



# Escrever se torna recurso para manter o equilíbrio na quarentena

O texto a seguir foi pinçado do Diário do Isolamento, que está sendo escrito pela professora Cynthia Rachel Esperança, 36 anos

**Gilberto Amendola, O Estado de S.Paulo**

01 de junho de 2020 | 05h00

“13/4 – Dia de terror! Mercado, hortifrúti, farmácia... aglomeração. As pessoas não estão levando o vírus à sério. Enfim, hoje eu saí de máscara. Tá difícil encarar as ruas sem proteção. Mas, o pior de tudo é a volta das compras. Eu queria ter uma máquina de lavar compras. Só isso. É uma maratona de higienização que cansa... muito. Ah, hoje faz um mês que a quarentena começou. Falta um mês para o meu aniversário.”

O texto aí de cima foi pinçado do Diário do Isolamento, que está sendo escrito pela professora Cynthia Rachel Esperança, 36 anos. “É relatar para

não surtar. Estamos vivendo um período em que não podemos fazer as coisas simples da vida. Se alguém tosse do meu lado, tenho vontade de chorar. Tudo isso é um impulso para escrever. Tento transformar fatos dolorosos e tristes em algo engraçado”, disse.

Assim como Cynthia, muitas pessoas voltaram a escrever diários durante a pandemia da covid-19. Em alguns casos, trata-se do velho e simpático caderno de anotações, escrito à mão, resistindo ao lado da cama ou escondido dentro de gavetas. Mas, na maioria das vezes, os diários da quarentena estão disponíveis para o julgamento público, em páginas de Facebook, Instagram e outras redes sociais.

A doutora em escrita criativa e escritora Julie Fank aponta que em épocas de crise ou guerras as pessoas costumam recorrer aos diários – como uma tentativa de deixar uma marca. “Vem da necessidade de se inscrever no mundo, um marco de individualidade e, ao mesmo tempo, de pertencimento à sociedade. As pessoas usam uma moldura artística na própria vida com medo de colapsarem psicologicamente”, afirma.

Julie também explica as diferenças entre os diários do passado e aqueles forjados agora, em meio à pandemia: “Os diários tinham um caráter testamentário. Era algo que, imaginava-se, só seria lido depois da morte do autor. Hoje, ao contrário, os diários são escritos para reafirmar a vida”.

Miriane Peregrino, 39 anos, é coordenadora do projeto Literatura Comunica!, que atua no incentivo à leitura e na difusão de obras literárias na comunidade da Maré, no Rio de Janeiro. No início do ano, com a

pandemia, o jornal literário produzido pelo coletivo abriu espaço para o chamado Diários da Emergência Covid-19. “Escrever e produzir tem a ver com saúde mental, com nosso estado emocional. Criamos uma comunidade afetiva em torno dessa experiência de escrever um diário”, conta.

Um dos participantes do Diários da Emergência Covid-19 é o estudante Carlos Alberto dos Santos Gonçalves, 29 anos. “O meu diário fala das minhas experiências no conjunto de favelas da Maré. Por exemplo, conto do meu aniversário que comemorei por zoom (aplicativo); sobre o pastor da igreja perto de casa que pedia para as pessoas não ficarem em casa; histórias de moradores que estão cortando o cabelo na calçada, de máscara.”

A própria Miriane, que está fazendo pós-doutorado na Alemanha, também mantém um diário. Nele, descreve suas experiências em um país estrangeiro em meio ao isolamento: “19 de março de 2020 – A chanceler alemã Angela Merkel acabou de falar que o **coronavírus** é o maior desafio do país desde a **Segunda Guerra Mundial**. Eu penso que é uma Terceira Guerra, com um inimigo comum atacando o mundo todo. Acho que o meu ‘plot twist’ com o coronavírus rolou quando vi uma placa de

‘proibido apertar as mãos’ na mesa de um banco, no último dia 6. ‘Wir begrüßen Sie mit Herz – nicht mit der Hand’ fui digitando no celular para procurar a tradução na internet”.

Ordem no caos. Uma das justificativas recorrentes de quem se entregou ao exercício de escrever um diário é o de colocar ordem no caos. “É uma tentativa de construir um significado neste contexto, estabelecer uma certa rotina e não se perder em uma bad vibe”, disse a professora Mariana Duccini, 40 anos. Mariana, que tem um diário à moda antiga, um caderninho vermelho, afirma que não se impõe regras para a escrita. “Não tenho pretensões, vou no ritmo das minhas necessidades subjetivas”, completou.

Sentimento parecido move o VJ Spetto, 45 anos. Ele começou o seu diário no Facebook para “marcar os dias da quarentena”. “Nasceu da necessidade de marcar uma rotina, ordenar os dias. Como eles (os dias) são muito parecidos, às vezes fica difícil arrumar assunto”, conta. “O curioso é que muita gente se identifica com reflexões totalmente pessoais”, disse.

Botas Caterpillar

Identificação também é o que tem provocado o diário de Ricardo Gaspar, dono de uma agência de cicloturismo. “Tive coronavírus, fiquei em casa 14 dias, mas tento tirar situações engraçadas da minha rotina na pandemia. Meu diário é baseado no filme A Vida é Bela, em que o personagem tenta passar por todo aquele horror da melhor maneira possível.”

Os diários da quarentena nem sempre são exatamente diários. O dramaturgo e escritor **Mario Bortolotto**, 57 anos, tem se dedicado, entre outras coisas, a uma espécie de álbum de recordações. Em seu Instagram, ele tem postado fotos de um passado recente, brindando com amigos, em

mesas de bar. “Tem sobrado bastante tempo para escrever. Estou escrevendo um romance sobre solidão, uma peça de teatro... Acho que nesse momento as pessoas estão reavaliando, lembrando tudo o que já aconteceu com elas. Claro, lembrar das besteiras que fez nem sempre é bom”, observou.

Além de imagens, um diário pode ser menos descritivo e mais poético. É o caso do diário da poetisa e pedagoga Cláudia Vetter, 29 anos. “Meu diário aflorou da necessidade de dizer coisas que estavam engasgadas, uma forma de desafogar. Nossos pensamentos importam nesse momento”, disse. Em um dos poemas de seu diário, Cláudia diz: “É difícil se manter por inteiro quando a inconstância é a única certeza do momento”.

## NOTÍCIAS RELACIONADAS

[Curador do Jabuti renuncia depois de críticas por compartilhamento de informações falsas](#)

[Murilo Melo Filho, acadêmico e jornalista, morre aos 91 anos](#)

[Feira do Livro de Frankfurt mantém edição 2020, anunciada para outubro](#)

## MAIS NA WEB



**Médico Revela: É por Isso Que Você Tem Menos Virilidade Depois dos 50**

Dr. Julio Benevides



**Vida independente para idosos pode ser maravilhosa**  
**Veja estas casas de repouso**

Senior Living | Sponsored Listings



**"Acordei e não conseguia me mexer" Esposa revela como se libertou das dores nas juntas com**

Be Your Future