

mun



Diários da fronteira: Venezuelanos relatam desafios da vida no Brasil

Estudos mostram que migrar pode ter impacto sobre a saúde mental; refugiados contam as dificuldades que enfrentam em sua jornada e como encontram forças para superá-las

Flávia Mantovani

BOA VISTA (RR) Migrar para sobreviver, deixando uma vida inteira para trás, é uma jornada para o corpo e para a mente. Todos os dias, dezenas de venezuelanos se lançam nessa aventura ao atravessarem a fronteira com Roraima. Para entender o que move esses imigrantes, os traumas e as descobertas do percurso e onde

buscam forças para se reconstruir, a **Folha** pediu que venezuelanos em Boa Vista registrassem, em um caderno, suas histórias de vida ao longo de um mês. Esses “diários da fronteira”, que terão trechos publicados no reportagem, são fragmentos de como é a vida daqueles que compõem o maior fluxo migratório no Brasil.

Caminhamos umas duas horas sob o sol, com sede. Chegamos a uma casa, as crianças estavam com fome, e pedi à senhora que me deixasse lavar os pratos em troca de comida para meus filhos, mas ela só me disse que esperasse. Às 2h da manhã saímos para a trilha. Éramos um grupo de cem pessoas, e eu levava um filho no ombro e outro agarrado na minha mão. Tinha muita subida, eu estava cansada, meu filho pequeno chorava pedindo para voltar. O mais velho me dizia “Mãe, continua, você consegue”. O terreno era escorregadio, eu caí duas vezes e, com isso, perdi o bebê que estava na minha barriga. Ele tinha só três meses. **Ediquier Barrera, 39**

Um grupo de homens, mulheres e crianças se reúne sob um calor úmido no pátio da ocupação Coronel Monteiro Baena, em Boa Vista (RR). O edifício, antes abandonado, tornou-se moradia para 38 famílias, cada uma com seu quartinho improvisado. Elas se esmeram para deixar limpas as áreas comuns, repletas de varais cheios de roupas e caixas d'água azuis pelo chão. A aridez do lugar é suavizada pelas paredes pintadas com flores por uma moradora.

São todos imigrantes da Venezuela, o segundo país com o maior êxodo forçado do mundo, atrás apenas da Ucrânia em guerra. Mais de 7 milhões de venezuelanos já deixaram o país, fugindo de uma prolongada crise econômica, social e política que

torna quase impossível a sobrevivência com dignidade. A maioria se dirige às nações vizinhas, incluindo o Brasil, onde vivem cerca de 400 mil desses refugiados. Todos os dias, dezenas de famílias cruzam a pé a fronteira com Pacaraima, em Roraima.

Muitos se dirigem a outros estados, e entre os que ficam em Boa Vista, uma parte consegue vaga nos abrigos da Operação Acolhida, força-tarefa criada pelo governo brasileiro com parceiros da sociedade civil para responder ao fluxo sem precedentes que começou a chegar em 2017.

Dos que moram na capital roraimense, há os que conseguem pagar aluguel, os que não conseguem se juntam a outros imigrantes em ocupações espontâneas, como a Coronel Monteiro Baena. No dia da visita da **Folha**, em agosto, o clima era descontrado. Até que Ediquier Barrera, 39, começou a contar sua história. A costureira não conseguia conter o choro enquanto relatava sua vinda para o Brasil. Era 2020, a fronteira havia sido fechada devido à pandemia, e a viagem tornou-se um inferno.

Ediquier e seus filhos, que têm quatro e nove anos, vieram pelas “trochas”, as trilhas utilizadas quando a fronteira fecha ou para evitar pagar propina aos guardas venezuelanos na saída do país. O trajeto de sua cidade até Boa Vista durou cinco dias e incluiu longos períodos sem comida e horas caminhando em terrenos acidentados ou em veículos superlotados.

Entraram 20 pessoas na caminhonete, e eu caí ajoelhada para proteger meus filhos. Não conseguia respirar. Me atingiram no quadril com uma mala, e gritei para que parassem. Descer significava caminhar mais, mas não me importei.

Quando chegaram, Ediquier encontrou a irmã e conseguiu comprar o primeiro bolo de aniversário da vida do filho, que completava cinco anos. No mesmo dia, porém, foi para o hospital e descobriu que tinha sofrido um aborto.

Seu marido, que não queria sair da Venezuela, terminou o casamento por telefone. Depois o casal se reconciliou, e ele decidiu migrar. Ele trabalhava em uma fazenda, sem nenhuma garantia, enquanto ela vendia cigarros na rua. Ediquier sente saudade dos outros filhos, dos netos e da casa de tijolos que deixou na Venezuela. Quer voltar, mas se contém porque no Brasil os filhos voltaram a gostar de estudar, e sua mãe, que sofreu um derrame, consegue tratamento no SUS. Nunca foi a um psicólogo e diz encontrar forças na fé que tem em Deus.

A migração e a saúde mental dos migrantes

Pesquisas mostram que a experiência de migrar, especialmente de maneira forçada, provoca impactos sobre a saúde mental. A exposição a traumas, perdas e mudanças radicais pode desencadear quadros

de ansiedade, angústia, desesperança e insônia, entre outros. Essas reações em geral são passageiras, mas se forem negligenciadas podem dificultar a adaptação dos recém-chegados e até evoluir para distúrbios mais sérios.

“Migrantes e refugiados contribuem positivamente para a sociedade, mas só conseguem atingir todo o seu potencial se estiverem com boa saúde física e mental”, aponta a OMS, acrescentando que as dificuldades de acesso a psicólogos são uma barreira para muitos.

No dia 25 de agosto, faleceu uma parte de mim que eu amo: meu adorador avô, o pilar da família. Era pandemia e eu não podia viajar. Sentia tanta raiva e impotência. E agora ainda estou aqui em Boa Vista, com cada vez mais saudade da minha família. **Angelis Navarro, 28**

As adversidades de migrar podem aumentar o risco de desenvolver transtornos psiquiátricos ou exacerbar aqueles preexistentes: alguns estudos encontraram em refugiados maior prevalência de depressão, ansiedade generalizada, tentativas de suicídio e transtorno de estresse pós-traumático.

Muitas dessas pesquisas, porém, foram feitas com sírios que migraram para países ricos — sendo que a maioria dos refugiados vive em países em desenvolvimento. Estudos sobre a saúde mental da diáspora venezuelana são escassos. Um dos poucos disponíveis foi publicado em 2020 por pesquisadores do Peru e da Universidade Har-

vard e encontrou prevalência de ansiedade de 19% e de depressão, 23% — muito superior à média global, cerca de 4%.

O estudo aponta que alguns fatores que pioram a saúde mental são caminhar em qualquer ponto do percurso migratório e, no caso das mulheres, estar grávida. A perda de status laboral no país de destino foi outro fator de risco, especialmente para migrantes homens.

Ser mãe é maravilhoso, mas naquela época já estava tudo muito caro na Venezuela. Imagina comer arroz puro ou arepa sem nada e amamentar. O bom é que aqui no Brasil temos fraldas, ainda que um pouquinho. Quando cheguei, há quatro anos, com R\$ 50 você fazia uma boa compra de mercado. Agora, com os preços aumentando, a coisa às vezes fica dura. **Roselis Farias, 21**

Apesar de o impacto do deslocamento forçado sobre a saúde mental ser frequentemente negativo, a pesquisa de Harvard lembra que pode haver consequências positivas também, a depender de fatores culturais, comunitários, familiares e individuais.

Resiliência para se reconstruir

O desenvolvimento da resiliência durante o processo migratório foi um dos achados de um estudo qualitativo feito no Brasil com seis venezuelanos. “Todos falaram de como superaram as dificuldades. Foi uma esperança muito grande que os mobilizou a migrar”, explica o psiquiatra Fernando Henrique de Lima Sá, que estudou o tema para seu mestrado na UFRGS. “É a capacidade de lidar com situações difíceis e se reconstruir”.

Sá notou algumas situações potencialmente traumáticas que se repetiram nas entrevistas: a perda de status social, a experiência da fome, episódios de xenofobia, a preocupação com os familiares que ficaram na Venezuela e as dificuldades de adaptação, sobretudo de conseguir emprego condizente com sua formação.

Me vi no espelho e chorei. Me dei conta do muito que tinha mudado fisicamente. Toda a minha roupa parecia empregada, de tão magra que estava. Era outra pessoa. Ao chegar em casa nesse mesmo dia, fui chamada para um emprego, e foi a maior alegria que tive em muito tempo. Comecei lavando pratos e no primeiro dia tinha tanta fome que comi os restos dos outros.

Decidi reunir dinheiro para realizar meus sonhos, porque saí do meu país com a esperança de crescer. Perdi meus amigos, meus bens, a companhia da minha família, e isso não tem preço, tem que valer a pena pelo futuro da minha filha. Cada vez que caio só penso nela. Ela é meu motor. **Laudimar Noriega, 34**

“Adentrar em outra cultura é um desafio, traz uma desestabilização que a gente chama de estresse de aculturação”, diz a psicanalista Sílvia Dantas, professora da Unifesp. “A pessoa tem que fazer uma negociação interna dos dois modos de cultura, de um repertório diferente de normas e sentidos. As coisas que ela fazia no seu país podem ser vistas como desviantes agora. É uma quebra de referências”.

Dantas alerta, porém, que a psicopatologização do migrante deve ser evitada, já que cada um vai lidar com o deslocamento usando as ferramentas que tem. “Não podemos estigmatizar o outro, reduzi-lo a um coitadinho. Isso é uma leitura ocidental. A forma como se lida com situações traumáticas e com os transtornos varia conforme a cultura. Cada um tem uma história e pode dar um sentido diferente”.

Para dar conta dessa pluralidade, surgiram abordagens como a psicologia intercultural ou a etnopsiquiatria, que adaptam as ferramentas diagnósticas e clínicas aos migrantes, partindo da ideia de que o atendimento ocorre um encontro de duas culturas.

Quando estou triste, me maquio ou durmo e penso na minha família e que estou aqui com um objetivo, que é ser uma pessoa bem-sucedida. Gosto muito do português. Minhas palavras favoritas são “saudade” e “cadê”. E minha palavra éstranha é “bochechas”. **Lianyelis Gómez, 15**

A maioria das iniciativas de atendimento psicológico a migrantes fica em São Paulo. Algumas se situam dentro de abrigos, como a Casa do Migrante. No Rio Grande do Sul, a Associação Educadora São Carlos criou o Legame, teleatendimento em saúde mental.

“O desafio [da terapia] é que os migrantes se movam de um lugar de vítimas para o de protagonistas”, aponta Eduardo Althaus, supervisor do Legame. “O pano de fundo para a xenofobia é que o estrangeiro estaria roubando o lugar de um brasileiro. Quando [os imigrantes] são maltratados, pode vir a raiva, mas também o sentimento de culpa por sentirem que ocupam um lugar que deveria ser de outra pessoa”, afirma o psicólogo.

Continua na pág. 11



1 Juan Jose Caucaguare Urriola 2 Maria Celeste Aguilar Calzadilla 3 Neuris Valeria Caicaguare Aguilar 4 Idercy Maria Urbano Garcia 5 Roselis Anais Farias 6 Eudelcly Delian Guerra Gonzales 7 Robert Antonio Rivas Azuate 8 Ediquier Francisca Barrera Jimenez 9 Angeliz Maria Navaro Rondon 10 Lianyelis Chuquinquirá Gómez Rodriguez

Continuação da pág. 10
É uma tristeza a cada fim de ano não estar com a família. Essa lágrima me envolve completamente. Só vejo minha mãe e meus irmãos através da tela de um telefone e, bom, com o sentimento de amargura de não poder abraçá-los. A perda de um irmão por Covid-19 foi o golpe mais doloroso que recebi estando aqui. É uma nostalgia cada vez que lembro dele.
Robert Rivas, 28

Shingaki ressalta que atendimento individual é só um dos recursos disponíveis. “Não adianta falar em técnicas de respiração e escuta se a pessoa não tem onde dormir. Muitas vezes o que chega no atendimento são questões relativas a emprego, moradia e alimentação. Garantindo direitos básicos, o sofrimento psicológico pode diminuir”, explica.

zuela”, conta Tancredi, acrescentando que isso as deixa vulneráveis ao trabalho infantil, ao tráfico de pessoas e ao recrutamento por facções.

Tive medo quando passamos na fronteira porque eu tinha escutado que os tigrés comiam as pessoas. Trazíamos pouca comida e passamos um pouco de fome, mas no final tudo saiu bem. Quando chegamos senti muita alegria. Os brasileiros gostam de crianças. Quando minha mãe me deu a notícia [de que iríamos migrar] fiquei triste porque iam deixar minha avozinha sozinha e teria que fazer amizade com crianças que não entendem minha língua. Quando estou triste e eu durmo ou brinco com meu irmão. O que me faz falta são as arepas que faz a minha avó. Já estou um pouco adaptada à escola. A única tristeza que tenho no coração é que minha mãe vendeu nossa casinha para irmos para o Brasil, para buscar um melhor futuro para nós.
Valeria Caicaguare, 12

que a gente tem é de três venezuelanos saindo do mercado com um carrinho de compras. Agora eles podem decidir o que querem comer; no abrigo, não, eles comem o que tem. Não é mais esse modelo assistencialista, ela agora paga impostos, usa mais o português, cria uma comunidade de colegas e amigos, começa a recuperar coisas que perdeu durante o deslocamento”, diz Miranda.

Em uma das tendas do Rondon 1, a família de Maria Celeste Calzadilla aguardava o dia de viajar para o interior do estado de Minas Gerais, onde trabalhariam em uma fazenda. Eles fizeram a entrevista de emprego pela internet e passaram semanas ansiosos para saber quando seria a hora da mudança.

Como imigrante me sinto orgulhosa, sabe por quê? Porque ao passar de um país para o outro você tem que ser forte. Quando me sinto triste começo a colaborar no abrigo para despoliar a mente. Meus filhos são os que me dão forças para seguir. Alguns brasileiros discriminam os venezuelanos. Um dia sai com meus filhos, pedi ajuda em uma casa e soltaram os cachorros para nós. Fiquei muito assustada. Se os brasileiros soubessem e sentissem essa dor tão grande de estar em um país que não é o seu... Minha família e eu chegamos a este país sem nada e com lágrimas nos olhos. Trouxemos na mente o desejo de triunfar e seguir adiante, de progredir no que vamos trabalhar.
Maria Celeste Calzadilla

Flores sobre pedras

Para os adultos que vivem nos abrigos, o acolhimento emocional acontece de forma indireta, como em conversas com os assistentes de proteção, que os encaminham para especialistas da rede pública se necessário. “Nossa diretriz é fortalecer o poder público local, para que os refugiados tenham um acesso o mais isonômico possível aos serviços disponíveis para os brasileiros”, afirma Gerson Filho, associado para temas de saúde pública do Acnur (comissariado da ONU para refugiados).

Ele diz que a rede de saúde mental em Boa Vista, apesar de recente, tem equipamentos que atendem à demanda —mas reconhece que pode haver dificuldades de acesso para os imigrantes devido a barreiras linguísticas ou culturais. Dentro dessa perspectiva mais ampla de saúde mental, um projeto que se propõe a resolver uma das principais angústias dos recém-chegados —a necessidade de obter uma renda— é a interiorização por meio do trabalho, que leva famílias para outros estados do país já com emprego garantido.

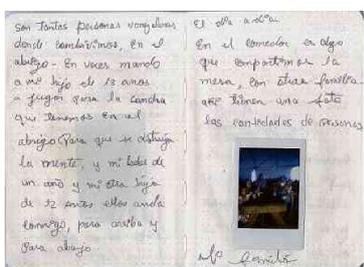
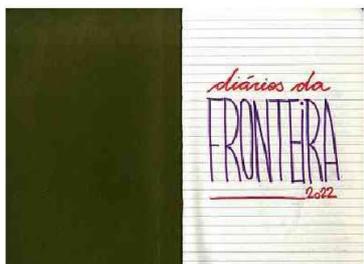
“É um caminho para a autonomia. Aqui nos abrigos eles ficam muito dependentes para tudo, e quando começam a trabalhar podem tomar suas próprias decisões”, conta Diana Kraiser Miranda, coordenadora do Acolhidos por meio do trabalho, projeto da AVSI Brasil. Psicóloga de formação, ela afirma que o trabalho é um aspecto central para o bem-estar psicossocial do imigrante. “Uma das fotos mais bonitas

Psicólogos para os recém-chegados

Por mais que estejam em sofrimento psíquico, os recém-chegados costumam enfrentar demandas urgentes que se impõem como prioridade. Além disso, o fato de estarem em movimento dificulta a continuidade de uma terapia. A escuta qualificada pode ajudar, e há técnicas criadas para contextos de crises humanitárias, como os primeiros auxílios psicológicos. Em Pacaraima e Boa Vista, uma das poucas iniciativas voltadas para o atendimento psicológico de imigrantes é oferecida pelos Médicos sem Fronteiras. São seis psicólogos falantes de espanhol e português, que atendem em tendas montadas em pontos de grande circulação. Casos mais graves são enviados ao SUS.

Fernando Pena, o psicólogo que atendia no dia da visita da Folha a Pacaraima, diz que a demanda é grande. “Na Venezuela a saúde mental fica muito restrita a quem pode pagar. Quando descobrem que aqui podem ter acesso a um profissional, eles querem.” “Estamos lá para dar um suporte inicial em um momento crítico”, explica Suzy Shingaki, gestora de atividades de saúde mental do MSF. Segundo ela, sua equipe incentiva os pacientes a fortalecer mecanismos de enfrentamento de adversidades. “Reforçamos a importância da rede de apoio, do autocuidado, a retomada de atividades que tinham antes de migrar e que muitas vezes são deixadas de lado.”

Quando estou triste me refugio no meu Deus e isto me dá fortaleza. Leo a Bíblia todos os dias, é melhor que ir ao psicólogo. Ao sair senti tristeza porque abandonava minha pátria. Sai sem me despedir, porque sou muito sentimental, para que não me vissem chorar. Conseguimos alojamento, e as coisas mudaram. Que alegria, tínhamos chegado ao Brasil. Sem comida, sem dinheiro, mas com esperança e fé.
Juan Caicaguare, 68



Este reportagem foi feita com o apoio do programa Rosalynn Carter Fellowship for Mental Health Journalism.