND

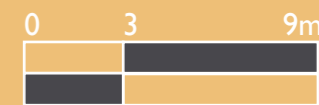




# 14 PLANTA BAIXA TÉRREO



- 01 PONTO DE ÔNIBUS 02 CAFÉ 03 SANITÁRIO CAFÉ 04 HALL COLIVING 05 COWORKING 06 APOIO COWORKING 07 APOIO INFANTIL 08 SANITÁRIO INFANTIL

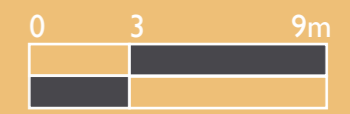


# 14 PLANTA BAIXA SEGUNDO PAVIMENTO

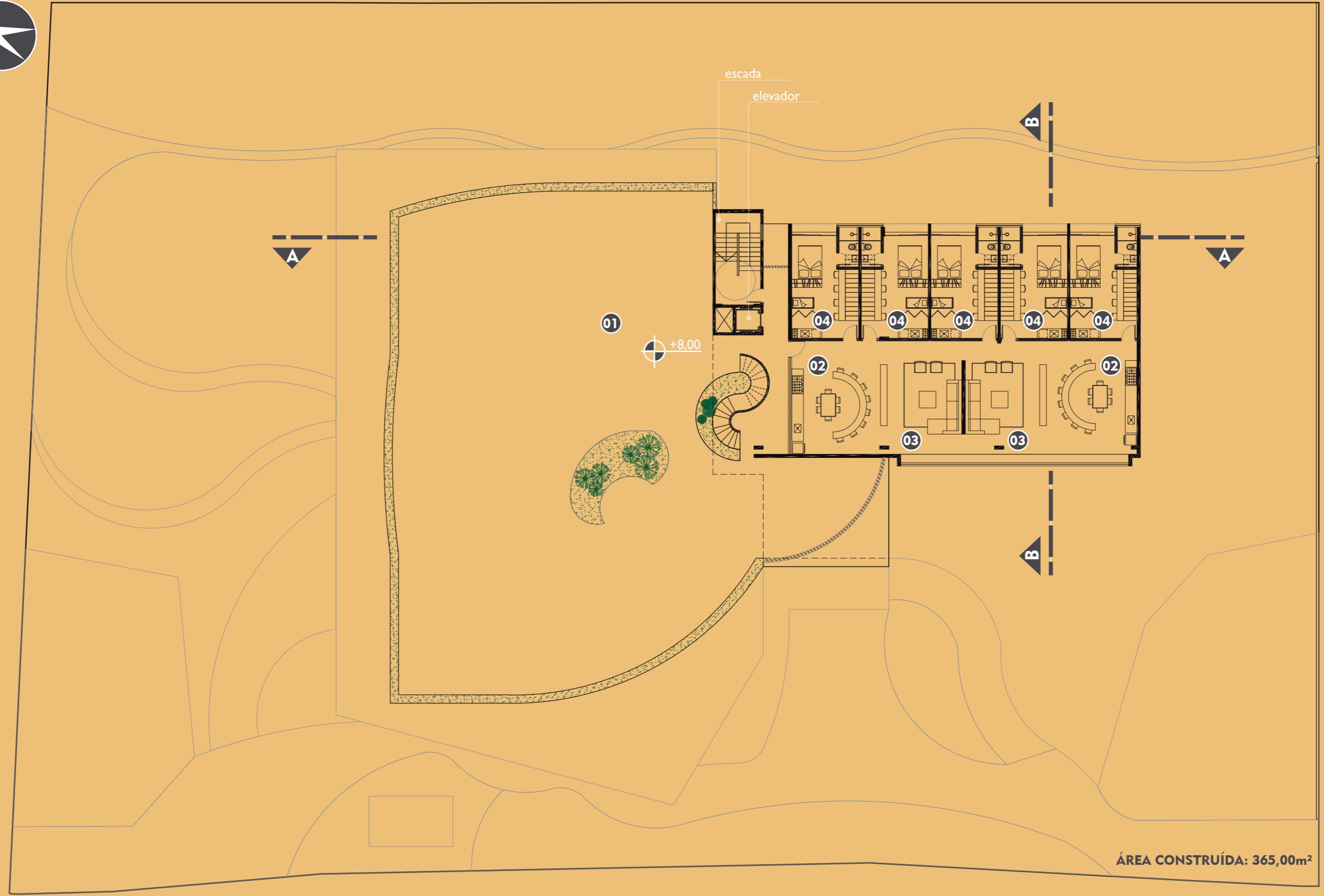


ÁREA CONSTRUÍDA: 1.060,00m<sup>2</sup>

- 01 ESTAR PLÚBLICO
- 02 ESPAÇO DE TRABALHO/ESTUDOS
- 03 COZINHA
- 04 DORMITÓRIO PCD
- 05 DORMITÓRIO
- 06 ESTAR ÍNTIMO



# 14 PLANTA BAIXA TERCEIRO PAVIMENTO

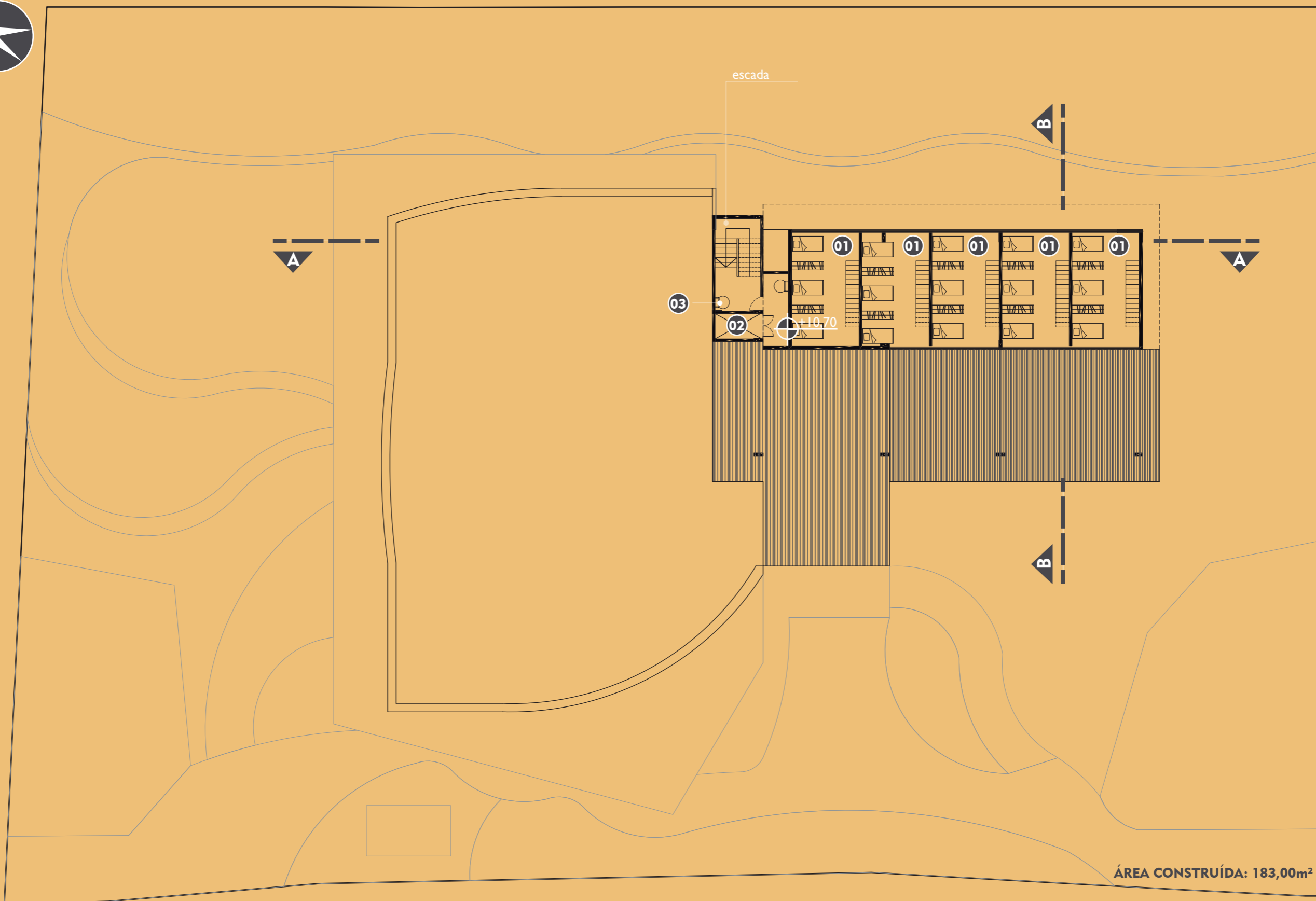


ÁREA CONSTRUÍDA: 365,00m<sup>2</sup>

- 01 TERRAÇO
- 02 COZINHA
- 03 ESTAR ÍNTIMO
- 04 DORMITÓRIO



# 1. PLANTA BAIXA MEZANINO



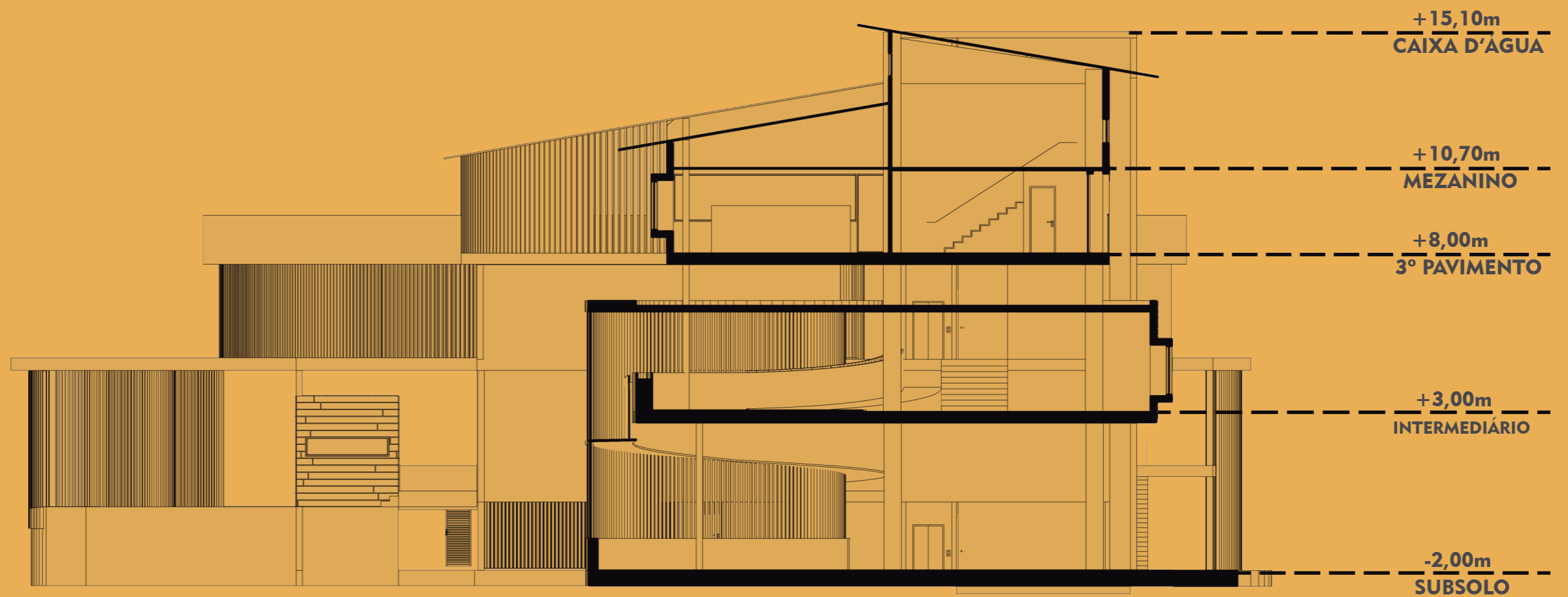
01 DORMITÓRIO 02 CASA DE MÁQUINAS 03 ACESSO CAIXA D'ÁGUA



# 15. CORTE AA



# 15. CORTE BB



# 16. FACHADA NORDESTE



# 16. FACHADA NORTE-NOROESTE

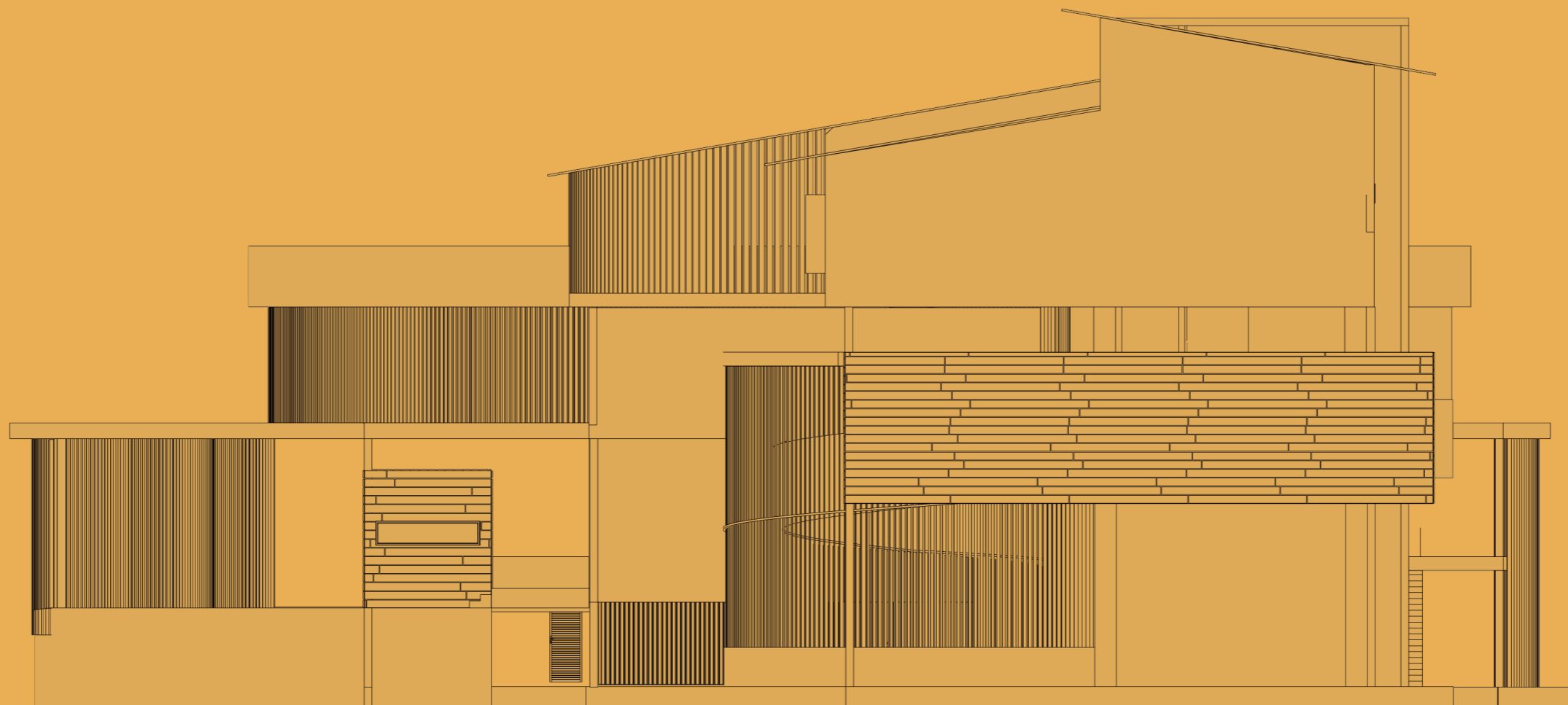




# 16. FACHADA NOROESTE



# 16. FACHADA SUL-SUDESTE



# 16 REFERÊNCIAS

01. ART. 396 CONSOLIDAÇÃO DAS LEIS DO TRABALHO - DECRETO LEI 5452/43. JUSBRA-SIL. Disponível em: <<https://www.jusbrasil.com.br/topicos/10721005/artigo-396-do-decreto-lei-n-5452-de-01-de-maio-de-1943>>. Acesso em: 17 maio 2018
02. BENEFÍCIOS DA AMPLIAÇÃO DA LICENÇA-MATERNIDADE. GUIA DO BEBE. Disponível em: <<https://www.guiadobebe.com.br/beneficios-da-ampliacao-da-licenca-maternidade/>>. Acesso em: 17 maio 2018
03. CODIGO DE OBRAS FLORIANOPOLIS. LEIS MUNICIPAIS. Disponível em: <<https://leismunicipais.com.br/codigo-de-obras-florianopolis-sc>>. Acesso em: 17 maio 2018
04. COLIVING: UMA TENDÊNCIA URBANA EM COMPARTILHAMENTO DE MORADIAS. WIKIHAUS. Disponível em: <<https://wikihaus.com.br/blog/coliving-uma-tendencia-urbana-em-compartilhamento-de-moradias/>>. Acesso em: 17 maio 2018
05. DESCONSTRUINDO A MÃE SOLTEIRA. MAEGRIFICA. Disponível em: <<http://www.maegrifica.com.br/desconstruindo-a-mae-solteira/>>. Acesso em: 19 março 2018
06. FERNANDES, Taís. COMO FUNCIONA A LICENÇA MATERNIDADE E PATERNIDADE NA SUÉCIA. Disponível em: <<https://www.eurodicas.com.br/licenca-maternidade-e-paternidade-na-suecia/>>. Acesso em: 17 maio 2018
07. FUNDAÇÃO MARIA CECILIA SOUTO VIDIGAL. Primeira Infância em Pauta: Um guia para aprimorar a comunicação dessa fase fundamental da vida. Disponível em: <<https://www.primeirainfanciaempauta.org.br/indice.html>>. Acesso em: 17 maio 2018
08. GUTMAN, L. Mulheres Visíveis, Mães Invisíveis: 1. ed. Rio de Janeiro, 2013
09. IBGE. MAPA DE FAMÍLIAS SANTA CATARINA. Disponível em: <<https://censo2010.ibge.gov.br/apps/mapa/>>. Acesso em: 17 maio 2018
10. JOBIM, Camila Mendonça Netto. "NÃO, NÃO TEM PAI NESSA FAMÍLIA" - QUANDO SUA FAMÍLIA NÃO ESTÁ NOS COMERCIAIS DE MARGARINA. CIENTISTA QUE VIROU MÃE. Disponível em: <<https://www.cientistaqueviroumae.com.br/blog/textos/-NAO-NAO-TEM-PAI-NESSA-FAMILIA-QUANDO-SUA-FAMILIA-NAO-ESTA-NOS-COMERCIAIS-DE-MARGARINA>>. Acesso em: 19 março 2018
11. MÃES SOLO - O QUE SÃO O QUE COMEM ONDE VIVEM. YOUTUBE. Disponível em: <<https://youtu.be/leCFUYGPt8s>>. Acesso em: 19 março 2018.
12. MÃE TAMBÉM É GENTE. YOUTUBE. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=-Jp4z-XtfQXA>>. Acesso em: 17 maio 2018
13. MELLO, Daniel. BRASIL TEM MAIS DE 20 MILHÕES DE MÃES SOLTEIRAS. AGENCIABRASIL. Disponível em: <<http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2015-05/brasil-tem-mais-de-20-milhoes-de-maes-solteiras-aponta-pesquisa>>. Acesso em: 17 maio 2018
14. MANIFESTO NOVO. Disponível em: <<http://www.espacocriar.com/>>. Acesso em: 17 maio 2018
16. NEUFERT, E. Neufert: Arte de projetar em arquitetura: 18ª ed. São Paulo: G. Gili, 2016
17. NORMAS DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS. CBM Disponível em: <[http://www.cbm.sc.gov.br/dat/nsci/NSCI\\_94\\_-\\_Ate\\_CAP\\_IV.pdf](http://www.cbm.sc.gov.br/dat/nsci/NSCI_94_-_Ate_CAP_IV.pdf)>. Acesso em: 17 maio 2018
18. PARÂMETROS BÁSICOS DE INFRA-ESTRUTURA PARA INSTITUIÇÕES DE EDUCAÇÃO INFANTIL. PORTAL MEC. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/Educinf/eduinfparinfestencarte.pdf>>. Acesso em: 17 maio 2018
19. PORQUE DIZER “MÃE SOLO” E NÃO “MÃE SOLTEIRA”. TRICAE. Disponível em: <<https://blog.tricae.com.br/mundo-materno/porque-voce-deveria-dizer-mae-solo-ao-inves-de-mae-solteira/>>. Acesso em: 19 março 2018
20. REBELLO, Y.A. concepção estrutural e a arquitetura. 6ª ed. São Paulo: Ziguarte, 2000
21. SALOMAO, Gabriel. ASPECTOS DE MONTESSORI EM CASA. LAR MONTESSORI. Disponível em: <<https://larmontessori.com/2016/06/10/aspectos-de-montessori-em-casa/>>. Acesso em: 17 maio 2018
22. SALOMAO, Gabriel. O QUE VOCÊ PODE FAZER PELA PAZ – COMEÇANDO PELO SEU FILHO. LAR MONTESSORI. Disponível em: <<https://larmontessori.com/2018/03/04/o-que-voce-pode-fazer-pela-paz-comecando-pelo-seu-filho/>>. Acesso em: 17 maio 2018
23. SHUTZ, Dayse. SOBRE A MÃE QUE NASCEU DEPOIS DO FILHO. MILITANCIA MATERNA. Disponível em: <<https://militanciamaterna.com.br/o-ruim-dos-clich%C3%AAs-%C3%A9-que-eles-s%C3%A3o-verdadeiros-4608a4c24b58>>. Acesso em: 17 maio 2018
24. TABELAS DE LIMITES DE OCUPAÇÃO. PLANO DIRETOR FLORIANÓPOLIS. Disponível em: <<http://planodiretorflorianopolis.webflow.io/#482-tabelas-e-anexos>>. Acesso em: 17 maio 2018
25. VIANNA, Virgíbia. “EU NÃO CONSIGO, NÃO SOU BOA NISSO, NÃO VOU DAR CONTA” - CRENÇAS TÓXICAS COMO IMPEDIMENTO À PLENITUDE DAS MULHERES. CIENTISTA QUE VIROU MÃE. Disponível em: <<https://www.cientistaqueviroumae.com.br/blog/textos/-EU-NAO-CONSIGO-NAO-SOU-BOA-NISSO-NAO-VOU-DAR-CONTA-CRENCAS-TOXICAS-COM-O-IMPEDIMENTO-A-PLENITUDE-DAS-MULHERES>>. Acesso em: 17 maio 2018