

# Canaã dos Carajás:

## MULHERES QUE FAZEM

A força feminina que move a cidade





Canaã dos Carajás:  
**MULHERES QUE FAZEM**  
A força feminina que move a cidade



O livro *Canaã dos Carajás: Mulheres que fazem* integra o projeto *Cidades Seguras para Mulheres*, desenvolvido pelo Centro de Estudos de Segurança e Cidadania (CESeC) desde agosto de 2022, em parceria com a Secretaria Municipal da Mulher e da Juventude (SEMMJU) e a mineradora Vale Metais Básicos.

Por meio do registro das trajetórias de mulheres que constroem a cidade, da difusão de conhecimento e da mobilização da sociedade e de agentes públicos, o projeto busca contribuir para que Canaã dos Carajás seja um território cada vez mais seguro para mulheres.

#### CENTRO DE ESTUDOS DE SEGURANÇA E CIDADANIA (CESeC)

##### Diretores

Julita Lemgruber  
Pablo Nunes  
Silvia Ramos

#### PREFEITURA MUNICIPAL DE CANAÃ DOS CARAJÁS

Prefeita Josemira Gadelha

##### Secretaria Municipal da Mulher e Juventude (SEMMJU)

Secretária Maria Pereira

##### Diretores e Coordenadores (SEMMJU)

Antônio Costa  
Érika Sobral  
Camila da Fonseca Miranda  
Débora Souza Vasconcelos  
Mariana Sabadini  
Raquel Pereira  
Francivania Oliveira Santos  
Soraya Sousa

#### VALE METAIS BÁSICOS

##### Diretor Global de Operações da Vale Metais Básicos

Alfredo Santana

##### Diretor de Sossego e Terminais da Vale Metais Básicos

Vinicius Assis

##### Gerente de RH, Relações com Comunidade e Comunicação

Silvia Cunha

##### Analista Master de Relações com Comunidades

Ana Lemos

#### SOBRE ESTA PUBLICAÇÃO

##### Coordenação Geral do Projeto

Silvia Ramos

##### Edição e redação dos textos

Anabela Paiva

##### Pesquisa

Bruna Sotero

##### Design Gráfico

Refinaria Design

#### ESTE PROJETO NÃO TERIA SIDO POSSÍVEL SEM A GENEROSIDADE DE:

Alessandra Maranhão  
Aline Barino  
Ana Paula Andrade  
Andreia Rabetim  
Carmen Foro  
Cel Formigoso  
Danilo Alves Fernandes  
Dilma Raychtock  
Flávia Constant  
Flávia Melo  
Francisco Macedo  
Liana da Silva Hurtado Toigo  
Luciano Ramos  
Luiz Bello  
Kilma Cunha  
Maria Pereira  
Mariana Sabadini Iacomini  
Nathalia Ferreira (DEAM)  
Renato Cafuzo  
Taiana Passos  
Toda a equipe da SEMMJU

#### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Paiva, Anabela

Canaã dos Carajás: mulheres que fazem / Anabela Paiva, Bruna Sotero, Silvia Ramos. – Rio de Janeiro : CESeC, 2026.

47 p.

ISBN: 978-85-5969-071-2

1. Mulheres - Trabalho. 2. Mulheres - Biografia. 3. Amazônia. 4. Canaã dos Carajás - Pará. 5. Violência. I. Sotero, Bruna. II. Ramos, Silvia.

III. Título.

CDD-301.4120981

Sueli Costa - Bibliotecária - CRB-8/5213

(SC Assessoria Editorial, SP, Brasil)

Índices para catálogo sistemático:

1. Mulheres : Condições sociais : Brasil 301.4120981

# SUMÁRIO

Introdução .....	6
Mulheres de Canaã: o que os números revelam .....	8
Alice de Paula.....	12
Ananda Elayne Lopes de Sousa .....	14
Catiane de Oliveira Almeida Sarges .....	16
Claudia Oliveira Ribeiro da Silva.....	18
Cleria Gomes dos Santos Feller.....	20
Dorilene Brito Moreira da Silva .....	22
Elizanne de Moura Lima.....	24
Fernanda Cristina Kolling Leite .....	26
Flor Pinto Souza Lima.....	28
Joice Sousa .....	30
Lorrane Barros .....	32
Maria Íris Nunes da Silva.....	34
Maria José da Silva (Zeca).....	36
Maria Juciarina de Sousa Neto .....	38
Maria Olga Gonçalves de Brito Almeida .....	40
Rebeca Oliveira de Brito Novaes.....	42
Terezinha de Oliveira Borges .....	44

## Canaã dos Carajás: a força feminina que faz a cidade

Não é só de tijolo, asfalto e concreto que se faz uma cidade. Uma cidade também se faz de histórias – relatos que se combinam e entrelaçam, formando um mosaico único de valores, memórias e conhecimento.

Algumas das histórias que compõem a paisagem simbólica e cultural de Canaã dos Carajás foram reunidas neste livro, o segundo publicado no âmbito do projeto **Cidades Seguras para Mulheres**.

São contos de um Brasil em movimento: depoimentos de mulheres que tiveram a coragem de deixar para trás família, amigos e referências para buscar uma vida digna. Parte delas chegou ainda na infância, como integrantes das famílias que ocuparam a terra vermelha durante o Projeto de Assentamento Carajás, quando foram implantados os célebres Centros Administrativos de Desenvolvimento Regional – CEDERE. Outras vieram já adultas, atraídas pelas oportunidades de uma cidade em rápido crescimento desde a descoberta de grandes jazidas minerais, no fim da década de 1990.

Emancipada em 1994, Canaã dos Carajás experimentou um crescimento populacional explosivo: saltou de 26.716 habitantes, em 2010, para 77.079 no Censo de 2022 – um aumento de 189%. O ritmo continua acelerado, com uma estimativa do IBGE de 89 mil habitantes em 2025. A exploração mineral fez do município o segundo PIB per capita do estado e um dos maiores do Brasil.

As memórias aqui reunidas sinalizam o protagonismo feminino nessa transformação vertiginosa. Enquanto impulsionam os negócios, a educação e os serviços na Canaã urbana e moderna, mulheres permanecem à

frente das pequenas criações e plantações que sustentam o modo de vida rural nas vilas e assentamentos.

As autoras dos 17 depoimentos fazem parte de um conjunto de lideranças femininas que participaram da mesa-redonda **Mulheres que Fazem**, parte do **Seminário Cidades Seguras para Mulheres**, realizado em agosto de 2025 pela Secretaria Municipal da Mulher e Juventude, em parceria com a Vale Metais Básicos e o CEsEC. O painel representa uma amostra significativa da diversidade de vozes presente na ala feminina da sociedade canaense.

Ao longo das próximas páginas, o leitor vai conhecer maranhenses, goianas, paraibanas, baianas, mineiras, paulistas, mato-grossenses e paraenses, que atuam como educadoras, empresárias, artesãs, engenheiras agrônomas, produtoras rurais, motoristas, gestoras públicas e atletas. Com franqueza, elas falam sobre as privações, violências e vitórias que marcaram seus caminhos.

Para a maioria delas, a determinação de oferecer educação e vida digna aos filhos é o sentimento que as leva em frente, arriscando-se ao enfrentar trabalhos pesados, buscar emprego em cidades distantes ou criar seus próprios negócios. A resistência ao machismo, que se manifesta quando elas exercem funções tradicionalmente masculinas ou assumem a liderança em projetos próprios, também está presente em muitos relatos.

Ao abordar a vida em uma localidade cujo nome evoca a promessa bíblica de abundância, este livro convida a olhar além dos números e a perceber a força feminina que extrai dessa terra a realização dos seus sonhos.

## Pará



Claudia da Silva  
(Redenção)



Cleria Feller  
(Rondon do Pará)



Dorilene da Silva  
(Conceição do Araguaia)



Elizanne Lima  
(Curionópolis)



Fernanda Leite  
(Conceição do Araguaia)

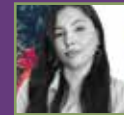


Terezinha Borges  
(Curionópolis)

## Maranhão



Flor Lima  
(Turiiaçu)



Joice Sousa  
(Poção de Pedras)



Lorrane Barros  
(São Luís)



Maria José da Silva  
(Simaúma)



## Bahia



Maria Juciaria de Souza  
(Heliópolis)

## Paraíba



Ananda de Sousa  
(Conceição)

## Minas Gerais



Catiane Sarges  
(Mutum)

## São Paulo



Rebeca Novaes  
(São Paulo)

# Mulheres que fazem: origens

## Mato Grosso



Maria Íris da Silva  
(Peixoto de Azevedo)



Maria Olga Almeida  
(Barra do Garças)

## Goiás



Alice de Paula  
(Uruaçu)




# Mulheres de Canaã: O que os números revelam




## Imigração impulsiona crescimento acelerado

POPULAÇÃO [Censo 2022]

**77.079**  
pessoas

 **37.692**  
(49%)






 **39.387**  
(51%)

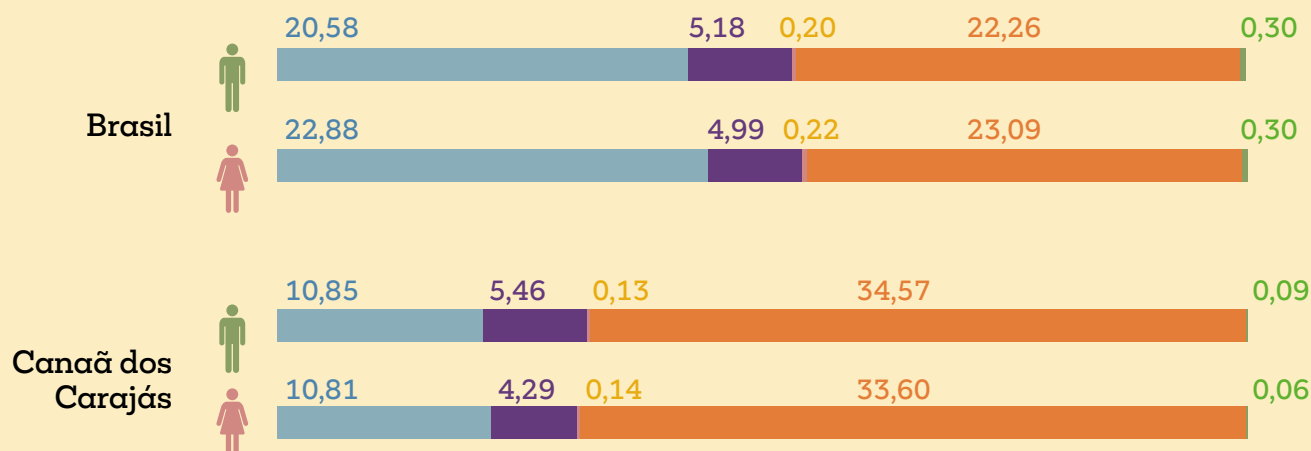
**33.759** (44%)  
Nascidos fora do Pará

POPULAÇÃO ESTIMADA [IBGE - 2025]

**89.524**  
pessoas

**77,2%**  
da população  
de Canaã dos  
Carajás são  
negros\*

POPULAÇÃO, POR CORE E SEXO (%)  Branco  Preto  Amarelo  Pardo  Indígena



\*soma de pretos e pardos

Fonte: IBGE - Censo Demográfico de 2022

## 3º PIB do Pará



Fonte: IBGE Cidades/ 2023

## 2º PIB per Capita do Pará

R\$ 215.643,00  
PIB per capita de Canaã

**48º maior**  
do Brasil

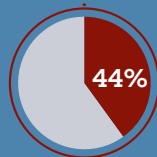
Fonte: IBGE Cidades/ 2023



## Força de trabalho e desigualdade salarial em Canaã

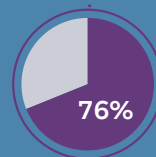
**57.305**  
total de pessoas  
com mais de 14 anos

**34.670** (60,5%)  
estão ocupadas



**28.090**  
total de mulheres  
com mais de 14 anos

**12.484**  
estão ocupadas



**29.215**  
total de homens  
com mais de 14 anos

**22.186**  
estão ocupados

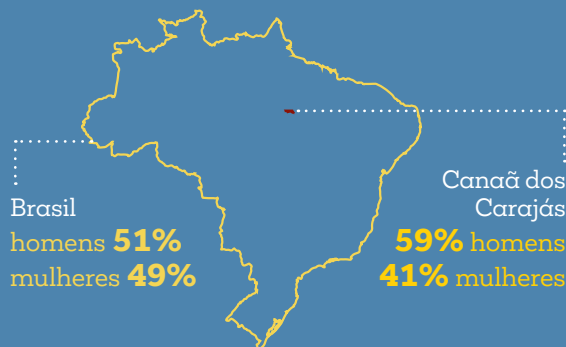
Fonte: IBGE –  
Censo Demográfico 2022

**23.764**  
trabalhadores formais

**33,9%** Média salarial  
mulheres R\$ **3.397,90**

**66,1%** Média salarial  
homens R\$ **5.334,60**

**41% dos**  
domicílios de  
Canaã são  
chefiados por  
mulheres



Fonte: IBGE – Censo Demográfico 2022

Fonte: CAGED 2024/ Diagnóstico  
Realidade da Mulher de Canaã dos  
Carajás, Secretaria Municipal da  
Mulher e da Juventude da Prefeitura  
Municipal de Canaã dos Carajás

## Atividades que empregam mais pessoas

**mulheres** **homens**

**2.201**

Comércio/  
reparação  
veículos

**1.381**

Educação

**1.107**

Alojamento e  
alimentação

**1.000**

Administrativas/  
complementares

**931**

Saúde e serviços  
sociais

**911**

Serviços  
domésticos

**862**

Administração  
pública

**474**

Indústria de  
transformação

**4.810**

Construção

**3.036**

Indústria  
extrativa

**2.954**

Comércio/  
reparação  
veículos

**2.029**

Transporte,  
armazenagem  
correio

**1.818**

Indústria de  
transformação

**988**

Administrativas/  
complementares

**667**

Administração  
pública

**611**

Alojamento e  
alimentação

Fonte: IBGE – Censo Demográfico 2022

## VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES, ADOLESCENTES E CRIANÇAS EM CANAÃ DOS CARAJÁS (2023 A 2025)

### Registros de violência contra mulheres

Ocorrências	Ano			Total
	2023	2024	2025	
Ameaça	138	143	112	393
Lesão Corporal	63	91	83	237
Descumprimento de medidas protetivas de urgência	23	30	35	88
Injúria	5	22	48	75
Perseguição	8	24	34	66
Violência Psicológica	17	24	13	54
Estupro	2	2	5	9
Homicídio	0	1	0	1

### Registros de violência contra adolescentes e crianças

Ocorrências	Ano			Total
	2023	2024	2025	
Estupro de vulnerável (menor de 14 anos)	39	40	62	141
Ameaça	12	29	22	63
Lesão corporal	19	17	25	61
Estupro	2	6	6	14
Homicídio	1	0	0	1

Fonte: SIAC/DEAC/CoEst  
Canaã dos Carajás - Sistema de  
Informação de Segurança Pública - SISP

## ATENDIMENTOS DE MULHERES EM CANAÃ DOS CARAJÁS

**506**

Medidas protetivas solicitadas pela DEAM em 2025

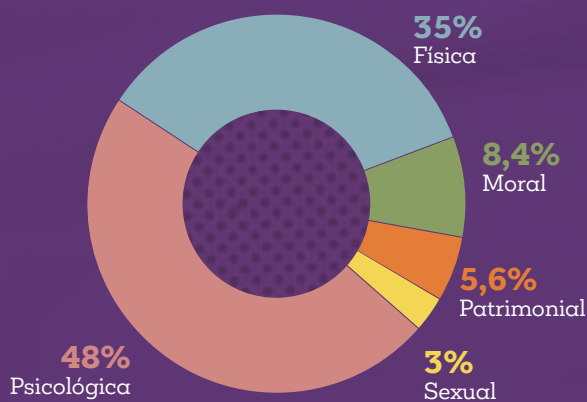
Fonte: Delegacia de Atendimento à Mulher (DEAM) - Canaã dos Carajás

### Mulheres em situação de violência atendidas

2021	→	<b>80</b>
2022	→	<b>196</b>
2023	→	<b>221</b>
2024	→	<b>377</b>
2025	→	<b>440</b>
<b>Total</b>		<b>1.314</b>

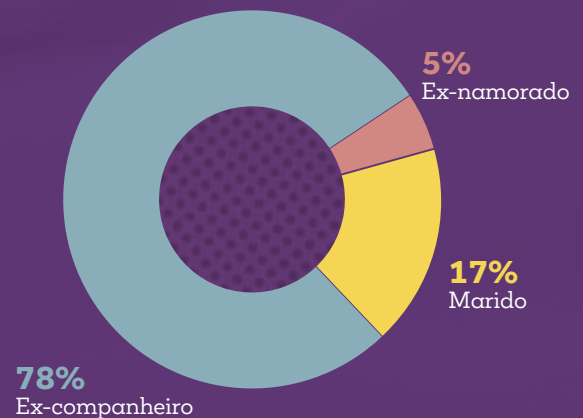
Fonte: Centro de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM)/SEMMJU - Canaã dos Carajás

### Tipos de violência sofridas pelas vítimas



Fonte: Centro de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM)/SEMMJU - Canaã dos Carajás

### Vínculo da vítima com o agressor



### Instituições de Atendimento à Mulher em Canaã:

Secretaria Municipal da Mulher e da Juventude (SEMMJU)  
 Centro de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM)  
 Casa Abrigo  
 Conselho Municipal de Direitos da Mulher  
 Casa da Mulher  
 Casa da Juventude  
 Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher (DEAM)  
 Patrulha Maria da Penha





**Alice de Paula**, sócia-administradora do Hotel Palmares

## A construção de uma empresária

Nasci em Uruaçu, em Goiás e me mudei para Canaã dos Carajás em 1974, quando o município ainda nem existia. Meu pai, que vem de uma família de criadores de gado, estava em busca de novas terras.

Eu já tive várias atividades. Na adolescência, transformava o leite da fazenda em queijo, requeijão e doce e vendia na região. Com 17 anos me casei, fui para Marabá e lá passei a montar lancheiras, que entregava na porta dos colégios. Depois de sete anos de casamento, me separei do pai das minhas filhas e fui morar em Barcarena com meu irmão. Lá, tivemos um frigorífico. Mais tarde, vendemos e voltamos para Canaã. Nessas idas e vindas, consegui estudar e me graduei em Administração e Gastronomia.

**“Naquela época, o 38 na cintura e a bota no pé eram obrigatórios.”**

Nesta volta a Canaã, nasceu a ideia de criar o Hotel Palmares. A Vale estava implantando o projeto da Mina do Sossego e em Canaã não existia um hotel que abrigasse a equipe – só duas pensões. Como havia muita urgência, cheguei a ter 80 homens trabalhando na obra. Trabalhávamos de segunda a segunda, mas conseguimos fazer tudo rápido. No dia 1º de maio de 2003 eu comprei o terreno; em 23 de setembro, tinha mais de 40 hóspedes no hotel.

A construção não foi fácil. Tive de ir para São Paulo comprar uma máquina para fazer blocos. O resto do material de construção era fornecido por duas lojas da cidade. Como não existia banco em Canaã, eu tinha de contar com o apoio do comércio para pagar os trabalhadores. Entregava aos comerciantes os cheques com o valor dos salários na segunda-feira e, no sábado, eles me davam o dinheiro para pagar os peões, em espécie.

Até hoje, quando falam em Alice de Paula, dizem: “aquela mulher brava, que andava armada?” Mas, na verdade, naquela época o 38 na cintura e a bota no pé eram obrigatórios. Eu trabalhava com peões, pessoas que vinham à Canaã pra se aventurar. E muita gente sabia que eu fazia os pagamentos em espécie. Foi um período bem difícil. Hoje, ao colocar o salto, sinto no pé a dor daquela bota. Quando uso um escarpin, os calinhos gritam.

No começo, não sabia nada de hotelaria. Quando viajava, pegava o rol de lavanderia dos hotéis e fotografava as etiquetas das roupas de cama. Prestava atenção em como era montado o café da manhã e na quantidade de louças utilizada. Eu prezo muito pelo bem-estar dos meus hóspedes. Nosso principal cliente é a Vale e as empresas que prestam serviço para a companhia, pois ainda não temos turismo aqui. Temos 56 quartos e uma ocupação de 75%, em média. Mesmo em uma fase de preços altos, prefiro comprar com fornecedores locais, para dar um retorno para Canaã.

Hoje, aos 60 anos, eu olho e penso: “Deus, obrigada.” Daqui eu tiro o sustento da família. Minhas filhas trabalham comigo. Com o tempo, me casei de novo. Tenho duas filhas biológicas, um enteado e um filho adotivo.

Com a experiência de empresária, acabei participando da gestão pública da cidade. Em 2006, eu me tornei a primeira secretária de Meio Ambiente de Canaã. A maior unidade de conservação do estado do Pará é um projeto da minha gestão – o Parque Municipal Veredas de Carajás, uma área de preservação adquirida com o apoio da Vale. Eu não fiquei com um centavo do meu salário, distribuía todo o dinheiro entre os colaboradores da secretaria. Meu intuito, como secretária, era ver a minha cidade crescer. E esse continua a ser o meu compromisso.

Empreendedora,  
na adolescência  
já vendia queijo  
e doces feitos na  
fazenda da família.



Para construir seu  
hotel em tempo  
recorde, chegou a  
ter na obra  
80 operários.



Foi a primeira  
secretária de Meio  
Ambiente  
de Canaã.



Na administração  
do Hotel Palmares,  
faz questão  
de priorizar  
fornecedores  
locais.



Ananda Elayne Lopes de Sousa, fundadora da Central de Bordados

## Sem plano B: uma história de coragem e visão de futuro

Nasci em Conceição, uma cidade pequena e antiga da Paraíba, há 37 anos. Com 14 anos, mudei com meus pais e meus dois irmãos para Canaã. Meu pai é veterinário e veio trabalhar em uma empresa de laticínios.

Quando finalizei o Ensino Médio, eu também queria estudar Veterinária. Fui aprovada em universidades federais no Tocantins e na Paraíba, mas meus pais não tinham condições de me manter estudando em locais tão distantes.

Foi frustrante. Mas cresci numa família de lutadores. Fomos habituados a viver em condições muito difíceis e a batalhar. Consegui fazer o curso superior quando a Universidade Federal do Pará abriu vagas para Ciências Naturais aqui em Canaã. Enquanto cursava a faculdade, trabalhava como bancária em Parauapebas. Eu saía às 7h de Canaã e só chegava em casa às 11h da noite. Foram quatro anos e meio bem puxados.

Depois que minha primeira filha nasceu, fiquei com medo de retornar ao trabalho fora de casa. Eu tive uma infância traumatizante. Muito cedo, tive a responsabilidade de cuidar da casa e dos meus irmãos. E, além de tudo, fui abusada quando tinha quase oito anos.

Cresci lutando sozinha contra esse trauma. Fiquei muito triste, depressiva, e tive sérias crises de ansiedade na adolescência. Só recentemente, há três anos, contei para meus pais. Hoje, converso abertamente sobre isso, porque sinto que, me abrindo, consigo ajudar outras pessoas.

**“Meu esposo dizia que não tinha mercado para minhas peças, mas eu sabia que o negócio era promissor.”**

Meu esposo tinha uma loja agropecuária e, quando veio a nossa segunda filha, tomei a decisão de não trabalhar mais fora. Fui criada para ser dona de casa e amo fazer isso. Mas, como sou inquieta, queria fazer algo que gerasse uma renda extra. Foi quando comecei a bordar peças de enxoval. Fazia peças para minhas filhas e para as amigas. Outras pessoas viam e pediam.

No início, bordava manualmente, para ter um dinheirinho. Depois, comprei uma máquina que borda a partir de uma arte no computador. Tive de comprar o computador, aprender a usar e a trabalhar com programas de edição. Meu esposo dizia que eu estava investindo muito e que em Canaã nem havia demanda para essas peças. Eu, com força de vontade, enxergava lá na frente. Sabia que era um negócio promissor. Logo comecei a fazer enxovais de bebê personalizados. Em um ano, tinha a minha clientela. Comprei outra máquina, também doméstica. O negócio foi crescendo, com o nome de Decora Bordados.

Um dia, um rapaz me pediu para bordar uniformes. Eu nunca tinha bordado uma logomarca e não sabia se conseguiria, mas deu certo. Outra loja também quis. A procura foi aumentando. Depois de algum tempo, consegui alugar um ponto no centro, com uma salinha onde eu deixava minhas filhas, ainda pequenininhas.

Foi nessa época que me ofereceram uma máquina semi-industrial, com 12 agulhas. Vendi o meu carro e comprei a máquina. Mudei para um ponto maior e contratei duas pessoas para trabalhar. Mesmo assim, ficava sufocada de encomendas.

Quando a empresa já tinha quatro anos, meu marido começou a me ajudar na administração e decidi vender a loja para investir no negócio. Também vendemos nossa casa para ampliar a capacidade de produção da empresa. Compramos máquinas de bordado e de costura industriais e montamos a Central dos Bordados. De lá pra cá, crescemos muito rápido, graças a Deus.

Hoje, temos 15 funcionários e a nossa loja vai muito bem. Nosso diferencial é trabalhar com peças para pronta entrega. Brasileiro, geralmente, quer as coisas para ontem. Se o cliente me pede 200 peças, eu tenho em estoque e posso entregar, bordadas, em três dias. Produzimos entre 700 e 800 camisetas por dia. Os desenhos para os bordados continuam sendo feitos por mim.

Além de empresária, também sou coordenadora da comunidade Nossa Senhora de Fátima. Lá, sou catequista e dou aulas de música para as crianças. Além disso, há cinco anos ministro cursos de bordado computadorizado para associações nas vilas, com apoio de empresas como a Vale e da Prefeitura. Nesses cursos, encontro mulheres que já passaram por algum tipo de problema. Eu me vejo ali, ao lado delas. Para mim, é muito prazeroso saber que posso fazer algo por alguém.

Superou a depressão causada por traumas da infância.

Cresceu em uma família de lutadores.

Vendeu carro e casa para investir em equipamentos para o seu negócio.

Atua como catequista e professora de música para crianças.



Catiane de Oliveira Almeida Sarges, produtora de hidropônicos

## Entre a farda e a horta: o tempero da felicidade

Sou filha de agricultores. Nasci em Mutum, em Minas Gerais, e cheguei ao Pará há 39 anos, com quatro meses de idade. Quando eu tinha quatro anos, meus pais se mudaram para Canaã. Na época, a área ainda era conhecida como CEDERE II, o nome dos Centros de Desenvolvimento Regional implantados pelo governo federal. Meus pais vieram em busca de trabalho. Eles não tinham terra, mas trabalhavam nas propriedades dos outros, plantando arroz, feijão e milho, de meia. Fui criada nesse meio rural desde pequenininha e sempre amei a agricultura.

Há 18 anos comecei a trabalhar como agente de trânsito. Como agente, trabalho em regime de escala – cinco dias de atividade e cinco de folga. Então, para complementar a renda, eu fazia e vendia doces. Mas sempre mexi com horta.

**“Muita gente me xinga quando dou uma multa, mas não sabe que fui eu que plantei a sua salada.”**

Há dez anos, a vida estava apertada. Resolvi deixar os doces de lado e focar na agricultura. Meu marido trabalhava na mineração e também decidiu sair para tomar conta do que era nosso. Eu pensei: “É uma atividade de que eu gosto. E, assim, eu estou em casa para olhar os meus dois filhos.”

Graças a Deus, hoje o mercado nos dá opção, oportunidades. Nós, mulheres, não temos mais barreiras. Antigamente, o homem vinha sempre em primeiro lugar – a mulher ficava para trás. Hoje, a gente consegue buscar os nossos objetivos.

Comecei a cultivar plantando cheiro verde, cebolinha, hortelã, couve e rúcula no chão. Mas quem é produtor sabe a dificuldade de conseguir manter a qualidade e a quantidade do produto. É preciso procurar melhorar, expandir, usar tecnologia. Então, a gente decidiu começar a plantar no sistema de hidroponia. É muito diferente plantar na hidroponia e no chão. Por exemplo: na hidroponia, a gente tem certeza de que vai tirar 80% do que plantou. No chão, não. São muitos problemas. Ou é muita chuva, ou é muito sol. E a gente não consegue controlar a adubação.

Aí eu vi uma oportunidade: “Vamos fazer na água, trabalhar no orgânico”. Inicialmente, só plantei alface. Depois, fui expandindo o negócio. Hoje eu trabalho com três tipos de hidroponia: na água, usando o NFT, a Técnica do Filme de Nutrientes; na areia; e na casca de arroz carbonizada. Dependendo da técnica e da planta, a irrigação deve ser só no gotejar. Algumas culturas precisam de água direto e, em outras, a irrigação é controlada por um temporizador, três vezes por dia. É preciso ficar muito atento, observando sempre, para ver se algum cano entope. Sou eu que semeio e faço o transplante das mudinhas.

Hoje, na Chácara Luz do Sol, nós temos uma estrutura bem grande. Empregamos cinco funcionários e produzimos por mês uns 30 mil maços de cheiro verde, 10 mil maços de alface e 10 mil maços de couve. Fornecemos para 15 mercados em Canaã e queremos expandir o nosso negócio. Doce, agora, só quando faço um bolinho para as visitas.

Continuo a trabalhar na rua como agente de trânsito municipal. Muita gente me xinga: “Ela levou minha moto, me deu uma multa.” Mas não sabe que fui eu que plantei a alface da sua salada, o cheiro-verde do tempero da carne, a hortelã que usou pra fazer um chá. Meu esposo é o meu braço direito e esquerdo. Graças a Deus, tenho um belo companheiro. Então, sou muito feliz.

Pioneira na região de Canaã, cresceu junto com o município.

Trocou a venda de doces caseiros pela produção tecnológica de hortaliças.

Concilia o trabalho de agente de trânsito com a gestão da sua chácara.

Acredita que mulheres podem superar barreiras e realizar seus objetivos.



Claudia Oliveira Ribeiro da Silva, presidente do Ateliê Fio de Ouro

## Ponto a ponto, mulheres costuram o futuro

O Ateliê Fio de Ouro começou na Vila Bom Jesus da Paz, há sete anos. Nasceu do sonho de uma menina que tinha vontade de capacitar sua mãe como costureira. Tatiane Fonseca, uma ambientalista e liderança jovem de Canaã, foi quem teve a ideia de juntar várias mulheres com a mesma aptidão para pedir à Vale a organização de um curso de costura.

Quando começamos, tivemos o apoio de uma pessoa muito especial, Juciaria de Sousa, do Programa Economia Popular e Solidária. Fomos incubadas através do projeto dela, com apoio da Vale. Ela é uma mulher que inspira, que ensina as pessoas a voar.

Eu nasci em Redenção, no Pará. Tenho 37 anos e há 11 me mudei para Canaã dos Carajás, quando meu esposo arranhou emprego aqui. Sou filha de costureira e aprendi a costurar com 12 anos. Mas só me profissionalizei através desse projeto.

**“Começamos só com a cara, a coragem e o sonho. Não tem sido fácil, mas deu certo.”**

Nós começamos só com a cara, a coragem e o sonho. Graças a Deus, deu tudo certo. Foi uma caminhada longa, não tem sido fácil. Mas estamos aqui, empreendendo, vendendo, trabalhando e liderando. Temos momentos difíceis, pois quem trabalha com pessoas sempre enfrenta desafios.

Estamos sempre de braços abertos para receber as pessoas que nos procuram. As mulheres que vêm ao Ateliê têm o desejo de se capacitar. A gente abre espaço, elas fazem os cursos. Algumas ficam, outras vão embora. Tem algumas que preferem costurar em casa, porque se sentem melhor, ou porque o marido não permite que elas saiam. Nem todas conseguem desenvolver habilidades na área e nós respeitamos e entendemos os limites de cada uma.

É preciso compreender o potencial dessas pessoas e ter empatia com quem sai de casa e deixa filhos e esposo para se dedicar a uma profissão. Algumas mulheres precisam viajar 46 km para buscar materiais e fazer entregas.

Hoje, o Ateliê conta com oito costureiras. Fazemos um pouco de tudo: toalhas, bolsinhas personalizadas, aventais e jogos americanos, que vendemos para a comunidade, escolas, igrejas e empresas. Ganhamos da empresa Solotrat um terreno e a Vale construiu uma sede para o Ateliê na Vila Bom Jesus, com auditório e uma fábrica de costura equipada. A sede é a nossa segunda casa. É onde nos encontramos, trabalhamos e conseguimos ter a nossa renda. É um local muito significativo para nós.

Na vida, a gente encontra muitos desafios. Mas não se deve desistir. É preciso persistir e correr atrás do seu sonho.

Aprendeu o ofício da costura com a mãe, aos 12 anos.



Há sete anos lidera o Ateliê Fio de Ouro, espaço de capacitação e geração de renda para mulheres.



Com apoio, conseguiu criar uma sede para o projeto, que considera como uma segunda casa.



Com empatia, valoriza o potencial de cada uma das costureiras e aprendizes ligadas ao Ateliê.



Cleria Gomes dos Santos Feller, produtora rural

## Trabalho, suor e coragem: lições de uma mulher orgulhosa

Essa vida não é fácil. Nasci e me criei na roça, em Rondon do Pará. Meus pais trabalhavam para os outros, derrubando mato, cuidando de plantações. Eu e meus irmãos ajudávamos. Um pouco antes de fazer 18 anos, casei e fui para Bom Jesus do Tocantins, Nova Ipixuna e, depois, Parauapebas, sempre tentando melhorar de vida.

Em Parauapebas, meu marido começou a trabalhar como motorista. Depois, recebemos um pedacinho de terra, doado pela Vale e legalizado pela Prefeitura, e viemos para Canaã. Moro aqui há 10 anos. É o meu canto, o meu lugar, que consegui com muita luta. No começo, vivíamos em um barraco de taipa coberto de palha. Eu e minhas filhas trabalhávamos, roçamos o terreno. Começamos a criação de leite, de meia, com dez vaquinhas de um amigo.

**“Não podemos abaixar a cabeça. A gente trabalha e consegue fazer tudo.”**

Acabei me separando e me tornei uma mãe solo. Mas essa é a vida da mulher. Não podemos abaixar a cabeça. A gente trabalha e consegue fazer tudo. Eu me levantava às 4 horas da manhã pra conseguir chegar com o leite às 6 horas para o cliente. Buscava os bezerros, a pé ou montada, tirava o leite... O trabalho é manual, não tem esse negócio de máquina.

Minhas filhas vendiam o leite na cidade. Entregávamos com uma carrocinha, presa na moto. No começo, rendia só uns dez litros por dia. Pouca gente comprava, elas ainda voltavam com leite pra casa. Com o que sobrava, eu fazia queijo e vendia também.

Até hoje as pessoas falam assim: “Suas filhas não têm vergonha, não, de puxar carrocinha com leite?” E eu respondo: “Não. Minhas filhas são muito lindas e eu ensinei a ter coragem pra trabalhar. Elas têm de ter vergonha é de fazer coisas erradas.” Eu me orgulho muito das minhas filhas.

Uma época, a produção de leite estava lá embaixo. Tínhamos 12 vacas, que rendiam uns 20 litros por dia. Eu estava desesperada, pois o leite era minha única renda. Então eu pedi a ajuda à Elizanne de Moura, agrônoma da Prefeitura. Ela me mandou uma receita para alimentar o gado, as vacas rapidinho aumentaram a produção, e foi só bênção. Cheguei a tirar mais de 130 litros de leite em um dia e agradeço muito a Deus. Entregava leite nas padarias e vendia na rua.

Com o tempo, as filhas foram deixando este serviço. Danielle se formou como enfermeira e já está trabalhando. Dalliane acabou de terminar o curso de Enfermagem e Hellen está na faculdade, cursando Medicina Veterinária. Para quem não tinha nem onde se deitar...

Ano passado, decidi vender as minhas vacas – eram umas 30. Quero descansar. São muitos anos acordando de madrugada. Com o dinheiro, comprei um lote, fiz uma casinha e estou recebendo o aluguel. Mas não deixei de produzir. Lá em casa, planto mandioca, milho e cheiro-verde para vender. Crio porcos e tenho dois açudes para criar peixe. Não fico parada. Não tem esse negócio de “mulher não faz isso”. A mulher faz tudo. A mulher faz o que ela quiser.

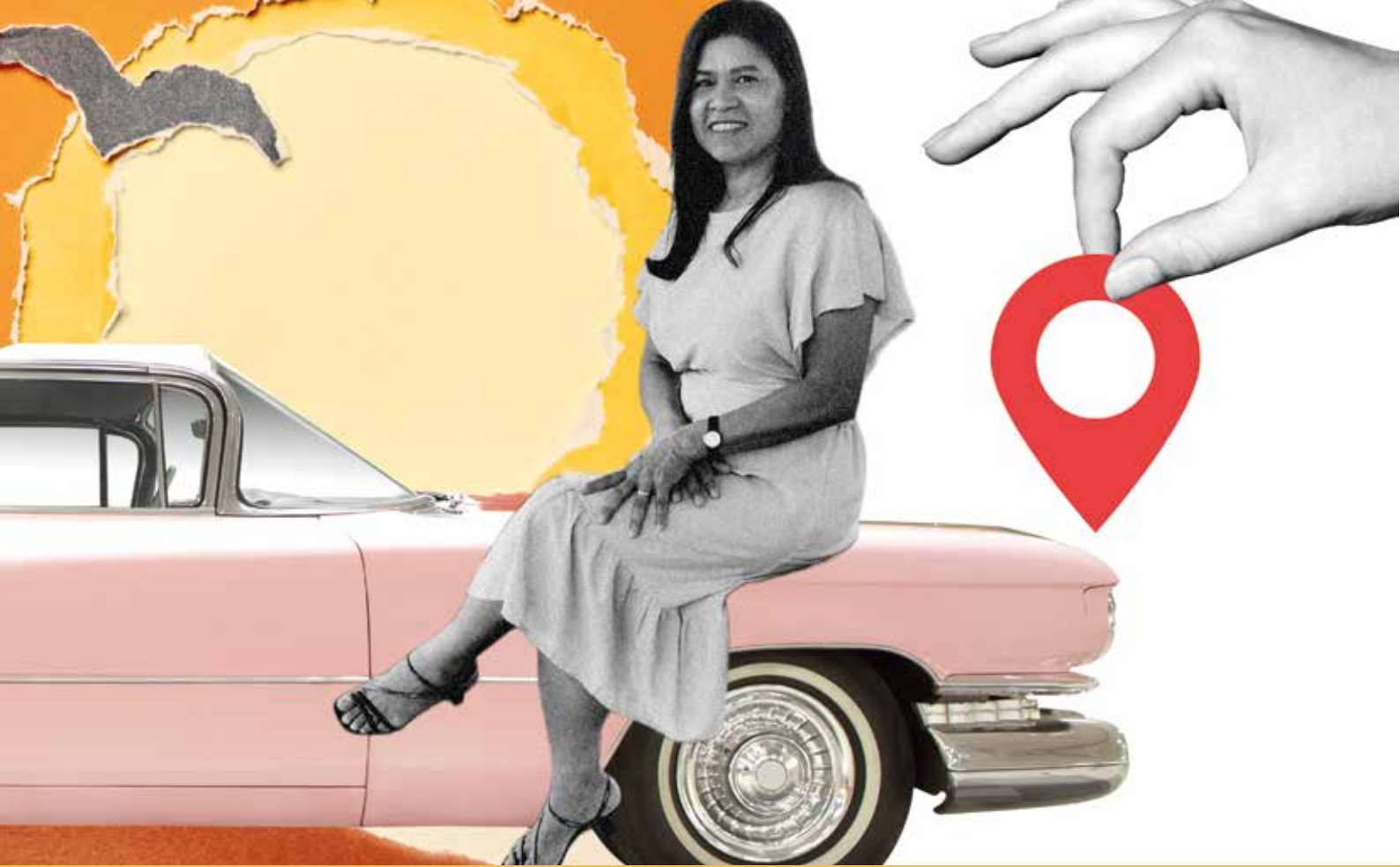
Eu gosto muito de Canaã. O meu lugarzinho aqui é tranquilo. Quando eu saio pra passear, fico doida pra voltar. Não sei se é porque aqui eu consegui ter o que eu queria. Sou uma mulher muito feliz. Não sou coitadinha. Aqui, todo mundo que me vê, diz: “Olha a Dona Cléria, ela é esforçada, é trabalhadeira.” Eu corro atrás, e sou muito orgulhosa.

Criou suas três filhas com a renda do leite de uma pequena criação de vacas.

Celebra a formação das filhas em Enfermagem e Medicina Veterinária.

Com a assistência da Secretaria de Produção Rural de Canaã, multiplicou a sua produção de leite.

Recentemente, vendeu suas vacas, mas manteve a criação de porcos e peixes.



**Dorilene Brito Moreira da Silva**, motorista de aplicativo

## No retrovisor, uma cidade em movimento

Minha história com Canaã dos Carajás começou em dezembro de 2010. Sou de Conceição do Araguaia e vim em busca de um futuro sólido; na bagagem, trazia o desejo de encontrar boas escolas, segurança e oportunidades de emprego. Como mãe, meus filhos sempre foram o meu norte, minha prioridade absoluta. Meu filho mais velho, de 20 anos, está na faculdade, e a minha filha, de 17, cursa o Ensino Médio.

Estudei até concluir o Ensino Médio e, durante grande parte da vida, trabalhei como operadora de caixa e zeladora. Depois que tive filhos, fiquei alguns anos fora do mercado de trabalho para cuidar do lar e das crianças. Até que uma nova rota se abriu no meu caminho: a oportunidade de me tornar motorista de aplicativo.

**“O preconceito contra mulheres no trânsito está melhorando. Elas se envolvem menos em acidentes.”**

Iniciei essa jornada em fevereiro de 2024. Apesar de ter tirado a minha carteira com 28 anos, em 2004, no início senti um frio na barriga. Eu não dominava os nomes das ruas e dos bairros e precisava ficar sempre alerta para evitar os acidentes de trânsito. O que me moveu foi a necessidade de ajudar nas despesas de casa e, principalmente, o desejo de apoiar o sonho do meu filho de fazer faculdade.

Hoje, aos 49 anos, trabalho de 6 a 8 horas e transporte, em média, 20 passageiros por dia. Mas, além do sustento, descobri que gosto mesmo de dirigir e de lidar com o público. Faço muitas amizades e transmito segurança para as passageiras. É gratificante quando elas chegam no carro e vêm que é uma mulher dirigindo. Elas ficam felizes, à vontade.

Diferente do que muitos poderiam pensar, não enfrentei preconceito na família. Pelo contrário: todos me apoiaram e viram que seria uma mudança positiva para nós. Claro que a preocupação com a segurança existe, mas eles confiaram em mim e, graças a Deus, tudo tem dado certo. E o preconceito contra mulheres no trânsito está melhorando. As mulheres têm bastante atenção ao dirigir e se envolvem em menos acidentes do que os homens.

Ser motorista exige muito, mas foi assim que conheci cada canto desta cidade linda. Pelo meu retrovisor, vejo Canaã mudar diariamente — e sempre para melhor. Hoje, vejo vias pavimentadas chegando até a zona rural. No meu dia a dia, levo crianças para as escolas e pacientes para as unidades de saúde.

Acompanho de perto o crescimento acelerado. Vejo as obras de grandes projetos, como o que será um dos maiores hospitais da região. Canaã é uma cidade que não para, e fazer parte dessa engrenagem, garantindo que as pessoas cheguem aos seus destinos, é a minha forma de contribuir para o lugar que escolhi para viver.

Após anos como dona de casa, tornou-se motorista de aplicativo para ajudar na educação do filho.



A insegurança inicial deu lugar ao gosto por dirigir e lidar com o público.



Passageiras vibram ao se deparar com uma mulher ao volante.



Do seu carro, Dorilene acompanha o ritmo acelerado de mudanças na cidade.



Elizanne de Moura Lima, engenheira agrônoma

## A doutora do rebanho: tecnologia e afeto no campo

Estou em Canaã dos Carajás há dois anos e me sinto realizada. Mas fiz um longo percurso antes de chegar aqui. Sou de Curionópolis e minha família vivia na roça, num local onde, na época, não havia muitos recursos. Minha mãe decidiu trazer os filhos para a cidade, para que pudéssemos estudar. Quando eu estava cursando o último ano do Ensino Médio, um grupo de alunos da Universidade Federal Rural do Amazonas, a UFRA, foi até a minha escola para falar sobre a universidade e eu me interessei. Minha família tem ligação com a pecuária e eu sempre quis trabalhar com animais de grande porte.

Fiz o vestibular e consegui me formar como zootecnista pela UFRA em 2015. Logo em seguida, ingressei no Mestrado em Saúde e Produção Animal na Amazônia, também pela UFRA, em Belém. E, quando terminei, me candidatei ao Doutorado em Zootecnia na Universidade Federal de Lavras, em Minas Gerais.

**“Levamos conhecimento para o pequeno produtor. Fazemos a diferença.”**

Passei os anos de 2018 a 2022 vivendo em um estado que todo o Brasil conhece como grande produtor de leite e grãos. Mas eu sentia que faltava algo. Percebi que o meu chamado não era trabalhar com a produção de larga escala, nem fazer pesquisa, fechada em um laboratório. Minha aspiração era atuar junto aos produtores familiares, facilitando o acesso a recursos tecnológicos que aumentam a produtividade. Pedia a Deus todos os dias: “Deus, quero trabalhar com os pequenos produtores.”

Logo que defendi o meu doutorado, voltei para o Pará. Além de ficar perto da família, eu queria realizar esse desejo. Hoje, aos 33 anos, faço parte da equipe da Secretaria de Desenvolvimento e Produção Rural de Canaã dos Carajás. Minha área é a nutrição e produção de ruminantes, que engloba gado, búfalos, ovinos e caprinos. O zootecnista, que é o nutricionista animal, é cada vez mais solicitado na agropecuária. Sem nutrição, saúde e melhoramento genético, a produção cai e o alimento de qualidade não chega à mesa do consumidor. Começamos a preparar a carne que você consome antes mesmo desse animal nascer, pois trabalhamos com nutrição fetal e melhoramento genético.

Na Secretaria, ajudamos o produtor a melhorar seus resultados. Orientamos os pequenos criadores a planejar para gastar menos e produzir mais, aumentando os seus ganhos. Ensinaamos a utilizar as máquinas no momento correto e a melhorar o solo, cultivando plantas forrageiras, buscando a maior produtividade possível. Também trabalhamos com suplementação, armazenamento de alimento em silos, estratégias alimentares e até confinamento.

O trabalho no campo é árduo, mas é muito compensatório. Fico muito feliz quando vejo mulheres felizes por trabalhar com a terra e colocar o seu produto no mercado. Quando chego na casa de um pequeno produtor, eu me sinto acolhida. Vejo o carinho com que eles se preparam para receber a “doutora”. Sempre tem um café quentinho, um queijo, um bolo, além de uma boa conversa. Nós nos sentimos parte daquela propriedade. E sabemos que fazemos a diferença. Levamos conhecimento e, se é preciso falar da vida, estou lá também.

Além do trabalho, o que também me faz feliz em Canaã é a segurança. Em que outro local a gente tem a liberdade de colocar um tênis e sair para fazer uma caminhada com o telefone na mão e o fone no ouvido? Eu, como mulher, me sinto muito segura para fazer tudo o que quero em Canaã dos Carajás.

Após o doutorado, preferiu trocar a pesquisa pelo suporte à agricultura familiar.

Especialista em ruminantes, apoia o produtor da nutrição fetal à engorda para o abate.

Sente-se realizada ao ver mulheres satisfeitas por comercializar seus produtos.

Ao chegar a uma propriedade, é acolhida com bolo, café e conversa.



**Fernanda Cristina Kolling Leite**, advogada e produtora rural

## Cacau: ingrediente mágico de uma nova receita de vida

Eu nasci em Conceição do Araguaia, mas carrego um pouco do Sul dentro de mim: meu pai é catarinense e minha mãe é gaúcha. Meu pai veio para o Norte trabalhar numa fazenda, em Redenção. Quando a fazenda foi destinada à reforma agrária, eles foram para Tucuruí, onde a hidrelétrica estava sendo construída. Meu pai plantava arroz, criava gado e se estabeleceu em Breu Branco. Ali, a família criou raízes.

Quando chegou a hora de fazer faculdade, minha mãe nos levou para Belém. Eu me formei em Direito na Universidade da Amazônia, mas para mim a advocacia nunca foi um meio de vida, e sim uma forma de ajudar as pessoas. Advoguei gratuitamente para muita gente que não tinha a quem recorrer.

**“Mudar de empresária para produtora rural foi um renascimento.”**

Em 2013, eu e meu marido decidimos nos mudar para Canaã dos Carajás e abrir uma loja de material de construção. Eu nunca tinha trabalhado com comércio, mas mergulhei de cabeça. No começo, o mercado de construção estava muito aquecido. Mas, a partir de 2016, veio uma crise pesada. As novas construções diminuíram e muitas lojas fecharam.

Em 2019, compramos uma terrinha de 20 hectares e passamos a cultivar limão. Eu e minha irmã fazíamos a colheita e oferecíamos aos mercados da cidade. Às vezes voltávamos com caixas cheias, mas logo os comerciantes começaram a fazer encomendas.

Em 2021, decidi vender a loja, cansada do estresse do comércio. Larguei tudo e me senti em paz na plantação. Mudar de empresária para produtora rural foi um renascimento. É claro que tive medo no início. Eu me preocupava se conseguiria pagar as contas e se continuaria a ter meu próprio dinheiro.

Então, resolvemos investir no cacau. Eu e meu marido fomos à Medicilândia, que é referência em cultivo de cacau no Pará, para comprar mudas clonadas, de alta produtividade e adaptadas ao sol pleno. Nossa sorte é que, depois que começamos o cultivo, houve um grande aumento do valor do produto no mercado. Em 2025, colhemos 6 toneladas de cacau e vendemos por um preço excelente. Pude, então, realizar o meu sonho de conhecer os Estados Unidos. Eu dizia que iria levar um cacau na cabeça, mas não deixaram!

Compramos mais um pedaço de terra e hoje temos mais de 7 mil pés de cacau, 6 mil de banana e 400 de limão. Estamos começando a plantar açaí. O Rancho Alegria virou a principal fonte de renda da nossa família. Tenho dois filhos: um de 15 anos, estuda na escola e é autista; outro, de 16 anos, está no terceiro ano do ensino médio e quer ser engenheiro naval. Meu marido tem duas filhas do primeiro casamento e quatro netos. Eu e ele estamos sempre juntos, visitando plantações e aprendendo.

A nossa experiência mostra que, em uma terra pequena, é muito mais compensador plantar cacau do que criar 15 vacas – o número máximo viável em 20 hectares. Para mim, o cacau é uma planta mágica: você tira e ele dá. Produz o ano inteiro. Ele nunca te deixa na mão.

Além do Rancho, trabalho na administração de uma clínica de hemodiálise. Minha rotina começa às 4h30 da manhã, quando acordo para ir à academia. Às 6 horas, já estou na roça, vendo o nascer do sol. A nova vida tem um lado pesado – especialmente quando se trabalha sob o sol quente. Mas, se meu corpo fica cansado, a minha mente está leve.

Advogada por formação, preferiu atuar como empresária e produtora rural.

Deixou o comércio para buscar qualidade de vida e paz no campo.

Costuma viajar com o marido para aprender mais sobre diferentes culturas agrícolas.

Encantada com a produtividade do cacau, diz que é uma planta mágica.



Flor Pinto Souza Lima, educadora e fundadora do Instituto Afrogen

## No reino da sala de aula, lições de afeto, sonho e resistência

Eu nasci em Turiaçu, no Maranhão, há 41 anos. Com quatro anos, minha mãe se mudou para Belém. Eu tinha quebrado a perna esquerda e precisava de cirurgia. Mas, quando meus pais conseguiram a operação, já tinha ocorrido um encurtamento. Minha perna esquerda é 8,5 centímetros mais curta. Eu brinco que essa perna curta já me fez correr um bocado.

No Maranhão, meus pais viviam da pesca e da agricultura familiar. Em Belém, minha mãe foi trabalhar como empregada doméstica. Morávamos na ilha de Mosqueiro. Cresci cuidando dos filhos de meus dois irmãos, dando o pouco que eu tinha. Terminei o ensino médio aos 17 anos e fiquei trabalhando pra sustentar as crianças. Vendia camarão, fazia carvão e oferecia na beira da estrada, limpava terreno...

Um dia me chamaram para participar de uma conversa em um curso preparatório para o vestibular. O curso, uma cooperativa chamada Paulo Freire, queria discutir as condições de vida naquele lugar. O dire-

**“Tenho duas certidões de nascimento. Uma é a de quando eu nasci; a outra, o meu diploma universitário.”**

tor disse que eu era muito inteligente e batalhadora e me ofereceu uma bolsa para fazer o curso. Acabei passando 12 anos lá, estudando e trabalhando como auxiliar na Educação Infantil.

E assim fui me construindo. Passei para duas universidades públicas, mas ficavam distantes. Eu teria de parar de trabalhar. Em 2010, o governo criou um programa chamado Projeto Territorial Participativo e abriu alguns cursos de graduação pela Universidade Estadual do Pará. Tínhamos aulas com professores universitários na escola, nos intervalos do ano letivo, em horário integral. Era um curso que cabia na minha realidade. Eu me formei como professora regente em 2014. Costumo dizer que tenho duas certidões de nascimento. Uma é a de quando eu nasci; a outra, o meu diploma universitário.

Foi nesse ano que o meu marido, que conheci na cooperativa, foi aprovado no concurso para assistente social da Prefeitura de Canaã. Decidimos vir e, para nós, Canaã realmente foi a terra prometida. Aqui nós construímos a nossa casa, o nosso paraíso. Aqui tivemos dois filhos maravilhosos. Aqui somos referência, pelas lutas que travamos em prol de políticas públicas.

Em 2018, passei no concurso para professor do sistema estadual e fui trabalhar na Escola Estadual Irmã Laura, onde estou até hoje. É uma escola considerada de periferia, onde eu amo trabalhar. Dou aula de língua portuguesa e tento abranger leitura, gramática e produção e interpretação de texto. Digo aos meus alunos que aprender a língua portuguesa não é bom só para saber conjugar os verbos. É importante para eles se posicionarem em espaços de poder. “Se você não domina a sua língua, é dominado por ela”, ensino. Repito sempre para os meninos que o lugar deles é na universidade. Estimulei um grupo deles a se inscrever na Unifesspa. Quando recebi a notícia de que tinham passado, em 2022, fiquei enlouquecida. Chorei, pulei. O vídeo viralizou.

Aproveitei a visibilidade para pedir soluções e conseguimos uma reforma da escola. Não tenho vínculo político, mas estímulo os estudantes a votar e participar de manifestações e conferências.

Só em 2015, com 30 anos, eu me descobri como uma mulher preta. Comecei a ler muito e a estudar letramento racial. Passei a olhar meus alunos a partir dos recortes de raça e gênero. Em 2023, criamos o Instituto Afrogen, para reivindicar políticas públicas voltadas para a população negra. Espalhamos conhecimento, levantamos demandas, plantamos a semente.

Eu não consigo imaginar a minha vida sem os meus alunos. Eles me acolhem todo dia, me abraçam, me dão amor. Tudo o que tenho vem desses meninos e da minha sala de aula. Lá é o meu reinado. Não sou aquela professora que manda um monte de trabalhos pra casa. Eu quero é que eles respeitem a si mesmos e aos outros. Ensino que o erro faz parte da vida e que só sei o que é certo se souber o que é errado. E eles me ensinam a saber o que é certo.

Desde cedo trabalhou para ajudar no sustento da família.

Sua inteligência lhe valeu um convite para estudar em um curso pré-vestibular.

Ensina aos alunos que dominar a língua portuguesa é fundamental para inserção em espaços de poder.

Aos 30 anos passou a refletir sobre sua negritude e criou o Instituto Afrogen.



Joice Sousa, criadora de moda íntima

## Um negócio feito de sonhos e rendas

Nasci em 1995, em Poção de Pedras, no Maranhão, e moro em Canaã desde 2003, quando meu pai veio trabalhar na cidade como ajudante de pedreiro. Dos meus 30 anos, passei 23 aqui.

Comecei a sonhar em trabalhar com moda por volta dos 14 anos, quando fazia o primeiro ano do Ensino Médio. Às vezes eu levava meus desenhos para escola. Uma das minhas colegas me pediu que eu desenhasse um vestido para uma costureira fazer. Foi nessa época que eu comecei a criar modelos e a pensar em ter minha própria marca.

Um dia fui visitar uma costureira, Dona Angelina. Ela morava em um bairro distante do meu, mas era nela que eu confiava para fazer os meus modelos. Eu desenhava roupas para as festas da igreja e ela executava. Quando contei que meu sonho era aprender a costurar e ter a minha

**“Mulheres empoderadas não deixam alguém cometer violência contra elas.”**

própria marca, ela me disse: “Você quer aprender? Eu vou te ensinar. É só você vir aqui amanhã. Às 4 horas já estou de pé.” No dia seguinte, às 4 da manhã, eu estava lá, na porta dela.

Eu tinha 17 anos quando comecei a aprender a costurar com a Dona Angelina. Em seis meses, já sabia fazer o básico. Então nós fizemos um negócio: ela queria uma motosserra; eu comprei e levei a máquina de costura dela para casa. Era uma máquina industrial antiga, com mais de 30 anos de uso. A partir daí comecei a trabalhar em casa, fazendo consertos. Com o dinheiro que ganhei, comprei minha primeira máquina industrial, nova, na caixa! Comecei a fazer roupas para clientes, peças para igreja e até alguns vestidos de festa. Já fabricava as minhas próprias peças. Ao mesmo tempo, trabalhava como produtora rural, criando codornas. Já não tenho mais essa criação, mas ainda vendo açai, tirado da minha própria terra.

A escolha por fabricar moda íntima foi uma demanda das clientes. Comecei a criar modelos e as mulheres gostavam e encomendaram mais. Logo eu tinha várias revendedoras comercializando as minhas criações. O negócio cresceu bastante a partir da pandemia, quando a moda íntima estava em alta.

Hoje o Instagram é a minha principal ferramenta de trabalho. Na minha página – @joicesousamodaintima – eu divulgo minhas peças e mostro um pouco da minha rotina agitada de mãe e empreendedora. Consigo vender cerca de 200 peças por mês, somando os pedidos feitos pelo Instagram e pelo Whatsapp. Também atendo clientes no meu ateliê.

Recentemente, passei a divulgar no Instagram uma alternativa para as mulheres: as mini máquinas de costura. Essas máquinas custam muito pouco, mas funcionam. Eu mesma já produzi roupas com elas e mostrei na rede social. Minha intenção é incentivar mais mulheres a recuperar a tradição de costurar em casa. Antigamente, quase toda mulher tinha uma máquina de costura para, pelo menos, fazer consertos básicos nas roupas dos filhos. Com as mini máquinas, além de reparos, elas podem trabalhar como costureiras, investindo pouco. Depois das postagens, cerca de 15 mulheres compraram mini máquinas – e gostaram.

A maioria das mães não pode deixar os filhos e sair para trabalhar. Quem sabe, aprendendo a costurar, essas mulheres poderão ajudar financeiramente a família. É uma forma de empoderamento feminino. Elas se sentirão úteis, por terem uma renda que vem do seu trabalho. E mulheres empoderadas financeiramente não deixam alguém cometer violência contra elas. Uma mulher empoderada não vai se submeter.

Com 14 anos, já levava desenhos de figurinos para a escola.

Seu primeiro grande investimento na carreira foi trocar uma motosserra por uma máquina de costura industrial.

À frente da Joice Sousa Moda Íntima, utiliza as redes sociais para comercializar peças para todo o Brasil.

Incentiva outras mulheres a conquistarem autonomia através da costura.



**Lorrane Barros**, atleta de vaquejada

## Lugar de mulher é na arena da vaquejada

Sou maranhense de São Luís, mas vivo aqui na região desde 2005. Moramos por 16 anos em Parauapebas. Quando surgiu a oportunidade de comprar um pedacinho de terra, viemos para Canaã.

A vaquejada é uma tradição da família: meu pai sempre teve amor pelos cavalos e pelo esporte. Meus irmãos começaram primeiro – eu acompanhava os treinos deles sempre que podia. Em 2019, comecei a treinar. No início, meu pai não achava que eu teria capacidade de praticar o esporte. Mas segui treinando e, na primeira vaquejada, já ganhei.

Eu sou a primeira mulher a correr vaquejada, representando a categoria feminina, em Canaã dos Carajás. Não é fácil, porque é um esporte radical, muito agressivo. Mas também traz felicidade. Gosto da cultura da vaquejada e das boas amizades que fazemos. Mas o que mais amo é a

**“A maioria dos homens nos menospreza e não aceita ver mulheres correndo junto com eles”**

conexão única que temos com o cavalo. Não tem palavras para descrever o quanto a relação com o cavalo muda a nossa vida.

Hoje tenho 25 anos. Não vivo da vaquejada, mas já conquistei muita coisa, graças a Deus. Também trabalho como monitora escolar e na roça com a minha família, plantando macaxeira, ata, limão. Sempre que dá, procuro conciliar com o esporte. Viajo muito para competir no Maranhão, Tocantins e Pará e já venci vários títulos.

Sofri vários acidentes, mas sempre pedi a Deus que não deixasse isso me abalar. Não tenho nem conta de quantas quedas tive, de quantas vezes já me machuquei. Mas sempre falei pra mim: “É isso que eu quero, não vou desistir.”

Não existe uma idade máxima para praticar a vaquejada. O certo é que, quanto mais cedo a pessoa se inicia no esporte, melhor é para o desempenho, a estabilidade e a conexão com o animal. É possível começar com quatro, cinco anos; tem criança de oito que já derruba bezerro. Na verdade, é um esporte que não tem idade. A pessoa pode começar novinha e praticar até a velhice. No futuro, pretendo estudar e me formar, mas se depender de mim, vou continuar na vaquejada.

Tenho muito apoio do meu pai e do meu irmão. Eles são meus incentivadores. Sou muito grata a eles. Isso é muito importante, porque a maior dificuldade que enfrento no mundo da vaquejada é o tabu que ainda existe. Pelo fato do esporte exigir uma certa agressividade, a maioria dos homens nos menospreza. Muitos não aceitam ver mulheres correndo junto com eles. Não sou de fazer discurso, meu negócio é correr boi. Mas quero dizer para todas as mulheres: lugar de mulher é onde ela quiser, inclusive na vaquejada.

Foi a primeira mulher a disputar a vaquejada de Canaã dos Carajás.

Divide seu tempo entre competições, o emprego de monitora escolar e o trabalho na roça familiar.

Com apoio do pai e do irmão, superou acidentes e preconceito para se firmar no esporte.

O que mais a apaixonou na vaquejada é a conexão com o cavalo.



Maria Íris Nunes da Silva, fundadora do Ateliê Tecendo Histórias

## Mulheres que ajudam mulheres a tecer o seu futuro

Nasci em Peixoto de Azevedo, no Mato Grosso, e desde 2011 vivo em Canaã dos Carajás. A história do Ateliê Tecendo Histórias começou em 2020, quando duas funcionárias da Vale convidaram seis mulheres da Vila Planalto para um encontro. Nós fomos à reunião com um só objetivo na cabeça: conseguir oportunidades para os nossos filhos. Queríamos que eles pudessem fazer cursos de balé, violão, teatro... Não pensávamos em nada para nós.

Durante a conversa, surgiu uma proposta: cursos de capacitação, que nos ajudariam a ter a nossa própria renda. No final de 2021, começamos os primeiros cursos de crochê e pintura em tecido. Foi o início do nosso Ateliê. Nós nos inspiramos no Ateliê Fio de Ouro, da Vila Bom Jesus da Paz. Até hoje, quando precisamos de alguma coisa, a Claudia Ribeiro, que é de lá, nos socorre.

**“Mesmo hoje, mulheres dizem que não podem ir ao Ateliê porque o marido não deixa.”**

Ao longo do caminho, várias participantes decidiram não permanecer no Ateliê. Eu e a minha parceira Sol – Solange Pereira da Silva – permanecemos e fundamos a Associação das Costureiras de Vila Planalto. Eu sou a presidente e a Sol é tesoureira. Quando eu não estou, ela está. É como um casamento. Eu sou a cabeça e a Sol é o pescoço. Sem ela, o projeto não se sustenta.

Mas o projeto é feito por muitas outras pessoas: meninas de 12 anos a senhoras de quase 60, que estão sempre lá, todos os dias. São mulheres que chegam para aprender, animadas para participar das nossas aulas de costura e de crochê. Isso é muito lindo. Mas temos também outras associadas, que estão conosco quando é preciso.

Produzimos necessaries, camisetas e panos de prato por encomenda e também para pronta entrega. Costumamos vender nossos produtos em feiras e eventos, organizados pela Vale ou pela Prefeitura. Trabalhamos para que um dia, num futuro não muito distante, esta produção garanta um salário para nós.

Nós temos tantas mulheres com potencial. Mas, mesmo nos dias de hoje, ouvimos algumas delas dizerem que não podem ir ao Ateliê porque o marido não deixa. Há quem diga que isso não acontece, mas acontece sim. Acontece pertinho de você, ao seu lado, dentro da igreja que você frequenta, no mercado onde você compra.

Eu já passei por altos e baixos na minha vida. Em 2024 me separei, após 16 anos de casamento. Hoje, aos 37 anos, sou mãe solo das minhas três filhas. A costura me ajudou muito a superar essa fase. Fico emocionada quando penso: nós vamos para o Ateliê pensando em ajudar e acabamos sendo acolhidas.

Eu aprendi a amar as meninas que chegam ao Ateliê, porque elas também passam por momentos difíceis. Sempre tem alguém que, como nós, precisa de um abraço, de uma ajuda. Por isso, mesmo com dificuldades, quando chegamos lá, temos de ser fortes e determinadas. Graças a Deus, somos mulheres que ajudam mulheres.

Fundou com a parceira Sol a Associação das Costureiras da Vila Planalto.

Diferentes gerações, de adolescentes a sexagenárias, se encontram no Ateliê.

O objetivo do grupo é fazer do artesanato fonte de renda regular para as associadas.

Mãe solo de três filhas, encontrou no coletivo acolhimento para vencer desafios.



Maria José da Silva (Zeca), artesã

## Na luta da vida, Zeca usou motosserra, enxada e crochê

Meu nome é Maria José da Silva, mas desde pequena todo mundo me chama de Zeca. Esse nome foi meu avô que botou. Ele dizia que eu parecia muito com o pai dele e me chamava de Zequinha. O apelido ficou. Tenho 55 anos e sou a caçula da família.

Nasci no Maranhão, em um lugar chamado Simaúma, perto de Pindaré-Mirim. Meus pais eram lavradores, gente da roça. Plantavam arroz, feijão, milho, mandioca. Eu e quatro irmãos, nós todos trabalhávamos. Mas meu pai nunca foi de forçar a gente. Nós é que forçávamos ele a nos levar pra roça, porque a gente achava bonito.

Com 13 anos, comecei a pegar no pesado com meu pai e meu cunhado. A gente trabalhava com o serrotão. Vixe! Era uma pilha de tábua por dia. Depois apareceu motosserra. Eu disse: “Eu vou trabalhar com isso aí.” Disseram que só homem conseguia. Mas eu respondi: “Não, mulher também pode” – e ajudei. Hoje, o meu esposo sabe trabalhar com motosserra porque eu ensinei.

Eu me casei com 16 anos. Meu marido já tinha 32. Fomos morar no Mato Grosso e passamos oito anos em Peixoto de Azevedo. Lá, eu tive um menino e uma menina. Antes deles nascerem, já criava o filho de uma

“Comecei a fazer crochê com nove anos, com linha tirada da rede e agulha feita de raio de bicicleta.”

irmã, que considero como meu filho mais velho. Foi um tempo difícil: tive malária, sentia a distância da família. Depois que meu pai morreu, voltei para o Maranhão, pra ficar perto da minha mãe e irmãos. Passei um tempo trabalhando na roça, mas o dinheiro era pouco. Deixei as crianças com minha irmã e fui trabalhar em Brasília, em casa de família. Depois de quase dois anos, voltei e segui trabalhando, por várias cidades, até chegar em Parauapebas.

Lá, eu morava com um rapaz numa invasão e tinha o risco de despejo. A gente tinha um trocadinho e ele disse: “Vou pras bandas de Canaã, ver se acho um terreno, porque assim na rua nós não fica.” Ele comprou o terreno e nós conseguimos as tábuas. No final de semana a gente juntava os meninos e vinha trabalhar na casa. Quando ficou pronta, mudamos pra cá, há nove anos.

Teve uma fase da minha vida que foi a mais dura de todas. Quando eu tinha 31 anos e morava em Paragominas, uma irmã minha faleceu e deixou quatro filhos. O marido dela sumiu. Fiquei com a responsabilidade de criar sete crianças. Eu dormia com fome, mas não deixava as crianças sem comer. Minha filha mais velha, só com oito anos, tomava conta dos outros enquanto eu ia trabalhar na lavoura. Foi um sofrimento, mas nós demos conta. Graças a Deus, estão criados, todos trabalham, me respeitam. Perdi um filho de acidente, o primeiro que criei, mas o meu menino e minha menina, a gente conversa tudo junto.

Quando eu vim morar em Canaã, comecei a plantar jambu, cheiro-verde, couve e alface pra vender na feira. Mas apareceu um curso de corte e costura. Aprendi a costurar, mas eu amo mesmo é o crochê.

Comecei a fazer crochê com nove anos, com linha que eu tirava da rede e uma agulha feita de raio de bicicleta. Aprendi sozinha. Hoje faço cortina, caminho de mesa, colcha, blusa, saia, roupa de boneca, tudo. Recebo encomendas de empresas e vendo em casa, no boca a boca. Acabo de fazer e já tem gente esperando. É disso que eu vivo. E é isso que eu gosto de fazer. Mas, quando tenho um tempinho, ainda vou pra horta.

Também faço roupas para o Boi Bumbá. Isso começou quando eu era pequena. Eu tinha dor nas pernas e chorava, não deixava meus pais dormirem. Meus pais fizeram uma promessa pra São João: se eu ficasse boa das pernas, ia brincar no Boi por sete anos. Eu paguei o voto, brinquei sete anos e continuei por tradição. Aqui em Nova Jerusalém eu ajudo a organizar o Boi Brilho do Sonho. Faço as roupas bordadas com canutilhos, miçangas. E a gente cai na dança.

Não gosto de ficar parada, nem de televisão, nem de celular. Minha vida é trabalho. Contando com o Pai, a gente dá volta por cima. Enquanto Deus me der força, eu vou seguir.

Enfrentou  
privações para  
criar dois filhos e  
cinco sobrinhos.



Vive da venda de  
peças de crochê.



Ajuda a preservar  
a tradição do Boi  
Bumbá, bordando  
as roupas com  
vidrilhos.



Mantém uma  
rotina ativa entre  
o artesanato,  
a horta e a  
fabricação  
de farinha.



**Maria Juciarria de Sousa Neto,**  
coordenadora do Programa Economia Popular e Solidária de Canaã dos Carajás

## A força da fé: uma jornada de superação e solidariedade

Nasci em Heliópolis, no interior da Bahia. Quando terminei o ensino fundamental, fui viver em um pensionato mantido por freiras, em Aracaju, para cursar o ensino médio. Naquela época, não havia outro jeito. Fui a primeira da família a seguir esse caminho; depois, meus irmãos fizeram o mesmo. Meu pai, um agricultor, dizia sempre: “Quero dar aos meus filhos o direito que eu não tive de sentar no banco de uma escola.” E ele conseguiu. Todos nós completamos o ensino superior.

Meu pai não era rico, mas conseguia sustentar a família porque era muito inteligente. Além de criar gado, negociava milho, feijão e mel. Buscava sempre alternativas rápidas de ganhar dinheiro, pois o boi tem um ciclo de dois anos antes de chegar ao tamanho de venda.

Ele sonhava que eu fosse veterinária, mas escolhi as Letras. Cursei Português-Inglês na Universidade Tiradentes (Unit). Foi um desafio, pois

**“É emocionante perceber como esse programa contrói autoestima.”**

eu convivo com a dislexia. Para memorizar o conteúdo, eu escrevia tudo exaustivamente. Antes de dar aula, praticava em frente ao espelho.

Em 2005, segui os passos do meu pai, que já havia trocado o interior da Bahia pelas terras de Canaã dos Carajás, mais úmidas e férteis. No início, chorei de saudade da vida em Aracaju. Canaã era uma cidade muito menor, com poucos carros e estradas difíceis. Poucas pessoas tinham telefone fixo e o comércio era limitado.

Quando cheguei, logo procurei a Secretaria de Educação estadual. Entreguei meu currículo de manhã e à tarde já me deram uma resposta positiva. Pedi para ensinar Literatura Brasileira.

No primeiro dia de aula, perguntei à turma: “Quem já leu um gibi?” Ninguém tinha lido. Então, resolvi dividir a turma em grupos de cinco alunos. Cada grupo precisava ler um romance em conjunto. Eu emprestava os meus próprios livros. Quando percebia que alguém tinha muita dificuldade de leitura, fazíamos teatro.

Em Canaã, também fiz contato com as Filhas do Amor Divino, uma congregação de freiras, estabelecida na cidade pela irmã Lourdes Follmann. Desde os meus 12 anos, quando comecei a frequentar as aulas de estudos bíblicos, sou ligada à Igreja Católica. Não casei nem fui mãe, embora tenha encontrado pessoas que gostariam de namorar e casar comigo. Minha vida sempre foi ajudar os menos favorecidos.

A irmã Lourdes me pediu que a ajudasse a criar um projeto de formação em costura e bordado para mulheres. Desde 2005, essas mulheres estão comigo. Temos três grupos de costura, um espaço de gastronomia e aulas de segunda a sexta de bordado, crochê, macramé e aproveitamento integral dos alimentos. Nossa rede reúne 48 mulheres e um homem. O trabalho passou a ser um programa da Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social e hoje é reconhecido nacionalmente. Já mostramos nossos resultados em conferências de Economia Solidária em Belém e Brasília.

É emocionante perceber como esse programa constrói autoestima. No início, algumas das mulheres não conseguiam me olhar nos olhos. Hoje, várias delas têm carro e dirigem. Uma participante, depois que entrou no nosso grupo, conseguiu terminar o ensino fundamental, completou o ensino médio e fez concurso público para monitora social.

A maior alegria da minha vida é vê-las bem. Minha família diz que tenho de me aposentar, que eu não vou salvar o mundo. Mas todos os dias eu acordo, olho pro céu e digo: “Obrigada, Deus.”

Filha de um produtor rural que priorizou a educação dos filhos.

Graduada em Letras, venceu o desafio da dislexia com disciplina.

Fez pós-graduação em Metodologia da Língua Portuguesa.

Foi professora na Universidade Estadual do Vale do Aracaju, no Ceará.

Coordena o Programa Economia Popular e Solidária de Canaã dos Carajás, referência no fortalecimento da autonomia feminina.



Maria Olga Gonçalves de Brito Almeida, produtora de hortaliças

## Uma história de recomeços

Meu nome é Maria Olga. No papel diz que eu nasci em Barra do Garças, no Mato Grosso, mas a verdade é que eu sou mesmo de perto de São Félix do Araguaia. Meus pais tinham terra, mexiam com roça e gado. Depois montaram um supermercado numa cidadezinha chamada Pontinópolis. A gente tinha uma vida digna.

Só que um dia perdemos tudo por causa de um delegado violento, que gostava de tomar as coisas do povo. Ele era um tipo muito perigoso. Pra não matar nem morrer, meu pai vendeu tudo a preço de nada. Fomos embora só com a mudança, numa viagem de barco e caminhão até Xinguara. Eu tinha 10 anos. Meu pai foi para o garimpo de Serra Pelada. Quando voltou, trouxe só um trocadinho.

Eu nunca tive medo de trabalhar. Fui costureira, cabeleireira, vendedora, motorista de caminhão basculante, operadora de empilhadeira... Fui a primeira mulher mototaxista de Redenção. O Ibama fechou a serraria em que meu marido trabalhava e ele ficou desempregado. Nós tínhamos dívidas para pagar. Então decidi ser mototaxista. Na época eu tinha uns 25 anos e era a única mulher entre cinquenta homens. Fiz uma reunião e conversei com eles. Disse que eu era casada, de respeito e só queria trabalhar. E eles me acolheram. Eu tinha muitas corridas,

**“ Nunca tive  
vida fácil.  
Foram 58 anos  
de luta.”**

pois os maridos que tinham ciúme da mulher andar de moto com outro homem me chamavam. Fui até entrevistada pelo “Bom dia, Pará.”

Quando viemos pra Canaã, ainda era o tempo do CEDERE<sup>1</sup>. Na época, só havia duas ruas. Onde hoje é a rua principal, tinha uns barraquinhos. Eu vim já casada, com minhas meninas pequenas. Morei numa casinha de tábuas feita pelos meus pais. Depois meu pai ganhou um pedacinho de terra, onde meu irmão e eu estamos plantando. Eles continuam ativos, minha mãe com 90 anos, meu pai com 91.

Quando eu tinha 35 anos, a vida me bateu forte. Meu marido morreu aos 41 anos, com coração afetado pela Doença de Chagas. Fiquei viúva, com quatro filhos pequenos e sem nada. Tive de enfrentar a vida sozinha. Fui trabalhar em um salão de um amigo, aprendi a mexer com cabelo. Lutei como pude.

Minhas filhas mais velhas queriam fazer faculdade e começaram a estudar pra passar no vestibular. Nessa época, passei necessidade. Cortaram a minha energia e elas tinham de estudar à luz de vela. Passaram para uma faculdade em São Paulo e começaram a vender livros pra irem para lá. Eu vendia anel, o que aparecesse.

Aí pensei: vou pra fora do Brasil, pra pagar a faculdade das minhas filhas. Em 2005, deixei os pequenos com a minha mãe, vendi minha casa e fui pra Europa, só com o dinheiro da passagem. Fiquei cinco anos entre Portugal e Espanha, trabalhando com limpeza e salão de beleza, com medo, com saudade, mas firme. O que eu ganhava mal dava para ajudar meus filhos. Voltei sem dinheiro, mas com minhas filhas formadas: uma virou fisioterapeuta, a outra psicóloga.

De volta a Canaã, fiz cursos no Senai e trabalhei em grandes empresas. Aprendi a operar empilhadeira e a dirigir caminhão basculante. Consegui uma vaga de táxi, comprei um carro financiado. E de novo enfrentei perseguição por ser mulher. Com o pretexto de uma dívida com a cooperativa, que eu não reconhecia, fui ameaçada e impedida de trabalhar. Mas não recuei. Chamei a polícia, fui ao Detran, bati de frente. Foi uma guerra. Eu só queria ter o direito de fazer o meu trabalho. Mas, no final, desisti. Entreguei o carro baratinho. Em 2023, fui outra vez tentar trabalhar na Espanha, como cuidadora de idosos, mas voltei depois de um ano.

Olho pra trás e vejo que nunca tive vida fácil. Foram 58 anos de luta. Hoje moro no Alto Horizonte, com minha filha. Fiz um curso de processamento de alimentos da Prefeitura que foi muito bom. De tudo o que fiz, o que eu mais gostei foi de mexer com a terra. O meu sonho é ter um pedaço de terra para plantar. Não pretendo mais sair daqui. Canaã é o meu chão.

<sup>1</sup> Centros Administrativos de Desenvolvimento Regional, criados para o assentamento de famílias de migrantes, que dariam origem ao município.

Cultiva a tradição familiar do trabalho na agricultura e sonha ter sua própria terra.



Numa época de crise, tornou-se a primeira mulher mototaxista de Redenção.



Foi costureira, cabeleireira, cuidadora de idosos, vendedora, operadora de empilhadeira e motorista de caminhão.



Trabalhou por cinco anos na Europa para manter as filhas na universidade.



**Rebeca Oliveira de Brito Novães**, engenheira agrônoma

## Muito além dos relatórios, as lições do campo

Nasci em São Paulo, assim como toda a minha família. Mas, em 1997, meu avô veio para Canaã dos Carajás para conhecer a região. Nos anos seguintes, meu tio, meus avós e meus pais se mudaram para cá. A família adquiriu uma propriedade rural e todos trabalhavam juntos na pecuária e no cultivo de grãos. Essa experiência me fez ter um amor muito grande pela vida no campo.

Eu me formei como engenheira agrônoma pela Universidade Federal Rural da Amazônia em 2018. Tenho 30 anos e há cinco anos atuo na EMATER<sup>1</sup>, como extensionista e projetista. Faço muitas visitas a propriedades para levar conhecimento técnico para o pequeno produtor e ajudar a melhorar os seus resultados. Em um ano, tivemos mais de 500 visitas ao campo e 200 atendimentos a produtores no escritório.

Também realizamos projetos rurais direcionados a atividades de pequeno porte, como hortas, criação de aves, suinocultura e cultivo de frutíferas. Muitos desses projetos beneficiam mulheres, permitindo que elas tenham acesso a crédito em condições facilitadas. Isso contribui para a geração de renda, qualidade de vida e segurança alimentar

**“O trabalho de campo nos coloca frente a realidades duras, que mexem com nossas emoções.”**

<sup>1</sup> Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural, instituição pública presente em vários estados brasileiros

de mulheres e suas famílias. Além disso, uma mulher que pode se sustentar tem autonomia para tomar suas decisões.

Eu tenho quatro filhos. Já me perguntaram: “O que é ser mãe e profissional?” Não existe uma receita. A gente simplesmente vai. A gente só não desiste. Outro dia, durante um churrasco, meu filho mais novo, de quatro anos, pegou um isqueiro na cozinha, se escondeu no quarto e acendeu. Felizmente, meu esposo, meu pai e meu sogro chegaram e conseguiram acabar com o fogo. Graças a Deus, eu tenho uma rede de apoio em Canaã.

Já levei meus filhos em visitas ao campo e costumo contar a eles uma parte das histórias que escuto. Lembro de uma vez em que havia chovido muito durante a noite. Era cedo e eu estava a caminho de uma propriedade quando passei por algumas crianças carregando palhas de coqueiro. Quando cheguei à casa descobri que eram os cinco filhos da moradora, que haviam sido abandonados pelo pai. A chuva da noite tinha destruído o telhado de palha, molhando os meninos. Por isso, logo cedo, as crianças tinham saído para buscar material para refazer o teto. Ao ouvir aquilo, meu coração se partiu.

Na hora do almoço com meus filhos, contei o que tinha visto, para ensiná-los a não reclamar da vida. Voltei para o trabalho e, pouco tempo depois, a babá me ligou: eles estavam separando lençóis e roupas de cama para doar às crianças da história. Eu respondi que organizaríamos a doação com calma, mas meu filho mais velho me questionou: “Você sabe que eles não têm e não vai levar?”

Aquilo me comoveu profundamente. Entrei em contato com amigos do trabalho, juntamos o que foi possível e fomos até a família oferecer apoio. Levei meus filhos, para que brincassem com os meninos e entendessem aquela realidade. Foi um momento de muito aprendizado para nós. A experiência mostrou que podemos transformar vidas, mesmo com gestos simples.

Outra visita marcante foi aquela em que eu e um colega chegamos a uma residência à tardinha, depois de um dia longo e cansativo. Encontramos uma bebê de apenas cinco dias, debaixo de uma mangueira, vestida só com uma fralda. A mãe não tinha condições financeiras nem apoio para cuidar da filha, a sua sexta criança. Soprava um vento frio e aquela cena me causou um aperto no coração. Segurei a criança e pensei: “Meu Deus, será que devemos levar essa bebê para casa?”

Foi um momento de muita angústia e impotência. Ali, mais uma vez, percebi que o trabalho de campo vai muito além de relatórios, dados e visitas técnicas. Ele nos coloca frente a frente com realidades duras, que mexem com nossas emoções, valores e limites, e nos fazem refletir sobre o nosso papel como profissionais e como seres humanos. Muitas vezes, o maior desafio não é técnico, mas emocional — é saber lidar com aquilo que toca profundamente o coração.

Sua família trocou São Paulo pelo campo em Canaã nos anos 90.

Seu trabalho leva conhecimento técnico ao pequeno produtor rural.

Na Emater, ajuda mulheres agricultoras a ter acesso a crédito, contribuindo para sua autonomia.

Inspira-se na colega Suzana da Emater, pioneira de Canaã, na dedicação ao diálogo com produtores.



**Terezinha de Oliveira Borges**, motorista de caminhão fora da estrada

## A 6 metros do chão, a fé acelera a vida

Sou de Curionópolis, mas vivi a maior parte da vida entre Parauapebas e Canaã. Tenho 38 anos e dediquei dez deles a cuidar dos meus pais. Quando meu pai e minha mãe faleceram, em novembro de 2017 e abril de 2018, minha situação ficou muito difícil. Fiquei sem emprego, sem casa pra morar e com quatro filhos pra criar.

Sempre acreditei em Deus. Três dias depois da minha mãe falecer, consegui ser contratada como auxiliar de serviços gerais na escola da Vila Planalto, onde moro. Trabalhei com dedicação por quatro anos, mas sempre pedia ao Senhor uma direção. Queria dar o melhor para os meus filhos. Quando soube que a Vale estava contratando, não tive dúvidas: me inscrevi.

Na entrevista, disseram que eu era muito positiva, mas acabei eliminada depois de algumas provas. Fiquei triste, mas não desisti. Dias depois, de madrugada, abri o email e reli aquelas palavras que me diziam não. Disse a mim mesma: “Ô Jesus, essa vaga ainda vai ser minha.” Naquela mesma manhã, recebi uma ligação: “Terezinha, você ainda aceita fazer parte do processo seletivo?”

**“Quando estou dirigindo na mina, esqueço de tudo. Somos só eu, Deus e o caminhão.”**

Eu sempre amei dirigir e queria ter a profissão de motorista. Tirei carteira há 13 anos, mas só pilotava moto; quase não tinha experiência com carros. Na entrevista, falei a verdade. Deus colocou pessoas maravilhosas que me ensinaram, pegaram na minha mão e disseram: “Você vai conseguir.” É claro que também teve gente dizendo que eu não seria contratada. Sou morena e ainda existe preconceito nesse mundo. Mas nunca deixei essas opiniões negativas me deixarem pra baixo. Consegui vencer.

Hoje, faço parte da mineração. Estudei seis meses no Senai para operar o caminhão. Eu amo meu trabalho. Quando estou dirigindo na mina, esqueço de tudo. Somos só eu, Deus e o caminhão.

Aqui na Mina do Sossego temos dois tipos de caminhões: o 793, que transporta 240 toneladas, e nós chamamos de “bodão”. E o 785, que leva 140 toneladas – o “bodinho”. No primeiro dia de trabalho, senti um frio na barriga. O caminhão é bastante seguro, mas tem 6 metros e meio de altura – eu preciso usar uma escada para acessar a cabine. Subi os degraus chorando. Para mim, uma menina de família humilde, foi uma grande conquista. Cheguei em casa, agradeci a Deus e pedi: “Senhor, mostre isso aos meus pais, para que eles tenham orgulho da filha deles.”

Eu trabalho três dias por semana. Quando chego na mina, respondo o “prontidão”, um teste para saber se estou bem. Depois, recebemos um informe sobre as condições da mina no dia. Seguimos para a sala de apoio, para colocar colete, capacete, óculos e luvas. Passamos até 10 minutos fazendo a inspeção do caminhão. Se estiver tudo bem, subo a escada, entro na cabine, e faço um check-in eletrônico: coloco a matrícula no tablet e passo o meu crachá. Só então posso ligar o motor.

Neste trabalho, a gente tem de ter muita atenção no que faz. O que eu não sei, pergunto. Se tiver dúvida, não faço. Somos umas 60 mulheres na operação de caminhões, tratores e máquinas e todas são guerreiras. Antes, era um ambiente muito masculino, mas a empresa abriu espaço para as mulheres. Foi uma oportunidade maravilhosa.

Todos os meus quatro filhos moram comigo e é muito bom. Um deles também trabalha em mineração, como ajudante, e minha filha fez prova há pouco tempo para ser jovem aprendiz na mesma área. Tenho um neto e espero a chegada do segundo.

Quando meus pais morreram, me chamaram para ir para Parauapebas e eu não quis. Eu disse: “Deus vai me abençoar neste lugar.” E foi aqui, realmente, que eu me encontrei, conquistei o trabalho que amo e construí minha casa. Eu amo Canaã.

Dirige um caminhão de 6,5 metros de altura, capaz de transportar até 240 toneladas de minério.

Cerca de 60 mulheres operam máquinas pesadas na Mina do Sossego.

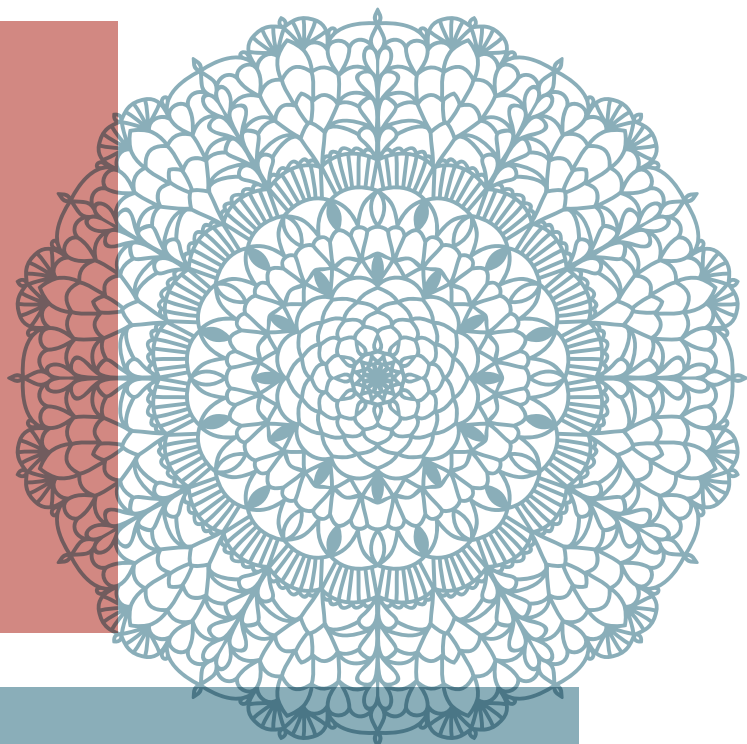
Enfrentou preconceito sem se abater.

Adora morar com seus quatro filhos.



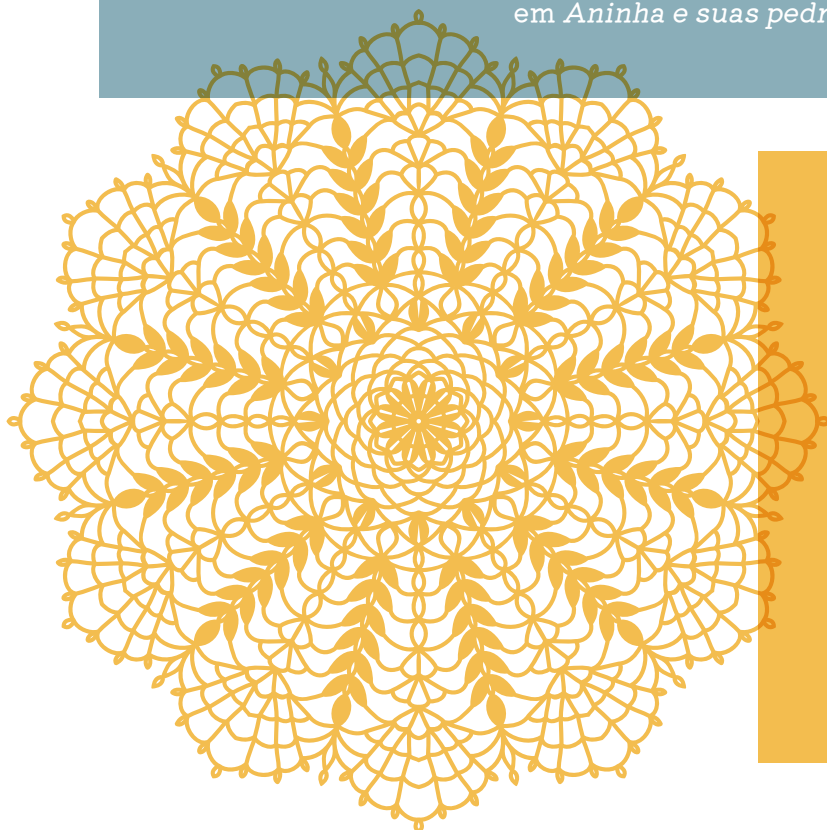
“Eu sou aquela mulher  
a quem o tempo  
muito ensinou.  
Ensinou a amar a vida.  
Não desistir da luta.  
Recomeçar na derrota”.

Cora Coralina,  
em *Ofertas de Aninha (Aos Moços)*



“Recria tua vida, sempre, sempre.  
Remove pedras e planta roseiras e faz doces. Recomeça.”

Cora Coralina,  
em *Aninha e suas pedras*



“Eu fêmea-matriz.  
Eu força-motriz.  
Eu-mulher  
abrigo da semente  
moto-contínuo  
do mundo.”

Conceição Evaristo,  
em *Eu-mulher*



A ideia nasceu em 2025, durante a preparação do II Seminário Cidades Seguras para Mulheres. Em uma das muitas conversas com Maria Pereira, Mariana Sabadini e muitas integrantes da equipe da SEMMJU, ao lado de Silvia Cunha e Ana Melo, da Vale Metais Básicos, surgiu a inspiração: e se, em vez de discutirmos apenas indicadores de violência, reuníssemos um grupo de mulheres para falar sobre como enfrentam a vida, equilibrando o trabalho e o cuidado da família? E se mostrássemos que essas mulheres são uma força que constrói Canaã dos Carajás?

O resultado foi um painel vibrante, que emocionou os participantes do seminário, e deu origem aos 17 depoimentos deste livro. São retratos de mulheres que tiveram a coragem de migrar e, dedicadas aos seus ofícios, labutam diariamente por seus negócios, no campo e na cidade. Acima de tudo, são mulheres que têm orgulho de suas trajetórias, dos seus tropeços e conquistas. Histórias corajosas e surpreendentes, por vezes engraçadas, por vezes dramáticas, mas sempre reais. Narrativas que representam, em grande medida, as mulheres que constroem Canaã neste exato momento.

São elas que, cada vez mais, nos aproximam de um futuro em que mulheres possam viver e prosperar em liberdade e segurança. Uma cidade segura para mulheres se constrói, sim, com equipamentos e políticas capazes de acolher e assistir vítimas de violência doméstica e sexual. Mas constrói-se, sobretudo, com valorização e reconhecimento. Reconhecimento daquelas que apoiam e incentivam outras mulheres; que afirmam sua presença no mercado de trabalho e no empreendedorismo; que conciliam múltiplas jornadas e, ao mesmo tempo, constituem suas famílias e a própria história da cidade.

O talento da jornalista Anabela Paiva e a dedicação da pesquisadora Bruna Sotero transformaram os depoimentos da mesa-redonda em textos autorais consistentes e informativos, sem perder a emoção, a espontaneidade e a personalidade de cada perfil. As ilustrações, por sua vez, destacam aspectos essenciais da trajetória de cada entrevistada, ampliando ainda mais a força dessas narrativas.

Assim, este livro surpreende, na mesma medida em que Canaã dos Carajás surpreende quem entra na cidade e se aventura a conhecer a sua diversidade.

Entrem. Abram o livro.

*Silvia Ramos*

Parceria



Apoio



Realização

