

EMPREENDER PARA RECOMEÇAR: HISTÓRIAS DE MULHERES QUE TRANSFORMARAM SUAS PRÓPRIAS VIDAS

**EM MEIO A DESAFIOS EMOCIONAIS, SOCIAIS E
FINANCEIROS, MULHERES TRANSFORMAM TALENTOS
EM TRABALHO E REAFIRMAM SEU PROTAGONISMO**

♦ Renata Moraes ♦



Imagem: Danielly em seu trabalho de trançista, atendendo com o filho no colo. / Arquivo Pessoal

O empreendedorismo feminino no Brasil deixou de ser apenas uma alternativa à crise para se consolidar como um dos principais pilares de movimentação econômica e justiça social do país. Segundo dados recentes do Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae), o Brasil conta com mais de 10 milhões de mulheres à frente de seus próprios negócios, representando aproximadamente 34% do total de empreendedores. Por trás desses números estão histórias marcadas por superação, coragem e pela busca por independência financeira e dignidade.

Mesmo diante de desigualdades históricas, de preconceitos e da sobrecarga de responsabilidades domésticas e familiares, mulheres têm encontrado no trabalho autônomo uma forma de transformar suas próprias realidades. Seja por necessidade ou por vocação, o empreendedorismo tem permitido não apenas a geração de renda, mas também o fortalecimento da autoestima, da identidade e do protagonismo feminino.

Foi nesse contexto que Marta Aparecida de Sá, 38 anos, empreendedora e estagiária em uma cozinha-escola do restaurante Da Quebrada, encontrou na gastronomia um caminho de reconstrução pessoal e profissional. A decisão de empreender surgiu em um dos momentos mais difíceis de sua vida, marcado pelo luto e pela necessidade de reorganizar sua própria existência diante da dor e das incertezas.

Sem perspectivas claras, ela buscava uma forma de seguir em frente sem precisar retornar a ambientes que intensificassem seu sofrimento; ao mesmo tempo, as responsabilidades financeiras exigiam uma resposta imediata. “Senti que precisava tentar algo novo em que não precisasse me envolver diretamente com ninguém, pois estava em um processo de luto muito recente que me fazia querer estar afastada de tudo, mas as contas continuavam a chegar e a preocupação com isso estava me deixando desesperada”, relembra.

Foi nesse momento que encontrou uma possibilidade concreta de mudança: “Vi uma reportagem que me deu uma luz. Uniria algo que sempre gostei de fazer, que é cozinhar, com ganho financeiro. Eu me senti encorajada e decidi arriscar”.

A escolha pela gastronomia não foi apenas uma decisão prática, mas também um gesto de coragem diante do desconhecido. Transformar um talento em fonte de renda revelou-se um desafio maior do que imaginava. Sem experiência em vendas ou gestão, Marta enfrentou as dificuldades comuns a quem inicia um negócio sem estrutura ou apoio. “A maior dificuldade foi encontrar clientes. Eu sabia cozinhar, mas não sabia ‘vender meu peixe’. Muitas pessoas elogiavam, mas poucas consumiam financeiramente esse trabalho”, conta. A falta de retorno imediato trouxe frustração e insegurança, abalando sua confiança: “Isso foi me frustrando e me fazendo duvidar do meu potencial”.

O peso emocional dessa fase foi intenso. A possibilidade de retornar ao trabalho formal, embora representasse uma alternativa financeira, não significava segurança emocional. “Queria desistir e retornar ao trabalho com registro em carteira, mas entrava em crise de ansiedade só de imaginar ter que socializar e lidar com cobranças por metas”, revela. Ainda assim, em meio ao medo e às incertezas, ela encontrou forças para continuar, impulsionada pelo desejo de reconstruir sua própria vida.



Imagem: Arquivo Pessoal

Marta Aparecida de Sá, empreendedora e estagiária em uma cozinha-escola.

O PODER TRANSFORMADOR DO CONHECIMENTO

Um dos momentos decisivos dessa trajetória foi o acesso à qualificação profissional. Ao ingressar em cursos de gastronomia, Marta teve contato com um universo que ampliou sua visão sobre o próprio trabalho e suas possibilidades. “Não fazia ideia de quanto precisava desses cursos. Achei que era apenas um lugar que me ensinaria receitas novas, mas fui surpreendida por uma chef educadora negra, com várias técnicas de cozinha profissional, sobre as quais não fazia ideia da existência”, relata. O impacto foi imediato e transformador: “Minha mente explodiu de empolgação e interesse. Não mais pela culinária, mas pela gastronomia”.

Mais do que o aprendizado técnico, o contato com outras mulheres que haviam conquistado espaço na profissão teve um papel fundamental no fortalecimento de sua autoestima. Ao se reconhecer naquela realidade, Marta passou a acreditar em seu próprio potencial. “Quando vi uma mulher preta e periférica, real, bem-sucedida e feliz nessa área, meus medos começaram a desaparecer e deram lugar à vontade de conhecer cada vez mais, especializar-me e certifica-me”, afirma. Cada nova conquista passou a representar não apenas um avanço profissional, mas também um processo de reconstrução emocional: “Cada certificado tem sua gota de autoestima que aplico no meu negócio”.

Com o passar do tempo, o trabalho deixou de ser apenas uma forma de sobrevivência e passou a representar orgulho e realização pessoal. Para Marta, a independência conquistada carrega um significado que ultrapassa o aspecto financeiro. “É gratificante ver o retorno da persistência, para mim é motivo de orgulho. Sinto que cada vitória é coletiva, minha e das que vieram antes de mim”, diz.

Hoje, ao olhar para sua própria trajetória, ela reconhece quanto o conhecimento e a coragem foram fundamentais para transformar sua realidade. Sua história se tornou também uma fonte de inspiração para outras mulheres que

enfrentam desafios semelhantes. “Dê o passo que a vida lhe dará o caminho. Busque por especializações, elas elevarão sua autoestima. A educação conecta você com sua fé e com as possibilidades de uma vida melhor. Vá sem medo, desafie-se. De um jeito ou de outro, vai valer a pena”, conclui ela.

A história de Marta revela que o empreendedorismo feminino é, muitas vezes, um processo de reconstrução que começa internamente. Mais do que criar um negócio, ela reconstruiu sua confiança, sua identidade e sua esperança, reafirmando que o trabalho pode ser também um instrumento de cura, dignidade e transformação.

ENTRE TRANÇAS, FÉ E MATERNIDADE: UMA HISTÓRIA DE EMPREENDEDORISMO QUE TRANSFORMA VIDAS

Em meio aos desafios da maternidade e às exigências da vida cotidiana, muitas mulheres encontram no empreendedorismo uma forma de ressignificar suas próprias histórias. É nesse cenário que se constrói a trajetória de Danielly Monique Souza dos Santos, 26 anos, casada com Orlando Pinto Júnior, 28. Pais de Oliver, de 2 anos, e Maria, de 1 ano, o casal aguarda a chegada do terceiro filho. Entre fraldas, os cuidados com a casa e a família, Danielly encontrou na arte de trançar cabelos não apenas uma fonte de renda, mas um caminho de cura, propósito e realização.

A história de Danielly com as tranças começou em um momento delicado de sua vida, marcado por frustrações e desafios emocionais. Após não conseguir ingressar na faculdade como bolsista, ela enfrentou um período de depressão, ansiedade e síndrome do pânico. Foi nesse contexto que uma habilidade antes vista apenas como um conhecimento simples começou a ganhar novo significado.

“O meu trabalho como tranquista surgiu em um momento em que eu estava enfrentando depressão, ansiedade e pânico. Eu já tinha uma noção de trançar cabelo, mas era só uma noção mesmo, nada profissional”, relembra.



Danielly Monique seu esposo Orlando e os filhos Oliver e Maria.

O ponto de virada aconteceu durante o processo terapêutico, quando ela passou a enxergar essa habilidade como uma possibilidade concreta de recomeço. “No meio de uma sessão de terapia, surgiu o questionamento de por que não transformar algo que eu sabia em um negócio. Foi isso que me levantou e me ajudou a sair da depressão naquela época”, conta.

Mais do que uma profissão, o empreendedorismo tornou-se para Danielly uma expressão de sua fé e de seus valores pessoais, que hoje são pilares em sua caminhada. A espiritualidade é, segundo ela, a base que sustenta sua força diante das exigências de conciliar trabalho, maternidade e vida familiar. “A minha fé em Deus traz esse sustento mediante todas as dificuldades. Ela influencia tudo no nosso cotidiano, nas nossas escolhas, na maternidade, no trabalho e nas nossas relações”, afirma.

O EMPREENDEDORISMO COMO CAMINHO PARA CONCILIAR TRABALHO E MATERNIDADE

Mesmo diante do cansaço físico e emocional, intensificado pela gravidez e pelos cuidados com duas crianças pequenas, Danielly segue sustentada por uma convicção que nasce do amor e da responsabilidade. No empreendedorismo, ela encontrou não apenas uma forma

de trabalho, mas um caminho que lhe permite permanecer próxima, acompanhando de perto o crescimento dos filhos e respondendo às necessidades de cada momento. Entre desafios e renúncias é nessa presença que ela encontra força e sentido para continuar. “O que mais me motiva é a flexibilidade em poder estar mais disponível para as necessidades das crianças. Empreender é muito desafiador, mas a possibilidade de estar presente com os meus filhos é o que mais me impulsiona a continuar”, revela.

Embora sua renda não seja a principal fonte financeira da família, o trabalho contribui diretamente para melhorar a qualidade de vida do lar e possibilitar conquistas que antes não seriam possíveis. “O meu trabalho contribui para trazer mais conforto financeiro e para que a gente possa realizar coisas que só com a renda do meu marido não conseguiríamos. Isso traz satisfação para a nossa família”, explica.

Mais do que o retorno financeiro, Danielly destaca o impacto emocional e pessoal do empreendedorismo. Seu trabalho também se tornou uma forma de fortalecer outras mulheres, ajudando-as a se sentir mais confiantes e bonitas e, ao mesmo tempo, fortalecendo a si própria.

Ao olhar para sua trajetória, ela deixa uma mensagem de encorajamento, especialmente para outras mães que desejam conquistar sua independência: “Se você sonha em ter algo para si, faça, independentemente das dificuldades. Empreender é desafiador, mas também é muito prazeroso poder estar presente na vida dos filhos e, ao mesmo tempo, realizar-se como mulher. Passamos a reconhecer a nossa força e as mulheres que somos quando transformamos algo que amamos em um negócio”, afirma.

A trajetória de Danielly é um retrato do protagonismo feminino que nasce da resiliência, da fé e do amor. Entre tranças e cuidados com a família, ela constrói diariamente não apenas um negócio, mas também um legado de coragem e inspiração, mostrando que empreender, para muitas mulheres, é também um ato de reconstrução e esperança. ●