

Capítulo 4

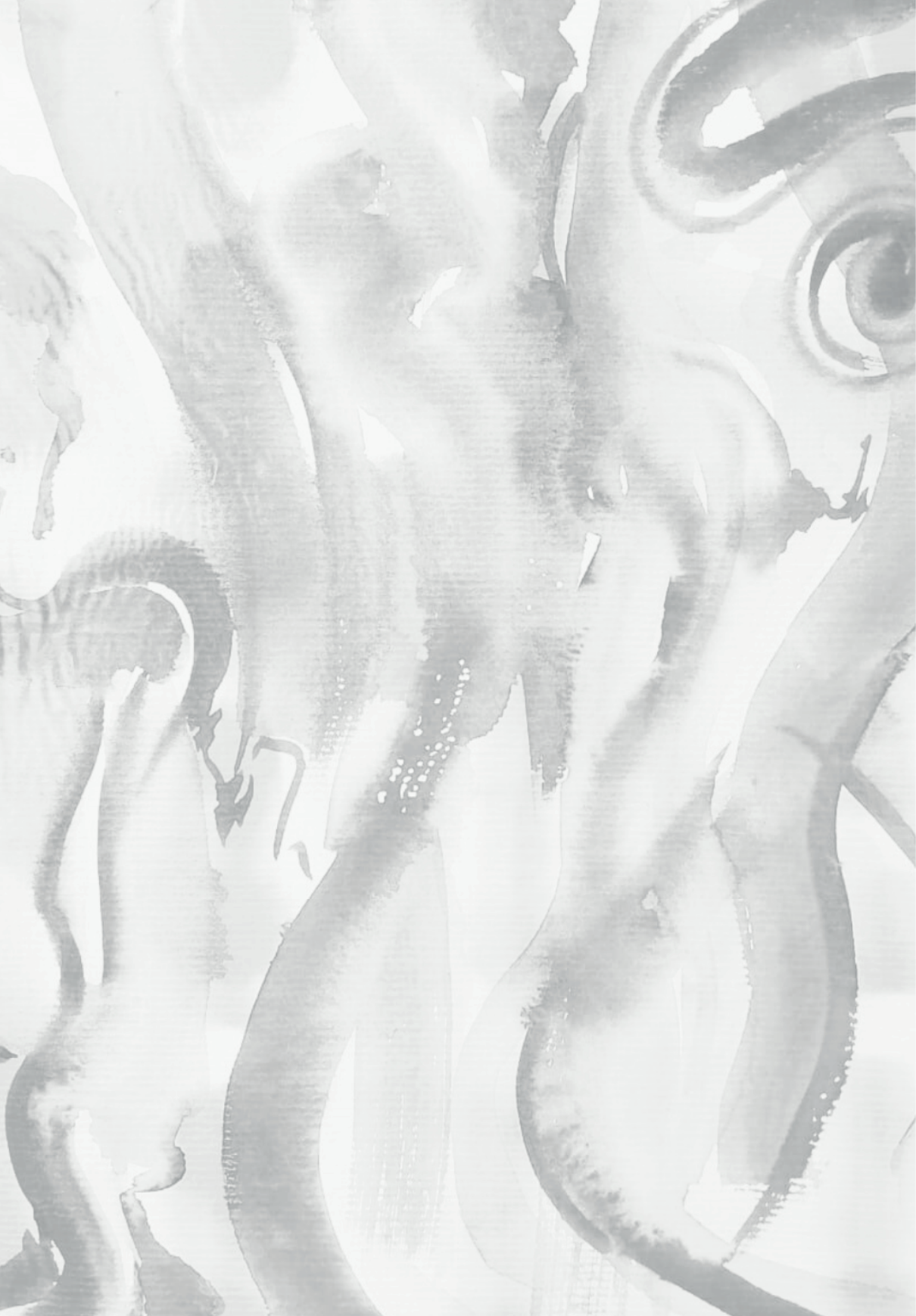
SONHOS... ENERGIA PARA UMA TRAJETÓRIA DE SUPERAÇÃO

Andréa Jansen da Silva (CBNB)



"Aprendi que coragem não é ausência de medo, mas o triunfo sobre ele. O Homem corajoso não é aquele que não sente medo, mas o que conquista esse medo."

Nelson Mandela



SONHOS... ENERGIA PARA UMA TRAJETÓRIA DE SUPERAÇÃO

Neste memorial descritivo apresento a minha trajetória de vida e acadêmica em ordem cronológica, até a presente data. Em tal relato, procuro destacar os elementos correlacionados à construção da minha vida profissional e à minha área de atuação.

Início este memorial relembando minha infância e família. Meu pai um grande homem, excelente pai e profissional, ele foi referência como mestre de obras. Minha magnífica mãe dona de casa e que trabalhava, de forma autônoma, com vendas e sempre cuidou de mim e do meu irmão de maneira exemplar e com muito amor.

Minha infância foi marcada pelo amor dos meus pais comigo e com meu irmão. Sempre vi meu pai como um grande herói, referência profissional, dedicado e um exemplo no trabalho... lembro que os engenheiros sempre buscavam a opinião do meu pai. Minha mãe, sempre esteve conosco, referência na educação e apoio integral, super mãe e guerreira.

Minha primeira escola foi Jardim de Infância Chapéuzinho Vermelho que cursei o maternal. A segunda escola foi o Centro Educacional Rakel Rechuem que cursei do jardim ao antigo 1º grau (fundamental II), ambas em Mesquita cidade que eu morava. A terceira escola foi Colégio Data Center, rede MV1, cursei o ensino médio, localizado na cidade próxima, em Nova Iguaçu.

Estudei no ensino fundamental no Colégio Rakel Rechuem, local onde pude desenvolver e descobrir tanto habilidades cognitivas, motoras e sociais. Eu que sempre amei realizar esportes, participei das equipes esportivas internas e também de competições externas, como o Intercolegial para representar o Colégio. Além do esporte, a maior descoberta foi que poderia sonhar e principalmente lutar pelo meus sonhos através da Educação e do meu empenho nos estudos, que assim como no esporte eu poderia ultrapassar grandes barreiras. Lembro que eu e meus amigos, Andreia e Anderson, sempre alternávamos entre os três primeiros alunos da classe. Sempre amei estudar, e nesta fase de criança, minha mãe já admirava as “experiências científicas” que eu fazia em nosso quintal.

No ensino médio, eu estudei no Colégio Data Center Rede MV1, que era formação geral e técnica de processamento de dados, as aulas eram o dia todo. Nessa fase, eu deixei de ser atleta amadora de natação para me

dedicar aos estudos, e focar no sonho de cursar uma Universidade. Sempre gostei muito de matemática, e após as aulas eu ajudava meus amigos nas dúvidas das exatas, pensei em fazer informática na graduação, mas após a apresentação do trabalho do meu grupo na feira de ciências, com a temática “A importância da Vida Saudável na Saúde” e também do incentivo que tive de excelentes professores de Educação Física, os quais me falaram das potencialidades da área. Percebi que o que eu realmente gostava era de ensinar pessoas e de cuidar das pessoas através do exercício físico, pois sempre vi a Educação Física mais ampla, não só movimento pelo movimento e sim, o seu poder de transformar vida de pessoas.

Minha graduação em Educação Física, foi na Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), como passei no 2º semestre decidi trabalhar em casa como explicadora. Ensinava da antiga Classe de Alfabetização (CA), o 1º ano do ensino fundamental até o Ensino Médio. Mesmo quando iniciei as aulas na Universidade continuei trabalhando a noite com os meus alunos, de 19:00 às 21:00, pois os responsáveis dos alunos insistiram muito para que permanecessemos juntos e tivemos muitos êxitos. Na UFRRJ pude vivenciar em minha formação uma Licenciatura forte, crítica, estimuladora e aproveitei a oportunidade de tantas disciplinas de Psicologia para agregar meu conhecimento na área, contribuindo assim para que eu pudesse fazer a diferença na vida das pessoas.

Ainda na graduação, na UFRRJ, eu buscava aproveitar todas as oportunidades, desde a participação em projetos científicos como o Projeto Aqua Rural, realização de estágios em academias e principalmente na minha dedicação nas disciplinas. Ainda como discente participei de uma das grandes experiências na Universidade, com o professor de Avaliação Funcional, Prof. Paulo Carnaval fui membro da equipe de avaliação física do Concurso Público da Companhia Municipal de Limpeza Urbana (COMLURB) com mais de 50.000 pessoas. Além dos diversos congressos científicos.

Quando finalizei a graduação, eu tive oportunidade de atuar em Academias e Escolas, Ricarda Leon e CIEP, através do contrato no Governo do Estado. Segui também com experiências na área de Esporte e lazer, através do convite da Assistência Social da Prefeitura Municipal de Mesquita para atuar no Programa 2º Tempo, que através de parceria com a comunidade tivemos um local para uma sede do nosso núcleo, que guardávamos os lanches dos alunos, além de todos os materiais esportivos e de reunião para

a equipe, em 2006.

Em 2007, um amigo me informou que haveria uma prova para entrada no grupo de estudos de Treinamento de Força da Escola de Educação Física e Desportos (EEFD) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Fiz a prova e consegui a aprovação. Iniciei no grupo de estudos para aprender e a realizar pesquisas, esse foi o meu primeiro sonho na UFRJ. Porém, o que eu queria estudar/pesquisar, o qual foi objeto de estudo em minha Pós- Graduação, reabilitação cardíaca com ênfase no exercício físico, não tinha na EEFD. Eu precisaria de atuar em algum local que eu pudesse realizar coleta de dados com o público específico.

Até que consegui fazer um estágio profissionalizante e contribui na equipe multidisciplinar na área de reabilitação cardíaca do Hospital, Instituto Estadual Aloísio de Castro (IECAC) que foi primeiro Centro de Reabilitação Cardíaca do Brasil. Local este, que pude aprender muito com o Dr. Salvador Serra, que para minha surpresa recebi o convite para minha contratação no IECAC, porém naquela época, a Educação Física, estava vinculada somente a área de Educação e não a de Saúde, desta forma não pude ser contratada. Fiquei imensamente honrada pelo convite. O meu estágio profissionalizante aconteceu de 2007 a 2009.

Ainda em 2007, fui convidada pelo prefeito da cidade de Mesquita para atuar como Diretora de Turismo, Esporte e Lazer. Era um grande desafio. Como sempre fui apaixonada pela gestão e pelo fato de que eu também poderia contribuir para a minha cidade, aceitei de pronto o convite. As ações da Secretaria de Cultura, Turismo, Esporte e Lazer eram diversas e extensas. Minhas atribuições junto ao secretário e a minha equipe de gestões diversas áreas, desde planejar o Esporte e Lazer de forma macro, para todos o público da Cidade... crianças, jovens e adultos, incluindo atendimento de educação esportiva para público com necessidades especiais educacionais.

Atendíamos a população com as atividades centrais, no antigo parque de eventos, local que se encontrava a Diretoria de Esporte e Lazer, também disseminávamos o esporte e lazer para os bairros da cidade, com programas específicos como o Segundo Tempo e o Esporte e Lazer na Cidade. A organização das atividades esportivas eram planejadas para atender ao públicos diariamente nos turnos manhã, tarde e noite. Além das atividades, eventos, e projetos que aconteciam em períodos específicos como: projeto de colônia de férias; competições

esportivas, apoio aos eventos de clubes de futebol da cidade, entre outras parcerias. Atuação como diretora de esportes ocorreu de 2007-2008.

Nesse período, meu pai teve um câncer, inicialmente em 2008, período o qual dei total apoio, cuidado e com muita alegria fiz a reabilitação do meu pai. Nesta fase, o câncer foi benigno. Já em 2010, o câncer veio avassalador, pois era maligno, meu pai passou novamente por algumas cirurgias e ficou internado por longos 94 dias. Eu alternava com minha mãe no Hospital para cuidar dele, minha mãe foi uma guerreira incrível. Nos finais de semana e levava meu material de estudo para o hospital e quando dava, eu estudava nos intervalos dos cuidados ao meu pai, para realizar meu processo seletivo para o Mestrado. Eu tive a oportunidade e benção de ser aprovada no Mestrado da EEFD/UFRJ em 2010, e pude falar isso para meu pai em vida. Esse foi o segundo sonho realizado na UFRJ.

No meu mestrado, eu ainda precisava trabalhar muito para realizar o sonho dos estudos, atuava em academias e na área de segurança pública, como Diretora de Ensino da Guarda Municipal de Mesquita. Na Diretoria de Ensino tínhamos projetos internos específicos como Cursos de Formação, atividades de ensino e projetos educacionais em parceria com a Comunidade, Escolas e Abrigos. Realizávamos palestras, atividades teatrais, capacitações em primeiro socorros e etc. Além das atividades diárias de preparação física, ensino e instrução.

Nossa equipe da Guarda Municipal era preparada e capacitada, recordo-me do retorno de um treinamento, com uma parte da equipe no meu carro, quando avistei um pai desesperado com uma criança no colo, a mesma já estava desfalecida, pois estava engasgada, encatarrada e não respirava. Lembro que dei ré no carro e iniciamos o procedimento de reanimação e aspiração. Graças a Deus a criança vomitou e voltou a respirar ainda no carro, e prosseguímos para a emergência. Ficou tudo bem com a criança. Recordo-me que o prefeito da cidade nos concedeu uma menção honrosa. Atuação na Guarda de 2009-2010.

Nesse período do mestrado, de 2011 a 2013, consegui ser bolsita CAPES e juntamente com meu orientador do Laboratório de Treinamento de Força, realizamos um projeto para voluntários na Guarda Municipal e publiquei meu primeiro artigo científico internacional *Influence of Exercise Order on Repetition Performance with Low Intensity Resistance*. Ainda no período do mestrado, consegui autorização do Comando da Polícia Militar do Rio de

Janeiro para realizar projetos de Pesquisa na Centro de Formação e Aperfeiçoamento de Praças (CFAP) e na Academia da Polícia Militar, assim prossegui nas minhas coletas de dados e pesquisas.

Quando terminei o mestrado (2013) ingressei para o Laboratório de Biologia do Exercício, com novo orientador, com quem pude aprender muito mais da fisiologia, biologia molecular e estatística. Neste período, eu seguia estudando para uma oportunidade de seleção do Doutorado, na EEFD/UFRJ, porém a previsão era somente em 2016. Diante das minhas possibilidades de estudo, essa perspectiva de tempo era muito distante para mim. Eu não queria parar de estudar, mas também não havia condições de pagar um doutorado particular e meu sonho era em uma Universidade Pública, especificamente a UFRJ. Estudei muito, muito mesmo, obtive sempre a ajuda dos meus amigos do laboratório na compreensão dos artigos de fisiologia, para montar seminários e aprender experimentos. Em fevereiro de 2014, eu participei da seleção do Doutorado em Ciências (Fisiologia) no Instituto de Biofísica Carlos Chagas Filho, CAPES 7, de 19 pessoas na seleção, eu fui aprovada em 6º lugar, com bolsa CAPES e realizei o meu 3º sonho na UFRJ.

No Doutorado eu realmente aprendi a estudar, pois a minha base na Educação Física em fisiologia, biologia molecular e bioquímica era rasa. Nesta fase, eu aprendi a estudar com eficácia, adquirir muito conhecimento, venci os processos e as disciplinas pesadas pelas quais cursei. Tive a experiência de atuar como palestrante no I curso de Inverno de Fisiologia e como membro da comissão organizadora da 2ª edição do Curso de Inverno, a qual recebi uma menção honrosa. Neste período, mantive a parceria na Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro com um novo projeto de pesquisa. Ganhei menção honrosa na apresentação de pôster em inglês do meu trabalho no Congresso Pan Americano de Fisiologia.

Ainda no Doutorado, realizei o processo de seleção para prof. Substituto, o qual tive a honra de integrar o corpo docente da EEFD/UFRJ, meu 4º sonho realizado na UFRJ. Tive experiências como docente de fundamentos e aplicação pedagógica da ginástica, metodologia da pesquisa, introdução a metodologia científica e também em Educação Física Escolar. Foi magnífico preparar e ministrar disciplinas, além de rever e atualizar todo o conteúdo da minha graduação em licenciatura plena. Obtive experiências incríveis com meus alunos, realizei projetos de extensão e parceria com CIEP na maré. Tive oportunidade de atuar como coordenadora de Trabalho de Conclusão

de Curso na Graduação (Bacharelado) e conseguimos o êxito de ser o 1º curso do Centro de Ciências da Saúde a incluir os Trabalhos de Conclusão de Curso na plataforma Pantheon. Recebi uma menção honrosa da Direção da EEFD/UFRJ.

Em 2019, meu contrato de professora substituta na EEFD/UFRJ terminaria em julho, no mesmo mês, ingressei como docente na Faculdade Unilagos. Em paralelo, estava participando de um processo seletivo longo, de abril a agosto, para docente de Educação Física como Oficial Temporário da Força Aérea Brasileira. Nesse processo de seleção houveram 1926 inscritos para 2 vagas, fui aprovada em 1º lugar e ainda ficou uma vaga ociosa. Iniciava a realização de um 5º sonho... sonho de ser militar. Meu concurso como Oficial Temporário da Força Aérea Brasileira foi para o quadro de Magistério do Ensino Básico, além da docência, cumprimos as funções militares, de gestão, pedagógicas e administrativas.

Em 2019, no Estágio de Adaptação Militar pude vivenciar experiências incríveis em minha vida, uma Formação na qual temos que estudar muito e aprender sobre a vida na Caserna. Foram de 2 meses de Curso de Formação integral. Escolhi como nome de guerra meu sobrenome, Jansen. “Tenho muito orgulho de ser oficial e de pertencer a Força Aérea Brasileira, inicialmente como Aspirante ao oficialato, nos primeiros 6 meses, depois como 2º tenente até abril/2023 e a partir do dia 30 de abril de 2023, como 1º Tenente, Ten Jansen.

Desde outubro de 2019, faço parte da Organização Militar, Colégio Brigadeiro Newton Braga (CBNB), que é uma das Escolas Assistenciais da Força Aérea Brasileira. Tenho ações como docente militar em Educação Física ministrando aulas para o Fundamental I e II, e Ensino Médio, além de chefe da Seção de Educação Física, direcionado para as atividades de Educação Física militar e responsável pela gestão e aplicação do Teste de Aptidão e Condicionamento Físico para os militares da ativa.

No CBNB, tive ainda atuações de gestões pedagógicas e administrativas como: Representante de Disciplina (Coordenadora de Equipe) de Educação Física e de Coordenadora de Esportes, período de 2019 - 2022. Além de Chefe da Coordenação Pedagógica dos Cursos Preparatórios, Chefe da Coordenação do Curso Pré-Militar, Chefe da Coordenação do Curso Pré-Enem e Coordenadora do Programa de Formação e Fortalecimento de Valores, período de 2019 – 2021. Lembro com grande carinho, que eu (Ten

Jansen) e a Suboficial R1 Sônia, fomos as idealizadoras do Curso Pré-Enem (CPE), com ações sistemáticas e apoio direto ao aluno, pois anteriormente era um projeto e quando cheguei no Colégio o projeto havia finalizado. Além dos maravilhosos êxitos colhidos no Curso Pré-Militar (CPM), que na minha gestão, com atuação integrada da equipe e a parceria com os responsáveis, que davam suporte para a dedicação dos alunos. O CPM inicialmente tinha disciplinas somente para a EPCAR e implementamos com disciplinas para o Colégio Naval. Em 2021, o CPM teve diversos alunos aprovados na 1ª fase, prova escrita da EPCAR, inclusive tivemos o aluno 01 do Brasil era nosso aluno do curso e diversos alunos aprovados que ingressaram no Colégio Naval.

Sou uma profissional que ama lecionar e também ama a gestão. Recebi o convite da Diretoria de Ensino da Aeronáutica (DIRENS), órgão responsável pelas Escolas Assistenciais da Força Aérea Brasileira, para atuar como consultora Técnico-Pedagógica dos Cursos Preparatórios e durante a pandemia participei da coordenação das ações de implantação pela DIRENS da plataforma Microsoft Teams no Colégio Brigadeiro Newton Braga, no período de 2020-2021. Ainda no final de 2021, recebi o convite para atuar como coordenadora pedagógica e esportiva no Programa de Forças no Esporte (PROFESP) da Diretoria de Administração da Aeronáutica (DIRAD). Esse programa atende jovens de 10 a 17 anos com atividades esportivas, culturais, cívicas, de reforço escolar e apoio de equipe de assistência social e psicologia, às crianças e jovens das Escolas Públicas. Atuação de 2020 à 2021.

Em 2021, fui convidada a ser membro do corpo docente da Universidade da Força Aérea (UNIFA), no Programa de Pós-Graduação, Nível Mestrado em Desempenho Humano Operacional. Atuo desde esse período, como docente, orientadora/coorientadora e membro do colegiado. As linhas de pesquisas são direcionadas para as atividades finais das Forças Armadas, para os militares da Aeronáutica, do Exército ou da Marinha, pois o Programa tem a participação das três Forças Armadas para o desenvolvimento de pesquisas com foco no desempenho operacional.

Em 2022, fui convidada pela Comissão de Desportos da Aeronáutica (CDA) e o Comando Geral de Pessoal (COMGEP) para participar de um grupo de trabalho para reformulação da Norma Sistêmica do Comando da Aeronáutica 54-5, que versa sobre o Treinamento Físico Profissional Militar.

Além de amar lecionar, amo muito a pesquisa com a finalidade de

proporcionar algo benéfico ao público alvo. Sempre gostei muito de estudar e de me qualificar para atender com excelência meu “aluno” seja na escola, na academia, na residência, no hospital, em um projeto social ou dentro de uma Organização Militar. Em paralelo as pesquisas na UNIFA, que são específicas para o Desempenho Humano Operacional, também realizo a busca contínua através de pesquisas e qualificações constantes para atender e evoluir nos processos pedagógicos para meus os alunos do Fundamental I e II e Ensino Médio do CBNB.

Desde 2020 que participo do Grupo de Estudos e Pesquisas, Práticas e Saberes Docentes (GEPSAD) no CBNB, com a professora Pós-Doutora Jussara Cassiano Nascimento, idealizadora e coordenadora do grupo. Considero a Prof.^a Dr.^a Jussara uma grande mentora e incentivadora. Ela se destaca por sempre incentivar a qualificação contínua dos docentes do CBNB e das Escolas Assistenciais da Força Aérea Brasileira, através da busca pelo desenvolvimento de melhores práticas pedagógicas aos discentes. Em 2022, participei juntamente com o grupo de estudos de um Curso de Extensão em Formação Continuada em Educação Inclusiva. Esta formação contribuiu imensamente para nossos atendimentos no Colégio, tendo visto que atendemos uma grande parcela de estudantes do público alvo da educação especial. A formação foi excelente e agregou imensamente para minhas práticas pedagógicas, que inclusive resultou em um capítulo de livro. Em 2024, participei do Curso de Práticas inclusivas por meio do Plano Educacional Individualizado (PEI). Essa formação somou muito na elaboração do PEI para nossos alunos da Educação Especial.

Como docente do CBNB atendi e atendo diversos alunos da educação especial, com Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), entre outros. Em 2024 tive a oportunidade de lecionar para uma aluna com deficiência visual. Realizamos um trabalho lindo com ela, integramos a discente na turma e em minha disciplina de Educação Física pude realizar vivências com a turma e fazê-la participar das aulas. Após a avaliação diagnóstica elaboramos um PEI para que ela evoluísse nas questões que a Educação Física poderia proporcionar como coordenação motora, autonomia, aumento de força, equilíbrio e dinâmica de práticas pedagógicas inclusivas. Neste ano houve Olimpíadas e Paralimpíadas na França, além do planejamento pedagógico específico do Ensino Médio, as aulas foram

potencializadas com os esportes olímpicos e paralímpicos nas aulas, o que agregou um grande valor para toda a turma. As estratégias pedagógicas e dinâmicas de aulas foram elaboradas com muita sensibilidade para demonstrar aos alunos a importância de ser guia para pessoa com deficiência visual para a questão de segurança, de vivências diversificadas, comunicação e inclusão nas aulas de Educação Física. Em breve estarei publicando um artigo sobre essa prática. Ressalto que ter nossa aluna participando das aulas feliz foi muito gratificante, além de contribuir em sua vida e ver sua evolução e crescimento pessoal para toda a turma.

Em 2024, desenvolvi meu projeto de extensão e esportivo de handebol no CBNB. Projeto idealizado e coordenado por mim. Nesse projeto esportivo realizo treinos de handebol com os alunos do Ensino Médio e posteriormente a competição. Nesse ano realizamos a 3º edição da Copa Wagger de Handebol (CWH), projeto que envolvemos mais de 100 alunos, temos: uma comissão de alunos, times masculinos e times femininos. Além da torcida de alunos e ex-alunos. É uma maravilha contribuir com a formação dos valores morais e éticos dos alunos, através do esporte como socialização, cooperação, solidariedade, disciplina, espírito de equipe e entre outros. Tivemos 8 times no total, com 5 times masculinos e 3 times femininos. É muito impactante ver a participação das alunas como atletas e envolvidas na organização de times e da competição.

Após a Pandemia, em 2022, os professores de Educação Física voltaram a realizar as Olimpíadas Escolares do CBNB, evento de 5 dias com atividades para todos os segmentos do Colégio. Com atividades esportivas e lúdicas para fundamental I, fundamental II e ensino médio. Evento Esportivo maravilhoso para toda a Escola.

Atuo também na chefia da Seção de Educação Física (militar) e realizo ações administrativas, como a organização e logística, planejamento de nota de serviço e aplicação do Teste de Aptidão e Condicionamento Físico (TACF) e a gestão do CBNB no sistema de gerenciamento do teste físico para a Comissão de Desportos da Aeronáutica. Em 2024, após sugestão do meu Comandante, MB Marra. Idealizei e coordenei o projeto da 1ª Olimpíadas do Efetivo “Cel Guerreiro” do CBNB. Foi um evento magnífico, com a participação de “todo efetivo” do Colégio, militares e civis que teve como objetivo a integração e socialização de todo o CBNB através do Esporte. Tivemos diversas modalidades individuais e coletivas, sendo 4 olímpicas. O evento

com 4 equipes, representadas pelas cores da bandeira do Brasil fez uma homenagem em vida ao nosso querido Cel Guerreiro, que tanto contribui para o CBNB. Tivemos premiações de medalhas e a equipe campeã levantou o troféu da Olimpíadas do Efetivo “Cel Guerreiro” do CBNB.

O ano de 2024 foi muito intenso, desafiador e produtivo, além das ações na docência, pesquisa, extensão, projetos esportivos e competições no trabalho. Tenho muita gratidão por chegar a 1º Tenente da Força Aérea Brasileira e aproveitado as diversas oportunidades recebidas e por contrinuir aos discentes e FAB de diversas formas: no Ensino Básico com educação física inclusiva (fundamental I e II e ensino médio), projeto social (PROFESP), organização de eventos e projetos esportivos (Copa Wagger de Handebol e Olimpíadas Escolares), organização de evento para o efetivo CBNB (Olimpíadas do Efetivo “Cel Guerreiro” do CBNB), participação na elaboração e atualização de uma NSCA (Norma Sistemica do Comando da Aeronáutica) e na docência superior do Mestrado Profissional em Desempenho Humano Profissional da Universidade da Força Aérea (PPGDHO/UNIFA), como docente e pesquisadora.

Neste período, como orientadora no PPGDHO/UNIFA tive a honra de formar a minha primeira orientanda no Mestrado Profissional. Sua defesa do Mestrado ocorreu em outubro de 2023. Sigo na orientação de um segundo discente, que em 2025 faremos sua qualificação e defesa de Mestrado. É incrível participar da formação de um discente, vê-lo evoluir e somar positivamente na carreira e na vida dele. Encontros de orientações, muitas orientações em horários pós trabalho, participação com meus orientandos nas coletas de dados, participação com eles de palestras, seminários e simpósios, elaboração de resumos e artigos... principalmente apoio integral, através do incentivo e parceria sem soltar a mão do meu orientando. Relembro meus reais orientadores em minha caminhada acadêmica, o Prof. Dr. Jefferson Novaes, Prof. Dr. Renato Alvarenga (in memorian) e a incrível Prof.^a Dr.^a Denise Pires de Carvalho que na verdade foram grandes mentores que me apoiaram, acreditaram em mim e somaram muito em minha vida e na minha carreira. Aprendi que nesse caminho, tudo é ensinamento... nem sempre temos a oportunidade de termos um real orientador, mas Deus coloca anjos como presentes, que somam e transformam o caminho. Sou grata aos docentes e amigos que me ajudaram até aqui na minha vida. A alegria e a gratidão fomentam o que me move... os sonhos. Agora o desafio persiste em viver com saúde plena e seguir em busca da realização dos meus próximos sonhos.