

Especial

Um mundo à parte



Uma boa história tem o poder de transportar o leitor para outro cenário, com sensações e emoções alheias ao mundo real. A psicóloga Marina Caricatti, 27 anos, que o diga. Ela intensificou o volume de leituras na pandemia como forma de lidar com um denominador comum para muita gente: a ansiedade. Por ter asma, tinha muito medo da doença. A solução foi enxergar o tempo em casa como aliado, por mais que parecesse o contrário.

Em uma rede social, Marina passou a acompanhar uma conta que produzia conteúdo sobre livros. As lives de leitura a incentivaram a dedicar mais tempo aos títulos que estavam parados na estante ou na fila de espera no Kindle. E, se antes se contentava com 10 minutinhos lendo, a animação virou tanta que ela dobrou, triplicou esse tempo. Persistiu tanto que, em 2020, terminou 40 livros.

O hobby serviu de escape. “Lembro que reli todos os livros do Harry Potter, coisa que havia feito ainda criança, e foi acolhedor. A leitura virou hábito e ajudou na saúde mental”, conta. Um dos exemplares que mais gostou foi *O Jardim Secreto*, do inglês Frances Hodgson Burnett, sugestão de uma amiga.

Ela encontrou ainda mais estímulo em clubes de leitura on-line. Na Twitch, serviço de streaming de vídeo ao vivo, Marina recebeu e se fez apoio de outros leitores. Em alguns grupos, a proposta era de leitura conjunta, com um “livro do mês”, cujo enredo e aprendizados eram comentados depois.



Ler serviu de escape para a psicóloga Marina Caricatti na pandemia. Hoje, ela participa de clubes e segue com o ritmo de leituras

Outros, em lives com várias horas de duração, usuários se reuniam simplesmente para ler. “Nessas transmissões, as pessoas vão cada uma com seu livro e, todas concentradas e em silêncio, seguem com suas leituras ou outra tarefa que estão executando”, esclarece. Até hoje ela usa da companhia remota das pessoas que entram na Twitch para focar nos estudos ou fazer algo relacionado ao trabalho. “Ajuda na atenção, porque você vê as outras pessoas também muito centradas”, diz.

Atualmente, Marina mantém o ritmo de leituras como os do período pandêmico, mas não nega que tem sido mais difícil por causa das demandas do trabalho. Ela tenta, assim, compensar as páginas que não foram cumpridas ao longo da semana no domingo, dia mais tranquilo.

Entrevista / Juliana Valentim

Uma poesia para cada dia

