

DIOGO FARO

Ilustrações de
LEANDRO LASSMAR

PLANETA



2500

2200

1000

30

10



A VOZ
DE VÁRIAS
GERAÇÕES
NO TEMPO Z

**BOOK
SMILE**





Para o Zé, o Benjamim e o Miguel. Para a Clara, a Luísa e o Lourenço, a Madalena e a Leonor, o Quim, a Alice, o Quino e o Jorge, a Marieta e a Celeste, o Lourenço e a Luísa, o Guga e o Lucas.

Para a Júlia e o Henrique, para a Esperança, o Vasco, o Lourenço e a Luísa (são outros, não foi engano), a Maria e o Tomás, o Miguel e a Helena. Para a outra Maria, a Chica, a Leonor e o Bernardo.

Para o Chico, o Alexandre, ainda outra Maria, a Olívia, a Isabel e a Assunção, e para a Luísa ou Teresa (que há de vir, e ainda não tinha nome decidido aquando do fecho desta edição).

Para a Matilde e o Martim, o Mateus e o outro Martim, o Sebastião e a Olívia.

*Para todos os filhos, filhas e filhas dos meus amigos e amigas,
por quem nunca deixarei de tentar que isto seja
um sítio mais justo e mais bonito.*

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	7
ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS Bianca Castro	11
HABITAÇÃO Brito Guterres	21
ESQUERDA E DIREITA Daniela Cunha	35
RACISMO Andreia Galvão	45
XENOFOBIA Angélica Vedana	55
REDES SOCIAIS E IA Pedro Rei	67
VIOLÊNCIA SEXUAL ONLINE Inês Marinho ...	79
SAÚDE MENTAL Mourana Monteiro	89
ORIENTAÇÃO SEXUAL Kiko is hot (Francisco Soares)	105
IDENTIDADE DE GÉNERO Guadalupe Amaro ...	115
NÃO-MONOGAMIA E FAMÍLIAS NÃO-TRADICIONAIS Joana Brito Silva	125
FEMINISMO Sofia Marvão	139
MASCULINIDADE Manel Moreira	153
CONCLUSÃO O Fim do Princípio	171
AGRADECIMENTOS	175



O PRIMEIRO PASSO NO PLANETA Z

QUEM TEM CU TEM MEDO.

É uma expressão de que gosto muito. Mentiria se vos dissesse — como tantos aldrabões fazem em situações semelhantes — que sempre sonhei começar um livro assim. Não sonhei. Mas escorregou-me a expressão cérebro abaixo enquanto pensava em como começar isto e, não só achei graça, como achei adequada.

Ora, às vezes, pode dar-nos a impressão de que há gente sem cu, logo sem medo. Mas é realmente só impressão, porque toda a gente tem medo de alguma coisa. Medo do escuro, da morte, de sítios apertados, de alturas e de *youtubers*. Ou medo de andorinhas, répteis, ornitorrincos ou até gatos (não entendo como, visto que são lindos e incríveis, mas ok). Há quem tenha medo de coisas maiores, mas fora de nós, como das alterações climáticas, do fascismo ou do infinito (eu tenho um bocado — ponho-me a pensar no infinito do tempo e do espaço e dá-me logo um aperto no estômago). Ou medo de coisas que podem ser igualmente grandes, mas cá dentro, como o medo da solidão, da exclusão, de ser inferior, ou até apenas de ser igual porque a sua existência só faz sentido sentindo-se superior a outros (triste) — como diz o *meme*: é raro, mas acontece muito.

Acredito que muitos dos nossos medos se acalmam com informação, que a empatia (também) se desenvolve com conhecimento, com o chegar ao outro. E por isso gostava que este livro fosse uma ferramenta para isso, e um pouco mais além: que possa ser também conforto e inspiração.

Como não gosto de deixar créditos por mãos alheias, conto-vos já que a ideia base para isto veio da, agora minha editora, Filipa Casqueiro. Ligou-me e reunimos porque queria fazer um livro para jovens sobre temas emblemáticos, estruturais, da contemporaneidade. E tinha-se lembrado de mim por ter gostado muito do *Scroll*, um programa de que — não minto — tenho mesmo muito orgulho de ter apresentado na RTP2, em que em cada episódio moderava um conjunto de jovens, normalmente sem voz pública, a debater um tema que lhes era caro, ao longo de 3 temporadas (vida longa à RTP!).

Gostei muito da ideia base, mas disse-lhe que não faria muito sentido que o cerne da opinião sobre cada assunto fosse minha. Vejamos, eu sou um bacano de quase 40 anos (apesar de ser extremamente jovem — digo «bué», ainda ando de *skate* e tenho *TikTok*), branco, cisgénero e heterossexual. Não me faria sentido ser eu, pelo menos exclusivamente, a falar de racismo, identidade de género ou até de combate às alterações climáticas, quando eu às vezes ainda me engano na reciclagem.

Portanto, a minha ideia foi: ok, 'bora fazer isto, eu escolho os temas e em cada capítulo escolho também uma pessoa — com toda a propriedade sobre o assunto — para entrevistar. Faço sempre uma introdução e uma conclusão, porque já que o livro é escrito por mim quero também «meter o bedelho», mas quem brilha é a opinião do convidado (tal como no *Scroll*). Ideia fechada.

A escolha dos temas foi relativamente fácil. Difícil foi ter deixado alguns de fora. Acredito que ao lerem o livro hão de pensar

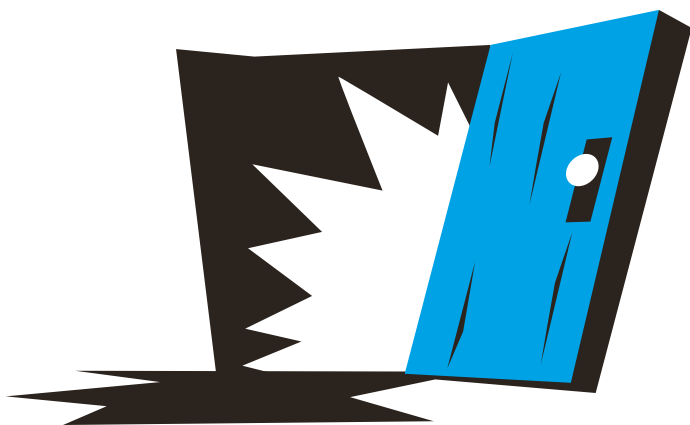
«falta um capítulo sobre isto» ou «era giro terem também falado daquilo». Mas não dava para todos os assuntos importantes, e também acho que não vos fica bem já se estarem a queixar (se for o caso). Leem estes e depois logo se vê.

Quanto aos entrevistados, convidei sempre pessoas que de alguma forma me são próximas. Isto, depois do primeiro critério (propriedade sobre o assunto) estar absolutamente cumprido, claro. E fi-lo assim porque queria essa proximidade, que as entrevistas fossem leves — mesmo nos assuntos mais complicados — e que isso passasse para quem nos lê. Se não tiver conseguido, enviem email a reclamar para a Filipa, se fazem favor.

Bem, posto isto, acho que já chega de vos explicar o que é este livro, visto que vocês são jovens espertos (estarem neste momento com um livro na mão não é automaticamente sinónimo disso, mas já é um excelente sinal).

Espero que gostem, porque quem tem cu tem medo, mas também pode ter coragem e vontade de criar um mundo melhor.

Vá, agora, andor, avancem para o primeiro tema.





ALTERAÇÕES
CLIMÁTICAS

DO QUE SE TRATA?

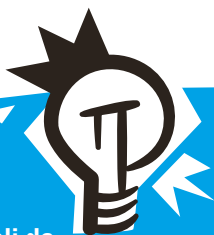
O mundo é complexo, acontecem muitas coisas ao mesmo tempo, talvez demasiadas. E claro que não se consegue dar a devida atenção a tudo. Mas parece-me que este é o assunto mais importante do nosso tempo, mesmo que qualquer modinha semanal do *TikTok* tenha mais atenção do que isto.

As alterações climáticas são, segundo a definição comum: variações dos padrões meteorológicos de longo prazo na Terra, como a temperatura, os níveis do mar e a precipitação. Portanto, antes que algum de vocês se arme em engraçadinho, não, não é chover num dia e fazer sol no seguinte. As alterações climáticas estão a destruir ecossistemas inteiros, a corroer o planeta de fora para dentro e a levar a humanidade — perdoem-me o dramatismo, mas é justificado — à extinção.

Mas falemos com quem sabe muito mais do que eu.

COM QUEM?

Chama-se Bianca Castro, tem 23 anos e é alentejana, ali da Costa Vicentina — o que diz ser relevante para a sua jornada no mundo da justiça climática. Estudou ciência, música, teatro e, mais tarde, no ano em que se mudou para Lisboa, foi uma das pessoas que fundou o *Friday's For Future Portugal* (movimento começado na Suécia por Greta Thunberg). E aí percebeu que esta era uma área que juntava a atividade política, algo que já fazia, com a parte científica de que sempre gostou. Desde aí que faz ativismo por justiça climática, tendo passado pela Greve Climática Estudantil, a Climáximo e a Green Peace Internacional, sendo agora uma das cofundadoras, da também organização global por justiça ambiental, Roots (@roots.people).



TEM A PALAVRA:

BIANCA CASTRO

**COMO É QUE DESPERTASTE PARA A GRAVIDADE DAS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS?**

Houve dois «clicks» diferentes. O primeiro foi gostar muito do parlamento dos jovens. Sempre me interessei muito por política. Além disso, o meu pai era ativista quando era novo, chegou a tocar com o Zeca Afonso. A minha mãe também sempre foi ativamente preocupada com os direitos dos animais, entre outras causas.

Depois, em 2019, fui à minha primeira COP (Conference of the Parties). Não sabia o que aquilo era. Mas foi quando comecei a ouvir histórias em primeira mão de malta na linha da frente. Não só sobre o combate às alterações climáticas, mas também à repressão governamental, do Estado e policial. E eu lembro-me de que voltei da COP e fiquei a saber que um amigo russo tinha sido preso por ter feito uma manifestação (em Moscovo) em que estavam apenas três pessoas e um cartaz. Foi um choque, e aí percebi: «ele está a ser preso por muito menos do que eu tenho feito, portanto, se eu tenho o privilégio, tenho o dever».

EU SEI QUE O TEMA É VASTO E COMPLEXO, MAS CONSEGUES RESUMIR O QUE ESTÁ A ACONTECER AO PLANETA?

[Risos nervosos.] Diogo.... hmmm.... está a entrar em colapso!
[Risos ainda mais nervosos.]



PRONTO, OBRIGADO POR TERES VINDO, ATÉ À PRÓXIMA.

Aahahah! Bom, nós sabemos — como está comprovado cientificamente — que, desde a revolução industrial, as emissões de gases com efeito de estufa continuam a aumentar em níveis sem precedentes. Sabemos também que o argumento de que é algo natural é totalmente desmantelado precisamente por aí. Esta foi a altura em que começou a exploração do norte global sobre o sul global e, por isso, na verdade, a raiz da crise climática está no colonialismo, no capitalismo e na escravidão.

QUAIS SÃO AS PRINCIPAIS MANIFESTAÇÕES DAS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS?

Recordes de temperatura quebrados, mês após mês. Ondas de calor, secas e incêndios devastadores cada vez mais frequentes; chuva intensa e cheias para as quais não há adaptação. A subida do nível do mar já nos engoliu território; e ao mesmo tempo as torneiras estão a secar e a água a ter de ser racionada. Com 1,2 °C de aumento global da temperatura, estamos na década a que chamamos de «década 0». Isto significa que, ou tudo muda na maneira como a sociedade e a economia estão organizadas, ou tudo muda nas condições materiais que conhecemos e em que vivemos. Também há consenso sobre ser preciso cortar 50% das emissões globais até 2030 — nós dizemos isto desde 2019 — e entretanto estamos em 2024, continuamos a caminhar para o colapso, e já estamos a ver os impactos da crise climática em todo o mundo.

QUE EFEITOS É QUE ESTAS MANIFESTAÇÕES TÊM TIDO?

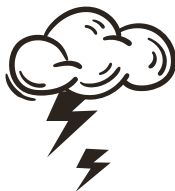
Recentemente, temos visto as cheias brutais no Paquistão, os incêndios gigantes na Argentina, Califórnia, Grécia, Portugal, as cheias também nas Filipinas e o aumento do número e intensidade dos furacões nas Caraíbas. São apenas alguns exemplos, e tudo isto vai ser cada vez mais normal. Há um *memé* dos *Simpsons* em que o Bart diz «é o dia mais quente da minha vida», e o Homer responde «é o verão mais frio do resto da tua vida». E é verdade. Nós estamos a quebrar recordes de temperatura dia após dia.

E QUE IMPACTO ESTÁ A TER DIRETAMENTE NA VIDA DAS PESSOAS?

Quando digo que sou ativista, não digo que sou ativista climática, é por justiça climática. O movimento tem sempre a palavra justiça, precisamente porque a justiça climática encara as alterações climáticas como um problema complexo e político de justiça social. E daí a importância da interseccionalidade da justiça climática, porque não falamos apenas dos fenómenos climáticos extremos mais visíveis, mas também de outras questões, como as dificuldades cada vez maiores na agricultura, e que estão a afetar a vida de comunidades inteiras.

HÁ MUITA GENTE QUE AS NEGA OU RELATIVIZA. PORQUÊ?

Quando começou o *Friday's For Future*, o que a Greta (Thunberg) mais dizia era «ouçam a ciência». Os argumentos de que as alterações climáticas não existem, ou que existem, mas são «normais» e não causadas pelo ser humano, são desmentidos pela ciência. Há consenso generalizado entre os cientistas climáticos no facto de as alterações climáticas serem causadas pelo ser humano.



O QUE É QUE OS GOVERNOS DO MUNDO, EM ESPECIAL O PORTUGUÊS, ESTÃO A FAZER PARA COMBATER AS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS?

Ao nível geral, podemos dizer que ninguém está a fazer o suficiente, especialmente os países do norte global que são quem mais devia estar a fazer, pelo histórico de exploração do sul global.

QUE SOLUÇÕES É QUE VOCÊS DEFENDEM NA PRÁTICA?

A justiça climática encara as alterações climáticas como um complexo problema político de justiça social. Temos de ter soluções que sejam não só redutoras de emissões, mas também inclusivas e que contribuam a todos os níveis para criar um mundo justo. Quando se fala na crise climática, muitas vezes fala-se em números, projeções, graus. Mas falar sobre a crise climática é falar sobre vidas e sobre direitos humanos básicos, como o direito à água, à habitação, à saúde. Tem que ver com pobreza energética, racismo, habitação, captura do poder pelas empresas, com paz. Todas estas lutas são lutas pela justiça climática, e implicam a transição de uma sociedade dominada pelos combustíveis fósseis e pelo lucro, para uma sociedade social e ecologicamente justa, virada para o interesse das pessoas.

Para travar a crise climática dentro dos prazos ditados pela ciência e com base em justiça global, Portugal deve alcançar a neutralidade carbónica até 2030. Devemos pôr fim a todos os investimentos públicos em combustíveis fósseis, interromper o uso de jatos privados e combater o consumo desnecessário, como a manutenção de campos de golfe que ameaçam o acesso à água potável e para a agricultura.

Uma verdadeira transição justa, que não deixe ninguém para trás, será capaz de criar milhares de novos empregos públicos nos setores fundamentais para a transição, conforme proposto

pela campanha Empregos para o Clima, e um Serviço Público de Energias Renováveis, que permitirá alcançar eletricidade 100% renovável e acessível a todas as famílias. Outros investimentos cruciais incluem o fortalecimento da rede de transportes públicos, com foco na ferrovia, a promoção da autonomia e eficiência energética dos edifícios, e a implementação de medidas realmente eficazes de prevenção e combate aos incêndios.



Depende de nós, das pessoas, de todo o mundo, de todas as gerações, organizar, mobilizar e trazer a mudança que queremos ver no mundo. As conquistas sociais chave da sociedade são fruto de um confronto contínuo com a normalidade que nos condena e da capacidade de elementos-chave conseguirem causar a disrupção do sistema. Desde as ruas cheias de milhares e milhares de pessoas em 2019, a inúmeras campanhas, greves às aulas, etc., o movimento climático não vai parar até travar esta crise e fazer uma transição que seja realmente justa. Temos a nossa sobrevivência nas nossas mãos.

O QUE PODE FAZER QUEM QUER AJUDAR NA LUTA?

Juntar-se ao movimento. E diria que é encontrar o grupo mais próximo e alinhado com o que acreditamos. Não temos de estar todos dispostos a bloquear uma estrada, mas o movimento tem lugar para todas as pessoas.

E, além disso, acredito muito no poder político da arte e outras áreas. Por isso, quer sejam artistas ou malta das ciências, ou de letras, há um papel no movimento social e climático para todas as pessoas. Precisamos de toda a gente para um problema que toca a toda a gente.

Obrigado, Bianca!

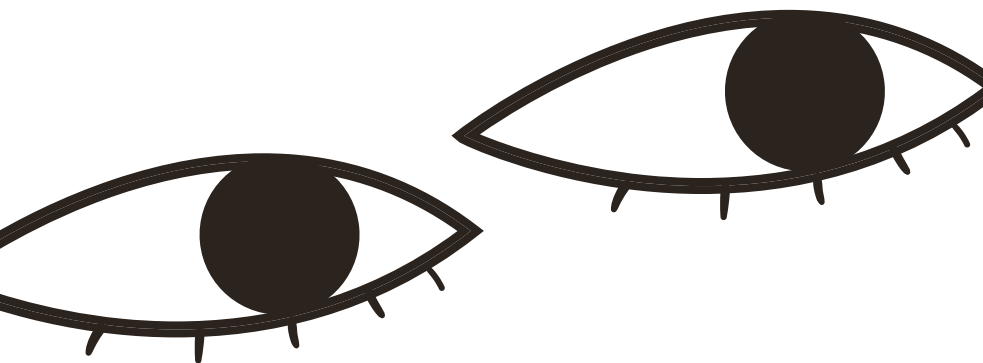
E O QUE DIZ QUEM NÃO CONCORDA?

Como já vimos, e é sabido, há muita gente que não acredita na ciência, que se recusa a acreditar nas provas apresentadas pelos climatólogos. O que, aqui entre nós, é ligeiramente (no mínimo) ridículo. Estes cientistas dedicam-se a estudar e a trabalhar estes assuntos ao longo de anos, milhares e milhares de horas, com um conhecimento profundíssimo sobre o tema, para depois virem uma data de ignorantes dizer que não acreditam nas alterações climáticas, por causa de um vídeo que receberam no grupo de *WhatsApp* da família, e porque acreditam que é uma narrativa de governos e imprensa para nos «obrigar» a mudar de comportamentos como, por exemplo, andar menos de carro. É trágico.

Também há outro tipo de pessoas, que são as que acreditam na ciência, mas como defendem com unhas e dentes o capitalismo (responsável pelas alterações climáticas), dizem que o problema não é uma emergência. Normalmente, são pessoas privilegiadas a quem este problema não afeta.

SE ME PERMITEM, DEIXO UMA CONCLUSÃO ENQUANTO AUTOR

Não há dúvida de que o tema pode parecer complexo, mas a solução existe e só não é posta em prática por falta de vontade política. Não só há provas científicas sobre a gravidade das alterações climáticas, como as podemos observar por nós mesmos, sejam os eventos meteorológicos de grande impacto imediato, sejam os efeitos mais a longo prazo como as altas temperaturas e as secas. E tudo isto está enraizado neste sistema económico vigente, o capitalismo, que teima em explorar infinitamente um planeta de recursos finitos. Evidentemente, não faz sentido, e caminhamos mesmo para a extinção da humanidade por culpa própria. Mas não tem de ser assim. Vamos a tempo de mudar este rumo. Diria que, a acontecer, seria razão para todos os deuses dizerem «bem feito». É preciso é agirmos. Todos e para ontem.





O QUE NÃO FALTA É MAIS INFORMAÇÃO POR AÍ. EXPLORA

LIVROS

- ▶ *O Mundo em Chamas – Um plano B para o Planeta*, Naomi Klein, Editorial Presença (2020)
- ▶ *A Nossa Casa Está a Arder – A nossa luta contra as alterações climáticas*, Greta Thunberg, Editorial Presença (2019)
- ▶ *It's Not That Radical: Climate Action to Transform Our World*, Mikaela Loach, Haymarket Books (2025)
- ▶ *Braiding Sweetgrass for Young Adults: Indigenous Wisdom, Scientific Knowledge, and the Teachings of Plants*, Robin Wall Kimmerer, Zest Books (2022)
- ▶ *Este Livro Vai (Ajudar a) Arrefecer o Planeta*, Isabel Thomas, Booksmile (2021)

FILMES

- ▶ *Erin Brockovich* (2000)
- ▶ *Okja* (2017)
- ▶ *O Rapaz Que Prendeu o Vento* – Netflix (2019)
- ▶ *Under Poisoned Skies* (2022)

DOCUMENTÁRIOS

- ▶ *O Nosso Planeta* – Netflix (2019)
- ▶ *David Attenborough: A Life on Our Planet* – Netflix (2020)
- ▶ *Cowspiracy: The Sustainability Secret* (2014)
- ▶ *Ice on Fire* (2019)
- ▶ *A Inundação da Terra (Before the Flood)* (2016)
- ▶ *2040* (2019)
- ▶ *I Am Greta* (2020)
- ▶ *How To Blow Up a Pipeline* (2022)

ELES JÁ ESTÃO A MUDAR O MUNDO. QUERES OUVI-LOS?

Aqui quem fala são os Z — sem filtros nem paternalismos. Em conversas conduzidas por Diogo Faro, entre a leveza e a seriedade, mergulhamos nos temas que marcam a tua vida: alterações climáticas, racismo e xenofobia, redes sociais e IA, saúde mental, orientação sexual e identidade de género, violência sexual online, relações e famílias diversas, feminismo e masculinidade.

Com humor e empatia, este livro dá palco a quem vive estas questões na pele e a quem as estuda — de ativistas a criadores digitais — e fecha cada capítulo com sugestões para continuares a explorar: livros, séries, filmes e *podcasts*.

UM GUIA PARA PERCEBER MELHOR O MUNDO DE HOJE —
E PARA O TRANSFORMAR.



TEM A PALAVRA:

BIANCA CASTRO
FRANCISCO SOARES
[AKA KIKO IS HOT]
DANIELA CUNHA
INÊS MARINHO
GUADALUPE AMARO
SOFIA MARVÃO

ANDREIA GALVÃO
ANGÉLICA VEDANA
JOANA BRITO SILVA
PEDRO REI
MOURANA MONTEIRO
ANTÓNIO BRITO GUTERRES
MANUEL MOREIRA



Penguin
Random House
Grupo Editorial

Conhecimento

penguinlivros.pt

[penguinkidspt](https://www.instagram.com/penguinkidspt)

15+

ISBN: 978-989-583-267-5



9 789895 832675