

Cuidado e Autocuidado entre mulheres ativistas no mundo online

Estimulando (novas) subjetividades em tempos de pandemia
e violência

Cosette Castro

Prefácio: Guacira Oliveira

Julia Silveira
Sardinha
2019

comunicação



RIA
Editorial

Cosette Castro

Cuidado e Autocuidado entre mulheres ativistas no mundo *online*

*Estimulando (novas) subjetividades em
tempos de pandemia e violência*

Prefácio Guacira Oliveira



Ria Editorial - Comité Científico

Abel Suing (UTPL, Ecuador)
Alfredo Caminos (Universidad Nacional de Córdoba, Argentina)
Andrea Versuti (UnB, Brasil)
Angelo Sottovia Aranha (Universidade Estadual Paulista – UNESP, Brasil)
Anton Szomolányi (Pan-European University, Eslováquia)
Carlos Arcila (Universidad de Salamanca, Espanha)
Catalina Mier (UTPL, Ecuador)
Denis Porto Renó (Universidade Estadual Paulista – UNESP, Brasil)
Diana Rivera (UTPL, Ecuador)
Fatima Martínez (Universidad do Rosário, Colômbia)
Fernando Ramos (Universidade de Aveiro, Portugal)
Fernando Gutierrez (ITESM, México)
Fernando Irigaray (Universidad Nacional de Rosario, Argentina)
Gabriela Coronel (UTPL, Ecuador)
Gerson Martins (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – UFMS, Brasil)
Hernán Yaguana (UTPL, Ecuador)
Jenny Yaguache (UTPL, Ecuador)
Jerónimo Rivera (Universidad La Sabana, Colombia)
Jesús Flores Vivar (Universidad Complutense de Madrid, Espanha)
João Canavilhas (Universidade da Beira Interior, Portugal)
John Pavlik (Rutgers University, Estados Unidos)
Joseph Straubhaar (Universidade do Texas – Austin, Estados Unidos)
Juliana Colussi (Universidad do Rosario, Colombia)
Koldo Meso (Universidad del País Vasco, Espanha)
Lorenzo Vilches (Universitat Autònoma de Barcelona, Espanha)
Lionel Brossi (Universidad de Chile, Chile)
Maria Cristina Gobbi (Universidade Estadual Paulista – UNESP, Brasil)
Maria Eugenia Porém (Universidade Estadual Paulista – UNESP, Brasil)
Manuela Penafria (Universidade da Beira Interior, Portugal)
Marcelo Martínez (Universidade de Santiago de Compostela, Espanha)
Mauro Ventura (Universidade Estadual Paulista – UNESP, Brasil)
Octavio Islas (Pontificia Universidad Católica, Ecuador)
Oksana Tymoshchuk (Universidade de Aveiro, Portugal)
Paul Levinson (Fordham University, Estados Unidos)
Pedro Nunes (Universidade Federal da Paraíba – UFPB, Brasil)
Raquel Longhi (Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Brasil)
Ricardo Alexino Ferreira (Universidade de São Paulo – USP, Brasil)
Sergio Gadini (Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG, Brasil)
Thom Gencarelli (Manhattan College, Estados Unidos)
Vicente Gosciola (Universidade Anhembi Morumbi, Brasil)

Cosette Castro

CUIDADO E AUTOCUIDADO ENTRE MULHERES
ATIVISTAS NO MUNDO ONLINE

FICHA TÉCNICA

Copyright © 2021 Ria Editorial. Todos os direitos reservados

Capa e design: ©Denis Renó

Foto de capa: Registro de mural em setembro de 2019 na Universidade Estadual Paulista - UNESP por Denis Renó. Autoria do mural de *Julia Silva Sardinha*.

Diagramação: Luciana Renó

1.^a edição, Aveiro, Setembro, 2021

ISBN 978-989-8971-46-3

Título: Cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas no mundo online: Estimulando (novas) subjetividades em tempos de pandemia e violência

Autor: Cosette Castro



Esta obra tem licença Creative Commons ***Attribution-NonCommercial-NoDerivatives***. Você tem o direito de compartilhar, copiar e redistribuir o material em qualquer suporte ou formato sempre que seja feito o reconhecimento de seus autores, não utilizá-la para fins comerciais e não modificar a obra de nenhuma forma.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

©Ria Editorial



Aveiro, Portugal
riaeitoria@gmail.com
<http://www.riaeitoria.com>

ESSA OBRA FOI AVALIADA INTERNAMENTE E EXTERNAMENTE POR PARECERISTAS

O livro foi avaliado e aprovado pela avaliadora externa Dra. Maria Cristina Gobbi, que informou parecer positivo à publicação da seguinte forma:

O livro produzido por Cosette Castro e prefaciado por Guacira Oliveira trata de um tema sensível, atual e necessário. Traz os conceitos das pedagogias do feminicídio e da secundarização, revela a invisibilidade e a naturalização da violência de todos os tipos, que vem sendo copiosamente ampliada e reforçada pela cultura do ódio e a invisibilidade feminina. Demonstra que a violência estrutural contra as mulheres, convertida em agressões físicas, psicológicas, sociais, domésticas, familiar, institucional, racista, etc., refletem as desigualdades não superadas e que são brutal e cotidianamente marcadas no corpo, na memória, na vida e nos sentimentos do grupo. Trata dos desafios do cuidado e do autocuidado nas rodas de cuidado presencial e virtual, trazendo como as tecnologias digitais podem ajudar na ressignificação dos laços sociais, fraternos e afetivos, e no incentivo ao cuidado coletivo sob o ponto de vista das mulheres, em especial no momento de isolamento social da Covid-19 que atravessamos. Reflete sobre a igualdade de gênero e o direito à diversidade, amparados no respeito à pluralidade racial, de corpos, sexualidade e de gerações, situando o movimento de mulheres como um espaço de resistência, onde o cuidado coletivo e o autocuidado são ‘um ato político’. Resultado do pós-doutorado da autora o volume nos brinda com as experiências que vem sendo realizada nas rodas de cuidado e de autocuidado entre mulheres ativistas da ONG CFEMEA e nos conclama a lutar para a implementação de Políticas Nacionais de Cuidado. O texto satisfaz as formalidades acadêmicas dos trabalhos de investigação, com autores de referência, bibliografia atualizada e específica, onde os instrumentos de pesquisa estão amplamente detalhados.

O parecer foi enviado previamente ao lançamento.

SUMÁRIO

Prefácio	9
<i>Guacira Oliveira</i>	
Introdução	15
A Violência como Construção	25
Cuidado e Autocuidado	61
Tecnologias Digitais	85
As Rodas Virtuais de Mulheres	99
Considerações Finais	125
Referências	139
Anexo 01	155
Sobre a autora	163
Índice Remissivo	165

Julia Silveira
Sardinha
2019



PREFÁCIO

Guacira Oliveira

O estudo de Cosette Castro é como uma ventania boa, que levanta a poeira e faz circular elementos que, de outra forma, não seriam visíveis. Nela, estão em observação-elaboração-cuidado a vida ainda mais embrutecida que se impôs às mulheres brasileiras nesse contexto de pandemia e pandemônio que estamos vivendo desde o início de 2020.

A experiência de ser mulher é múltipla e desigual sob esta realidade cada vez mais desfigurada pelas violências doméstica e familiar, sexual, de gênero, racista, homo-transfóbica, etnocêntrica, estrutural, institucional... Nesse momento de desdemocratização da vida social e do sistema político (que nem sequer conseguiram chegar a ser democráticos algum dia) a violência é estratégia central da ofensiva conservadora.

As desigualdades abismais nunca superadas e sempre mantidas pela violência ao longo da nossa história, nesse contexto, volta aos seus

extremos, produzindo as dores dilacerantes dos feminicídios, genocídios, etnocídios, ecocídio, para garantir a dominação de poucos poderosos e a sujeição de muit@s; a exploração de quase todas para o manter os privilégios de alguns e os lucros absurdos de pouquíssim@s.

A pedagogia do feminicídio e a pedagogia da secundarização - conceitos cunhados por Cosette Castro, revelam como a normalização e a invisibilização da violência, da misoginia e dos ódios de todos os tipos que recaem sobre as mulheres chegam a ser autorizados pelo Poder e a sociedade. Banalizam-se, naturalizam-se, invisibilizam-se, desqualificam-se as dores, as iniquidades, a violação de direitos, as violências, mortes e todas as formas de exploração.

Mas não se resume a isso a existência das mulheres ativistas nessa pandemia pandêmica. Ser ativista tem significado resistir, sobreviver, reinventar a existência em condições absurdas, cuidar. Cuidar dos outr@s e cuidar de si, cuidar de criar e fortalecer os vínculos que sustentam a vida. Cuidar e se deixar afetar pel@s outr@s é certamente uma das formas de gerar pertencimento, dar laços consistentes, tecer redes, estabelecer conexões solidárias, mobilizar trocas pautadas pela reciprocidade, ubuntu – porque nós somos, eu sou. E por isso mesmo, trata-se também de uma subversão à ordem individualista, patriarcal e racista para deixar sofrer, deixar morrer, predar, abandonar, negligenciar, assim como desistir de si e de se dar à luta.

Lendo a elaboração de Cosette Castro sobre o “Cuidado e Autocuidado entre mulheres ativistas no mundo online – estimulando (novas) subjetividades em tempos de pandemia e violência”, não resisti a tentação de sonhar com novos textos, outros estudos também capazes de estabelecer nexos entre as elaborações feministas antirracistas,

decoloniais, corpo-diversas do cuidado (coletivo e autocuidado) e as estratégias desenvolvidas pelas militâncias ciberativistas das mulheres para resistir e transformar o mundo. Trata-se de uma conexão preciosa à inteligibilidade dos termos do ativismo para a academia e vice-versa.

A internet, apesar de reforçar tanto a individualização das mulheres que por ela navegam e, consequentemente, agravar o risco de dissociação, dela também se pode produzir o antídoto para este mal. Neste contexto da pandemia, o estudo nos mostra como a internet tem sido uma ferramenta importante nas mãos das ativistas feministas antirracistas. O ciberativismo das mulheres abriu rodas de autocuidado e cuidado coletivo. A experiência original (observada e analisada por Cosette Castro nesse estudo) foi compartilhada, transmitida e apropriada por outras ativistas em todo o país, gerando diversas iniciativas similares, reunindo centenas de mulheres em vários rodas e inúmeros giros, que têm ampliado as redes de solidariedade e resistência, fortalecido a proteção de comunidades.

As ativistas feministas antirracistas que têm girado nas rodas ocupam o ciberespaço para romper com o isolamento, o distanciamento social, a privação do confinamento experimentado pelas mulheres. A dimensão do cuidado nesse ativismo das mulheres tem estado acompanhada da reflexão crítica sobre a urgência de romper as barreiras entre o emocional e o racional para o transformar o mundo nos transformando a nós mesmas, assim como os espaços do nosso ativismo.

Para se proteger, resistir, enfrentar o medo e as ameaças à vida que a pandemia e o pandemônio impõem mulheres, as rodas têm sido cuidado contínuo, segurança, estabilidade, pausa, permanência, pertencimento, criatividade, afetividade.

“Eles combinaram de nos matar, nós combinamos de não morrer” como lindamente escreveu Conceição Evaristo. O estudo de Cosette Castro, como ventania, traz à tona um dos espaços que as mulheres ativistas criaram para honrar esse combinado. É disso que se trata!

Gratidão pela dedicação e por essa partilha!

Julia Silveira
Sardinha
2019



INTRODUÇÃO

Este livro apresenta as reflexões e análises do estudo de pós-doutorado realizado no Instituto de Psicologia da UnB sobre *Cuidado e Autocuidado entre Mulheres Ativistas no mundo online – estimulando (novas) subjetividades em tempos de pandemia e violência*¹. O estudo foi desenvolvido em meio à pandemia e ao isolamento social e foi adaptado ao mundo virtual.

No primeiro semestre de 2020 ocorreu o acompanhamento *online* da roda de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas do Centro Feminista de Estudos e Assessoria (CFEMEA) utilizando, no trabalho de campo, as técnicas da observação participante e do diário de campo virtual, que ajudaram a conhecer a estrutura das rodas e a selecionar

1. Com supervisão da professora Valeska Zanello. Agradeço a CAPES a bolsa de 01 ano para realização da pesquisa. A primeira fase da pesquisa começou em maio de 2019, quando foi liberada a bolsa CAPES e a seleção de duas bolsistas ocorreu entre junho e julho de 2019. O segundo semestre de 2019 foi dedicado ao levantamento do Estado da Arte e ao refinamento do projeto, aprovado em dezembro de 2019 no Conselho de Ética da UnB sob o número 24898819.90000.5540, como pode ser observado no Anexo 01 sobre os Procedimentos Metodológicos.

as questões para o questionário. Em seguida, foram atualizados os questionários semi-estruturados *online* e disponibilizados para o grupo de mulheres. Os questionários contribuíram para analisar as falas das mulheres sobre as rodas virtuais, sobre cuidado e autocuidado e sobre a realidade tecnológica em que estão inseridas.

Todas as técnicas foram aplicadas virtualmente, com autorização da ONG Centro Feminista de Estudos e Assessoria, coordenadora da projeto das rodas de mulheres, e das ativistas que responderam as questões. Foram selecionadas quatro categorias de análise: 1) dispositivo materno; 2) influência tecnológica; 3) laços sociais e 4) resistência. A análise das respostas começou no segundo semestre de 2020, sendo finalizado em dezembro do mesmo ano. Para as pessoas interessadas nos aspectos metodológicos da pesquisa, os procedimentos estão disponíveis no Anexo 01 deste livro.

O livro está dividido em quatro capítulos, nos quais dialogam e se complementam método, teoria, questionamentos e dados sobre o Brasil, particularmente sobre a violência estrutural contra as mulheres, sobre cuidado e autocuidado e sobre o uso de tecnologias digitais. Esta pesquisa qualitativa foi escrita desde o ponto de vista das mulheres, levando em conta a premência da igualdade de gênero, e do direito à diversidade, respeitando a pluralidade racial, de corpos, sexualidades e gerações.

O primeiro capítulo deste ensaio - *A Construção da Violência* - aponta os diferentes tipos de violências que as mulheres sofrem dentro e fora de casa. E situa o movimento de mulheres como um espaço de cuidado coletivo e autocuidado, onde o pessoal é visto também como um ato político (Carol Hanisch, 2006). Ou seja, um espaço de resistência.

Nesta etapa foi introduzido, em forma inicial, o conceito de pedagogia do feminicídio (Cosette Castro, 2019, 2020), uma “pedagogia” invisível, pois não aparece oficialmente. Ela vai naturalizando em frases, ditos, brincadeiras, músicas e reduzindo o perigo dos diferentes tipos de violências (moral, sexual, psicológica, física e patrimonial), até chegar ao seu ápice: o assassinato de mulheres. Ao finalizar este livro, em março de 2021, estudo do Instituto de Pesquisa e Consultoria (IPEC) sobre violência contra as mulheres apontou o aumento da violência e do feminicídio no Brasil durante a pandemia. Uma média de 108 mulheres foram assassinadas por mês no primeiro semestre de 2020. A cada minuto, 25 brasileiras sofrem algum tipo de violência, o que atinge 15% das brasileiras, isto é, 13,4 milhões de mulheres².

O estudo trata, ainda que de forma embrionária, da pedagogia da secundarização (Cosette Castro, 2019, 2020), ensinada desde a infância, na qual as meninas são educadas a se colocar em segundo lugar frente aos homens e aos familiares mais velhos. A maior parte delas ainda hoje segue colocando suas vidas em segundo plano e quando pensam o autocuidado o fazem de forma individual, como se não estivesse relacionado ao contexto em que vivem e ao mundo social. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS) (“Equidade de Gênero em Saúde”, s.d.), as desigualdades nas relações de gênero são fatores de adoecimento entre as mulheres, podendo levar ao sofrimento mental, à depressão e à ansiedade.

Neste capítulo aparecem dados sobre os diferentes tipos de violência contra a mulher a partir de pesquisas realizadas pelo Instituto

2. Esses dados se referem apenas às denúncias formalizadas.

de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), pelo Instituto Maria da Penha (IPM) (www.institutomariadapenha.org.br), pelo Senado, pela ONU Mulheres, pela Organização da Saúde (OMS), pelo Centro de Estudos, entre outros.

O segundo capítulo - *Cuidado e Autocuidado*³ - trata do tema central deste livro. Embora a ideia de cuidado como política pública venha sendo estudada no Brasil com relativa frequência na academia brasileira (Nadya Guimarães, 2021; Bila Sorj, 2018) e entre grupos feministas internacionais (Jane Barry & Jelena Dordevic, 2007), a ideia de autocuidado entre grupos feministas brasileiros é mais recente (Guacira Oliveira & Jelena Dordevic, 2015; Guacira Oliveira, comunicação pessoal, 2018⁴). Entretanto, o autocuidado como espaço de resistência já era abordado no movimento negro pela escritora Audre Lorde, no final dos anos 80 nos Estados Unidos.

Até pouco tempo, assim como as mulheres em geral, as ativistas eram educadas e foram acostumadas a cuidar dos outros, deixando pouco espaço para o autocuidado, resultando em problemas para a saúde física e mental, agrados durante a pandemia. Nesta pesquisa também são utilizados os conceitos de dispositivo de Foucault (1984) e dispositivo materno, desenvolvido por Valeska Zanello (2018) que considero constituintes para compreender a noção de cuidadora como algo “natural” e pertencente ao “universo feminino”.

-
3. Visto aqui como um espaço de autoconsciência e transformação dentro do movimento feminista.
 4. Comentários sobre a finalização da XI Roda de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas (não publicada).

O terceiro capítulo aborda as *Tecnologias Digitais*, pois vivemos em um momento em que o mundo *online* ganha novas dimensões tornando-se, no caso de distanciamento social, a única janela para o mundo, sem risco de contaminação. Nesse sentido, é importante compreender as tecnologias, seu uso e a apropriação do mundo digital pelas mulheres brasileiras e os diferentes contextos em que ocorrem.

Nesta etapa da pesquisa, questionei se era possível construir/reforçar afetos, estimular novas sociabilidades e laços sociais entre mulheres ativistas a partir de uma roda de mulheres que ocorre apenas no mundo virtual utilizando as redes sociais digitais.

Essa mesma pergunta apontou os desafios tecnológicos de organizar uma roda de mulheres ativistas totalmente construída e desenvolvida no mundo *online*. Mulheres que, em sua maioria, já haviam passado a experiência de vivenciar uma (ou mais) roda presencial, onde o abraço, o beijo, o contato visual e o carinho são fatores importantes para constituir o laço social. Este foi um grande desafio tanto para as mulheres participantes como para as representantes do CFEMEA.

A pesquisa utilizou referências de Adriana Braga (2008, 2011) e Cosette Castro (2012, 2019), entre outros autores, apontando para os diferentes tipos de equipamentos e acesso à internet existentes no Brasil e suas consequências para a vida cotidiana das mulheres em tempos de Covid-19. Também mostrou as possibilidades de realizar projetos como a roda virtual de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas do Centro Feminista de Estudos e Assessoria a partir de conceitos como laços sociais (Lacan, 1992, pp. 69-70) e Sherry Turkle (1997).

Sherry Turkle, por exemplo, afirmou que os mundos virtuais podem ajudar na ressignificação de aspectos de si. Em tempos de pandemia, essa

rede de relacionamentos que cria e/ou fortalece laços sociais, incentivando o cuidado coletivo e o autocuidado, se torna possível apenas no mundo virtual, precisando se reinventar e se autoavaliar constantemente.

Neste capítulo incluí ainda a noção de resistência, pensada na última fase de Foucault (1988), como contraposição ao poder estabelecido e que se tornou uma das quatro categorias de análise do trabalho. Em meio à pandemia do Covid-19, o discurso torna-se o dispositivo pelo qual a identidade de gênero se constitui e, ao mesmo tempo, constitui a (possível) materialização da resistência por meio da linguagem, como lembrou Judith Butler (2002). As rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas aparecem nesta pesquisa como espaço de resistência, sobrevivência e transgressão de fronteiras entre o pessoal e o político, como espaços complementares.

O quarto capítulo do livro é dedicado à *Roda Virtual de Mulheres como espaço virtual de cuidado e autocuidado*. Nela apresento a roda virtual entre mulheres ativistas, espaço de cuidado e autocuidado inédito desenvolvido pela ONG CFEMEA, onde diferentes gerações se encontram semanalmente em frente a uma tela de computador, *Ipad*, *laptop* ou celular, para cuidar uma das outras e estimular o cuidado de si, situando este estudo na quarta onda do feminismo (Prudence Chamberlain, 2017).

Apresento também, a partir das anotações originadas da observação participante e do diário de campo, como são estruturadas virtualmente e como se constituem as rodas de cuidado e autocuidado a partir de metodologia desenvolvida pelo CFEMEA. Além disso, analiso 10 entrevistas semi-estruturadas *online* realizadas com ativistas que participaram das rodas virtuais apresentando e analisando a fala dessas mulheres.

Nas *Considerações Finais* apresento os resultados das diferentes técnicas virtuais utilizadas no trabalho de campo, ressaltando o caráter inédito deste estudo. São explicitadas ainda as quatro categorias de análise: 1) dispositivo materno; 2) influência tecnológica; 3) laços sociais e 4) resistência, que ajudam a pensar e subsidiar o trabalho.

Os três primeiros capítulos e os Procedimentos Metodológicos foram escritos ao longo de 2020. Já o quarto capítulo e as considerações finais tomaram corpo ao longo do primeiro semestre de 2021. Isso ocorreu em meio do luto coletivo que ainda passamos no Brasil pela pandemia de Covid-19, pelo aumento da violência contra as mulheres, pelo genocídio indígena e da população negra estimulados pelo governo. Também ocorreu em meio ao luto individual, com a despedida de minha mãe, em janeiro de 2021.

Neste livro, foi dada ênfase a autoras de língua portuguesa e espanhola, buscando ofertar um olhar desde o Sul. As autoras mulheres estão presentes em mais de 90% da pesquisa, mas como as normas da APA não permitem mostrar o primeiro nome dos autores, ofertando apenas um “neutro” sobrenome, as mulheres desaparecem em meio a imensa lista de referencias. Considero isso uma forma de apagamento acadêmico das mulheres pesquisadoras referendada por uma norma técnica. Por isso, nas Referências deste livro, aparece o nome e sobrenome de todas as autoras que contribuíram para as reflexões que aparecem nas páginas a seguir.

Embora o livro não tenha se dedicado a falar mais profundamente sobre a necessidade do Brasil aprovar e implementar Políticas Nacionais de Cuidado, fica clara a sua urgência.

Uruguai e Chile e mais recentemente Argentina (julho/2021) aprovaram legislação sobre cuidado, que nesses países é considerado como um trabalho, particularmente o cuidado materno. Estudo da Oxfam (Amelia Gonzalez, 2020) mostrou que o cuidado, seja a alimentação de familiares, a limpeza da casa, a organização e administração doméstica, assim como o cuidado de crianças, enfermos, idosos e demais familiares ainda é realizado gratuitamente por 75% das mulheres no mundo, da adolescência até a velhice. Ou seja, é considerado um *não trabalho* (Cosette Castro, 2020).

Por ser um *não trabalho*, é invisível e ignorado pelos Estados, que se desresponsabilizam de sua função social, e pelas famílias, ficando relegado ao âmbito privado, individual. Não é por acaso que no Brasil faltam creches públicas, escolas públicas de tempo integral, hospitais dia públicos e instituições de longa permanência de idosos (ILPIs) públicas, apesar das reivindicações dos movimentos de mulheres e de outros grupos sociais. Ainda temos muito a caminhar.

Finalmente, gostaria de agradecer às pessoas que leram o texto instigando o diálogo teórico, entre elas as pesquisadoras Adriana Amaral (RJ) e María Soledad Segura (Argentina). Também gostaria de agradecer ao CFEMEA por autorizar a realização da pesquisa, às mulheres ativistas pelo acolhimento recebido e por responderem aos questionários e a Vitor Borisow, pela revisão do texto inicial.

Boa Leitura!

Cosette Castro

Julia Silveira
Sardinha
2019



A VIOLÊNCIA COMO CONSTRUÇÃO

Como já comentei anteriormente em artigo (Cosette Castro, 2020), conferências (Cosette Castro, 2019, MEISTUDIES Media Ecology and Image Studies, 2020)⁵ e, em tempos de Covid-19, *lives* e palestras *online*⁶, refletir sobre cuidado e autocuidado exige dar um passo atrás e pensar sobre a violência cotidiana que as brasileiras⁷ sofrem dentro de casa e na rua. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), desde

-
5. Conferencista na Semana de Comunicação do Jornal Brasil Popular (2019) e do Congresso Internacional de Media Studies 2020.
 6. Palestras para a Semana da Mulher da Polícia Rodoviária Federal (2020) e da Embrapa - DF (2020).
 7. Essa violência se manifesta na América Latina e na sociedade ocidental como um todo, em diferentes níveis, dependendo do grau de democracia, de políticas públicas em defesa da mulher e participação cidadã de cada país. A ideia de democracia que surgiu na Grécia antiga era restrita a homens gregos. Mulheres, escravos, crianças e estrangeiros não participavam do ideal democrático.

os anos 90 do século XX, a violência contra a mulher é considerada uma questão de saúde pública por atingir vítimas de diferentes faixas de idade, classes sociais e etnias. Uma violência que pode ocorrer, de diferentes formas, em distintos momentos da vida de uma mulher.

A presente reflexão pretende ajudar a compreender a emergência de espaços que estimulem a saúde⁸ mental de mulheres a partir da troca de experiências individuais e coletivas e do acolhimento⁹ que, em tempos de pandemia, passaram a ocorrer principalmente no mundo virtual. Este é o caso da roda virtual de cuidado e autocuidado entre mulheres do Centro Feminista de Estudos e Assessoria.

Historicamente, as feministas ocidentais são as mulheres que mais se expõem publicamente ao denunciar a existência de uma sociedade patriarcal¹⁰. Sociedade esta que é pensada, planejada e vivenciada desde o ponto de vista masculino, com regras que estruturaram o Estado, suas normas e leis. São regras masculinas que também criaram e desenvolveram a linguagem, os discursos¹¹, conceitos, dicionários e verbetes, assim como estruturaram as ciências, com suas teorias e

-
8. Para a Organização Mundial da Saúde (Constituição da Organização Mundial da Saúde, 1946, par. 2), a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade.
 9. Em julho de 2020, por exemplo, foi aprovada a Lei 14.022/2020 de prevenção à violência doméstica como serviço essencial. A lei de autoria da Deputada Maria do Rosário (PT/RS) e de outras 22 deputadas federais, prevê ações de combate à violência doméstica contra mulheres, idosos, crianças e pessoas com deficiência durante a pandemia.
 10. O patriarcado é um sistema profundamente enraizado na cultura e nas instituições que se baseia na crença de que há dois sexos considerados normais, que existe diferença entre os gêneros e que existe uma superioridade masculina e uma inferioridade feminina. No patriarcado, o gênero está restrito ao biológico.
 11. O discurso torna-se o dispositivo pelo qual a identidade de gênero se constitui e, ao mesmo tempo, constitui a (possível) materialização da resistência por meio da linguagem (Judith Butler, 2002). Sobre o conceito de dispositivo, ver nota de rodapé 58.

metodologias para pensar o mundo, ampliando seu *modus operandi* para o mercado. Tais “regras”, nem sempre escritas, são reforçadas cotidianamente no ambiente familiar, nas escolas, espaços religiosos e na mídia, interferindo diretamente na cultura e na vida social, como o movimento feminista vem denunciando desde a segunda onda, nos anos 70 do século XX.

No Brasil do século XX, por exemplo, o Código Civil de 1917 considerava a mulher casada incapaz, do ponto de vista civil, equiparando-a aos indígenas e aos menores, uma legislação que só foi modificada em 1962. Isto é, 45 anos depois. Até 1962, a mulher casada precisava de autorização escrita do marido para poder trabalhar.

Embora existam vários conceitos de feminismo e vários feminismos, neste texto o feminismo é compreendido como a busca pela igualdade de direitos e oportunidades entre homens e mulheres, seja no âmbito público, seja na esfera doméstica. São as mulheres as que mais sofrem violência física, psíquica, moral, sexual, patrimonial e/ou sofrem ameaças por falar e representar outras mulheres que não possuem voz e/ou visibilidade, que não podem ou não conseguem expor seu sofrimento publicamente.

Nesse sentido, antes de pensar em cuidado e autocuidado e da importância das rodas de mulheres ativistas é considero necessário tratar sobre a violência diária que meninas, adolescentes, mulheres adultas e idosas sofrem dentro de casa (e depois fora de casa) desde o nascimento. Considero que aí se encontra a gênese da naturalização da violência e dos assassinatos, uma construção social a qual venho denominando “pedagogia do feminicídio” (Cosette Castro, 2020) que, mesmo sem regras formais, escritas, começa dentro de casa na infância,

passa pela adolescência e segue na idade adulta “orientada” primeiro pelos homens e reforçadas pelas mulheres da família e do (s) grupo (s) social (is), sendo multiplicada e ampliada pelos meios de comunicação com a omissão e também com a ação do Estado. Essa pedagogia que estimula a violência até chegar ao feminicídio é praticada diariamente através de piadas, “brincadeiras”, ditos populares e jogos de palavras, além da agressão verbal direta.

Por que uma Pedagogia do Feminicídio?

O termo pedagogia surgiu na Grécia antiga com o sentido de acompanhar um indivíduo. O escravo conduzia o menino (*paidós*, filho) de família rica – único a ter direito ao estudo – para a escola. O verbo *agein*, de raiz indo-europeia, complementa a ideia de orientar ou conduzir. Os primeiros pedagogos foram os escravos e o termo grego *paidéia* se refere a ideia de cultura geral ou formação de meninos abastados ensinados por filósofos gregos. Ou seja, embora tenha se expandido para outros públicos, como as mulheres e pobres, homens livres, estrangeiros, na origem a palavra restringia quem tinha acesso e direito à formação e à informação.

As escolas filosóficas gregas, as escolas religiosas católicas e mais tarde as universidades que surgiram na Europa em 1088 (Bolonha), só admitiam homens. Na Europa, as universidades demoraram 590 anos para aceitarem uma estudante mulher. Foi o caso da nobre italiana Elena Lucrecia Piscopia Cornaro, que teve o “direito” de estudar sozinha, em casa, e receber diploma da Universidade de Pádua em 1678, sem colocar os pés na universidade, um espaço absolutamente masculino, uma “casa” de homens e para os homens.

O pensamento acadêmico¹², as leis e o comércio ocidental até o século XVII – durante 1.600 anos – foram escritos oficialmente por homens, para os homens, embora muitas mulheres tenham participado desse processo sem ganhar autoria ou visibilidade. E foram reforçados pelo pensamento religioso e “científico” que culpava as mulheres pelos pecados do homem, insistindo em uma “natureza pecaminosa da mulher” que deveria ser contida e ficar restrita ao lar¹³. Na Europa cerca de 100 mil mulheres foram perseguidas e assassinadas como bruxas¹⁴ até pelo menos 1758.

12. Sugiro a leitura do trabalho de Grada Kilomba (2019, pp. 51-53) referente ao pensamento acadêmico, lembrando que a academia não é um espaço neutro nem tampouco simplesmente um espaço de conhecimento e sabedoria, de ciência e erudição; é também um espaço de violência. Para Grada Kilomba, o que encontramos na academia não é uma objetividade científica, mas resultado de relações desiguais de poder e raça. Eu acrescentaria: de poder, de raça e de gênero.
13. Sobre a tentativa de domesticação do corpo, da vida e do trabalho da mulher vale a pena ler a obra da pesquisadora Silvia Federici.
14. De 1450 a 1750, poucas pessoas ousariam contradizer essa doutrina, repetida em tom de ameaça nos púlpitos dos pregadores católicos, assim como nos sermões protestantes depois da Reforma religiosa de Martinho Lutero no século XVI. A bruxaria era uma calamidade tão real quanto tempestades ou pestes, e intimamente ligada à natureza feminina. Com exceção de Portugal e Espanha, onde os principais perseguidos eram cristãos novos e judeus, em quase toda a Europa a porcentagem de mulheres excede 75% dos casos. Em algumas localidades, como o condado de Namur (atual Bélgica), elas responderam por 90% das acusações. Estima-se que 100 000 processos foram instalados pelo continente agora e pelo menos 60 mil vidas se perderam em meio às chamas. Foi em plena Idade Moderna — a mesma que presenciou a descoberta de um novo mundo com as grandes navegações, a ascensão da burguesia comercial, o fim do domínio feudal e a formação dos primeiros Estados nacionais europeus — que o temor às forças do mal deixou o campo da credulice popular para se tornar alvo de uma perseguição sistemática de tribunais leigos, religiosos e da Inquisição sob controle papal. Não que as fogueiras tenham sido estranhas à sociedade medieval. A Idade Média também presenciou exibições do “poder purificador” das chamas, sendo a mais notável delas, aquela que consumiu a vida da jovem Joana d’Arc em 1431 (Ladeira & Beth Leite, 2016).

Silvia Federici (2017) pensando desde o ponto de vista da acumulação do capital, aponta o conhecimento ancestral herdado de várias gerações de mulheres, no contato com a natureza, no domínio das propriedades medicinais das ervas, nas técnicas de reprodução e de contracepção como algo contrário aos interesses do novo capital e da ciência médica que se constituía. A influência feminina passou a ser exercida na resistência contra as cercas e nos protestos contra as expulsões e desapossamentos que estavam ocorrendo com o nascimento do capitalismo.

Dadico (2019), lembrando Silvia Federici, diz que entre o vasto contingente de pessoas despossuídas e que passaram a viver na marginalidade e na pobreza extrema, estavam mulheres, notadamente mais velhas, viúvas e abandonadas pela família. Seus protestos contra o empobrecimento e/ou contra o preço dos grãos foram relacionados a “maldições” e as formas de conhecimento tradicional passaram a ser associadas a poderes demoníacos, algo que já estava presente no imaginário coletivo construído através da doutrina católica, ampliado pelos reformistas, e mais tarde por “homens da ciência” da nobreza e/ou da burguesia.

Nesse sentido, vale a pena recordar alguns textos religiosos e científicos sobre a mulher que “naturalizaram” a perseguição de curandeiras, parteiras, donas de casa e líderes do campo e das cidades, assim como a tortura e matança generalizada que se seguiu:

“Toda malícia é leve, comparada com a malícia de uma mulher”.
(Eclesiástico 25:26)

“Que a mulher é um flagelo desmedido posso provar; o pai que a gera e cria estabelece um dote a quem a leve, a quem o livre de tamanha praga”. (Eurípedes, dramaturgo grego)

“Tu deverias usar sempre o luto, estar coberta de andrajos e mergulhada na penitência, a fim de compensar a culpa de ter trazido a perdição ao gênero humano... Mulher, tu és a porta do Diabo”. (Quinto Tertuliano, escritor cristão, século III)

“Toda mulher se regozija de pensar no pecado e de vivê-lo”. (Bernard de Morlas, monge da Abadia de Cluny, século XII)

“Dentre as incontáveis armadilhas que o nosso inimigo ardilosamente armou através de todas as colinas e planícies do mundo, a pior é aquela que quase ninguém pode evitar: é a mulher, funesta cepa de desgraça, muda de todos os vícios, que engendrou no mundo inteiro os mais numerosos escândalos”. (Marborde, monge de Angers, século XI)

“A mulher é um verdadeiro diabo, uma inimiga da paz uma fonte de impaciência, uma ocasião de disputa das quais o homem deve manter-se afastado se quer gozar a tranqüilidade”. (Francisco Petrarca, poeta italiano, século XIV)

“Que se leiam os livros de todos aqueles que escreveram sobre feiticeiros e encontrar-se-ão cinqüenta mulheres feiticeiras, ou então demoníacas, para um homem”. (Jean Bodin, jurista e historiador, século XVI)

“Pois a Natureza pretende fazer sempre sua obra perfeita e acabada: mas se a matéria não é própria para isso, ela faz o mais próximo do perfeito que pode. Então, se a matéria para isso não é bastante própria e conveniente para formar o filho, faz com ela uma fêmea, que é um macho mutilado e imperfeito”. (Laurent Joubert, conselheiro e médico inglês, século XVII)

As cerca de 100 mil mulheres que foram presas, torturadas e assassinadas na Europa são ancestrais das mulheres que vieram para o mundo novo chamado América Latina e particularmente, Brasil. Essas mulheres – e suas descendentes – foram penalizadas também por

sua sexualidade (Silvia Federici, 2019), vista como algo diabólico¹⁵, traço fundamental da “magia” feminina e que ocupa lugar central na definição de bruxaria.

O controle da sexualidade feminina passou a garantir uma fonte de geração de mão de obra dócil, útil e abundante, com incentivo à geração de filhos e aumento populacional para realizar os projetos de reforma social. Esse controle da sexualidade também incluiu a criação do dispositivo materno¹⁶, do qual fala Valeska Zanello (2018), louvando e incentivando a “natureza” maternal das mulheres. Contudo, pouco se sabe (em termos de visibilidade) daquelas que resistiram à “colonização”, sobre as mulheres que não aceitaram a escravização ou sobre aquelas mulheres que exerciam sua sexualidade como bem entendessem, como lembra Bianca Santana no prefácio de “Mulheres e Caça às Bruxas” (Silvia Federici, 2019).

Pouco sabemos, ainda hoje, das mulheres que cuidam, gratuitamente e de forma invisível, sejam elas cuidadoras familiares ou cuidadoras informais (amigas e vizinhas). AS cuidadoras - familiares, informais, profissionais e sociais¹⁷ representam 96% da força de trabalho no Brasil e, conforme o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2017 as mulheres dedicavam quase o dobro de horas semanais em relação aos

-
15. A associação da sexualidade e do próprio sexo feminino a instrumentos do diabo é o tema central do texto “Malleus Malificarum”, que, para Silvia Federici, é o texto mais misógino que existe. Trata do encerramento da sexualidade feminina nos estritos limites do matrimônio, sob o poder patriarcal. Foi fundamental para a consolidação da ordem burguesa/capitalista. —No capitalismo, o sexo só pode existir como força produtiva a serviço da procriação e da regeneração do trabalhador assalariado/masculino e como meio de pacificação e compensação social pela miséria da existência cotidiana» (Silvia Federici, 2019, p. 68).
 16. Este tema será tratado no Capítulo 2, sobre Cuidado e Autocuidado.
 17. Categoria do funcionalismo público municipal existente em algumas cidades do Brasil.

homens a atividades não remuneradas de tarefas domésticas e cuidado de familiares: 20,9 horas enquanto os homens dedicavam 10,8 horas semanais. O trabalho doméstico e de cuidado (de maridos, filhos, enteados, sogros, pais, familiares em geral, enfermos e/ou idosos da mesma família) ainda é visto como um trabalho de reprodução, feminino e gratuito, em oposição ao trabalho produtivo, majoritariamente masculino e remunerado.

O projeto pedagógico ensinado nas escolas (públicas e privadas), nas famílias, grupos religiosos, endossado pelo Estado - por ação e por omissão - e pela mídia até os anos 70/80 do século XX, quando começa a segunda onda do feminismo, era (e ainda segue sendo, embora em menor grau) a formação de meninas e mulheres dóceis, amáveis, cuidadoras, boas mães, e, mais recentemente, boas profissionais. No Brasil, as meninas só puderam estudar a partir de 1867, mas foi apenas a partir de 1880 que as meninas puderam ingressar em escolas públicas. Ou seja, elas estão há apenas 140 anos no ensino público.

Nos anos 80 do século XX uma mulher “moderna” de classe média¹⁸ daria conta de cuidar da casa, da família e ainda trabalhar¹⁹ “contribuindo” para o orçamento doméstico ou para seu “cuidado” pessoal, leia-se ficar

-
18. Ao longo do tempo as mulheres das classes populares tiveram experiências no mundo do trabalho, mas suas histórias até recentemente eram invisíveis. A criação de normas sociais tem como referência as mulheres da classe média. A importância do trabalho social das mulheres era ignorada. Foi na segunda metade do século XX que o tema foi trazido para o domínio público e trouxe mudanças nas leis trabalhistas brasileiras.
 19. Vale lembrar que as mulheres negras já davam conta disso tudo muito antes. Eram elas as chefes de família, cuidadoras e provedoras. As mulheres negras têm insistido, com razão, em lembrar que as histórias das mulheres são diferentes dependendo de como o mosaico classe-raça-identidade de gênero-ética -orientação sexual se conforma.

magra²⁰, o mais branca possível, alisando os cabelos, elegante, depilada para os outros (companheiro, familiares, amigos, colegas) reproduzindo o ideal de beleza branco, loiro e magro, minoritário no país, e eternamente jovem²¹.

Trata-se de um projeto pedagógico eurocentrista e introjetado no imaginário coletivo durante séculos que vem sendo reforçado tanto pelas escolas como pelos meios de comunicação. Nesse projeto ainda é baixa a representatividade de mulheres, principalmente negras, pardas e indígenas, mulheres com sobrepeso, mulheres acima de 40 anos ou mulheres trans.

Mesmo a esquerda política, leia-se partidos políticos progressistas e movimento sindical, ainda deixa a desejar no que concerne ao respeito e incorporação das questões feministas e antirracistas, vistas até o começo dos anos 2000 como algo secundário frente à “luta maior contra o capitalismo”. A pedagogia da secundarização também presente em parcelas da política progressista reforça a naturalização da violência²²

-
20. A gordofobia ou lipofobia atinge entre 19% e 42% das pessoas com sobrepeso, em especial as mulheres. O preconceito contra pessoas com sobrepeso está associado a sintomas depressivos, altos índices de ansiedade, baixa autoestima, isolamento social, estresse, uso de drogas e compulsão alimentar. Nas crianças, o efeito é potencialmente pior devido ao bullying presencial e virtual. Comparado a adolescentes magros, os que têm excesso de peso são significativamente mais propensos a passar por isolamento social e a desenvolver transtornos mentais, principalmente ansiedade e depressão (Maria Tereza Santos, 2020).
21. A busca pela eterna juventude e pelo corpo perfeito dentro de um ideal estético magro (e branco) faz com que o Brasil seja o primeiro país no mundo em cirurgias plásticas, tendo ultrapassado os EUA em 2019. Um homem de cabelos brancos é tratado como um homem atraente, como diz o dito popular: “Homem é que nem vinho. Quanto mais velho, melhor”. Já as mulheres, quando ficam de cabelo branco deixam de ser competitivas na prateleira do amor, termo utilizado por Valeska Zanello (2018) para falar do espaço em que as mulheres se expõem para atrair os homens, dentro do dispositivo amoroso (ver Capítulo 2 deste livro).
22. Sobre as Estruturas Elementares da Violência ver a obra da pesquisadora Rita Segato.

doméstica e sua escalada até o feminicídio e naturaliza a secundarização da mulher, seja dos seus desejos, necessidades e corpo, como também nas formas de trabalho, ocorrendo tanto no ambiente doméstico como no espaço público.

Dentro de casa podem haver várias mulheres e elas têm papéis, prestígio e retornos diferentes. Na casa estão as mulheres da família, a trabalhadora doméstica, as cuidadoras. Como lembra Guacira Oliveira (comunicação pessoal, 2021); algumas exercem trabalho que envolve afeto/vínculos familiares, outras trabalho que envolve atividade profissional/vínculo laboral, ou até trabalho semelhante ao escravo. Apesar das diferenças, a “função” dessas mulheres é cuidar dos outros e das atividades domésticas.

Quando se trata de trabalho reprodutivo, é um cuidado gratuito, invisibilizado e, portanto, “inexistente”, um não-trabalho. No ambiente público, essa pedagogia da secundarização, que reforça a invisibilidade, inclui pelo menos três níveis: 1) o mercado, 2) a academia e 3) a política.

Nível 01 - Mercado

Existem 104 milhões de brasileiras, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística/ IBGE (2019). Em termos de mercado - o primeiro nível - elas representam 44% do trabalho formal no Brasil, mas seguem ganhando menos que os homens. No caso de mulheres brancas, a diferença salarial em relação aos homens brancos é de 30% a menos. Mas no caso de mulheres negras, a diferença salarial chega a 43% em relação aos salários de homens brancos, e 23% a menos em relação ao salário de homens negros, de acordo com dados da Pesquisa Nacional por Mostra de Domicílios (PNAD) do IBGE publicada

em 2019. Essa diferença é ainda mais gritante quando se tratam de mulheres indígenas, estrangeiras e mulheres trans.

Durante a pandemia, essa diferença foi ampliada. Segundo estudo realizado pela Comissão Econômica para América Latina e Caribe (NU. CEPAL, 2021), órgão da Unesco, o mercado de trabalho para as mulheres sofreu um retrocesso de 10 anos durante a pandemia. Em 2020, 118 milhões de mulheres na Região estavam em situação de pobreza, 23 milhões a mais que em 2019. Além do desemprego, as mulheres estão tendo uma sobrecarga de trabalho doméstico três vezes maior do que os homens. Um trabalho que atualmente inclui também acompanhar as aulas *online* de cada filha/o.

No Brasil, o retrocesso foi de 30 anos, segundo o IBGE (2021). Até o segundo semestre de 2020, as mulheres representaram 46,3% da força de trabalho. O índice considera as mulheres que trabalham e procuram emprego. É o menor número desde 1990, quando o percentual foi de 44,2%, mostrando que as mulheres são as mais atingidas pela crise econômica, agravada pela pandemia.

Na América Latina de 2020, as mulheres representaram 73% da linha de frente no combate à Covid-19, mas seguem sendo as que ganham menos e as que menos ocupam lugares de decisão e direção. No Brasil, elas representam 65%, sendo que no Distrito Federal, esse índice chega a 69%.

Também são elas as que trabalham majoritariamente em atividades relacionadas ao cuidado, seja como babá, cuidadora profissional, diarista ou doméstica. Em tempos de pandemia, a maioria necessitou usar transportes coletivos, sem que sejam oferecidas máscaras, álcool gel, nem que haja controle no número de pessoas que podem ser transportadas.

Nível 02 - Academia

Em 2019, dos 63 reitores brasileiros de universidades públicas, apenas 19 eram mulheres. Ou seja, existe 30% de representação feminina. Mesmo que as mulheres sejam maioria nas universidades brasileiras há 27 anos, de acordo com o IBGE, existe uma desigualdade na participação feminina como estudantes, professoras, pesquisadoras e/ou cargos de coordenação, em áreas relacionadas às ciências exatas, tecnológicas e da terra. Além disso, embora as mulheres representem o maior número de beneficiadas do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), com 49% das bolsas, esse número é maior na iniciação científica, consideradas as bolsas de menor prestígio.

Pesquisa realizada em 2019 pelo Instituto Internacional para a Educação Superior na América Latina e no Caribe (IESALC) (2020), vinculado à Unesco, revela que apenas 18% de universidades públicas na região são comandadas por mulheres. O resultado do levantamento foi apurado com base em uma amostra de nove países latino-americanos: Argentina, Brasil, Chile, Colômbia, Costa Rica, México, Panamá, Peru e Venezuela.

Durante a pandemia, a vida das mulheres na universidade (professoras, pesquisadoras, coordenadoras, técnicas e/ou alunas) com filhos foi totalmente modificada. No caso brasileiro, apesar das universidades adotarem o sistema de trabalho *online*, professoras e pesquisadoras precisaram adaptar a vida doméstica para aprender a usar novas plataformas rapidamente e, a partir daí, elaborar aulas onde o contato com os alunos é mediado por uma tela, corrigir trabalhos e acompanhar alunos digitalmente, as vezes com filhos correndo atrás da cadeira.

O desgaste físico e mental também foi observado entre alunas mães, que além das aulas *online*, do estudo em casa com filho(s) ao lado e

parentes circulando pela casa, ainda lidaram com as dificuldades de conexão com a internet e com modelos de aparelhos de computador ou celular antigos que nem sempre se adaptavam a agilidade do mundo digital.

Nível 03 – Política

A secundarização da mulher inclui um terceiro nível: a política, mesmo em partidos progressistas. Em comparação com a participação política feminina, o número de mulheres eleitas é pequeno. As mulheres não chegam a 15% nos cargos eletivos do país. Elas representam apenas 12,32% em 70 mil cargos eletivos, segundo o Mapa da Política de 2019, elaborado pela Procuradoria da Mulher do Senado.

Embora tenha a maior população da América Latina, o Brasil é o país com menor nível de mulheres eleitas em comparação a países como Argentina, Bolívia, Chile, Colômbia, Equador, Peru e Uruguai, como mostra a pesquisa sobre Projeções da População realizada pela Comissão Econômica para a América Latina/CEPAL (2018).

A média percentual de mulheres eleitas para a Câmara de Deputados e Senado mostra a paradoxal posição do Brasil, um país que têm 51,7% da população formada por mulheres: Argentina (40%)²³, Bolívia (52%)²⁴, Equador (39%), Peru (27%), Chile e Uruguai (24%) e Brasil (em 2018, havia somente 11% mulheres eleitas).

-
23. Em 2019, foi aprovada a lei de eleições paritárias na Argentina, o que deverá ampliar ainda mais a participação das mulheres no parlamento, mudando também o tipo de leis aprovadas, entre elas a aprovação da lei do aborto e a lei que considera trabalho o cuidado materno, beneficiando mães a partir de 60 anos em 2021.
 24. Os dados se referem ao período anterior ao golpe civil militar que ocorreu na Bolívia em 2019. No período do golpe houve grande perseguição e violência contra mulheres que ocupavam cargos políticos. Em 2021, houve eleições e a democracia voltou à Bolívia.

Contradictoriamente, o número de mulheres que atuam politicamente é representativo, mas essa participação (ainda) não se reflete em votos suficientes para ampliar o número de vereadoras, prefeitas, deputadas estaduais e distritais, governadoras, deputadas federais, senadoras e presidentas em atuação no país. Elas são a maioria da população brasileira (50,8%, segundo IBGE, 2020) e do eleitorado nacional (52,5%, de acordo com o Tribunal Superior Eleitoral, 2018). Além disso, existe uma ampla participação partidária em termos de organização de atividades e cargos, porém, os cargos que ocupam são secundários, em geral sem visibilidade e/ou protagonismo, reproduzindo, em um nível diferenciado o que ocorre dentro de casa, onde elas organizam, trabalham, mas não são vistas nem valorizadas.

Mulheres Secundarizadas e o Aumento do Feminicídio

Antes de o Brasil adotar oficialmente o termo feminicídio em 2015, as feministas ocidentais utilizavam a expressão *femicide*. O termo foi utilizado pela primeira vez no Tribunal Internacional de Crimes contra Mulheres, em Bruxelas, no ano de 1976, por Russel, para caracterizar o assassinato de mulheres pelo fato de serem mulheres. Mas o conceito só apareceu em 1990, quando *femicide* foi definido como “o assassinato de mulheres realizado por homens motivado por ódio, desprezo, prazer ou um sentido de propriedade sobre as mulheres” (Jane Caputi & Diana Russel, 1992, p. 34).

Jill Radford e Diana Russel (1992) e Jane Caputi e Diana Russel (1992, p. 15) cunham o termo *femicide* como um *continuum* de violência contra as mulheres. Estabelecem conexões entre as variadas formas de violência, como o estupro, o incesto, o abuso físico e emocional,

o assédio sexual, o uso das mulheres na pornografia, na exploração sexual, a esterilização ou a maternidade forçada etc., que, na morte, se convertem em feminicídio²⁵.

Nos países de língua hispânica, na década de 90 do século XX, passou-se a utilizar o termo *femicídio* ou “feminicídio” para designar o assassinato de mulheres por razões associadas ao seu gênero.

Na América Latina, o termo passou a ser utilizado pelos movimentos feministas para denunciar a violência contra as mulheres e a impunidade dos agressores. O termo *femicídio* contribui para que se ressalte o caráter social e generalizado da violência baseada na iniquidade de gênero, que se contrapõe a enfoques individualizantes, naturalizados ou patologizados. Tais enfoques em geral culpam as vítimas e tendem a tratar o assassinato por ódio, como problemas passionais ou privados, ocultando a sua dimensão estrutural e a omissão do Estado.

Diferente da palavra *femicídio*²⁶, que etimologicamente significa dar morte a uma mulher, o termo “feminicídio” foi considerado mais amplo

-
- 25. A categoria femicídio ou feminicídio ganhou espaço nos anos 90 do século XX com o debate latino-americano a partir das denúncias de assassinatos de mulheres em Ciudad Juarez (México). No início dos anos 90, mulheres sofreram práticas de violência sexual, tortura, desaparecimentos e assassinatos com omissão do Estado e impunidade para os criminosos.
 - 26. Segundo Diana Russel e Jane Caputti (1992, p. 2), o femicídio está no ponto mais extremo do continuum de terror anti-feminino que inclui uma vasta gama de abusos verbais e físicos, tais como estupro, tortura, escravização sexual (particularmente a prostituição), abuso sexual infantil incestuoso e extra-familiar, espancamento físico e emocional, assédio sexual (ao telefone, na rua, no escritório e na sala de aula), mutilação genital (cliterodectomia, excisão, infibulações), operações ginecológicas desnecessárias, heterossexualidade forçada, esterilização forçada, maternidade forçada (ao criminalizar a contracepção e o aborto), psicocirurgia, privação de comida para mulheres em algumas culturas, cirurgias cosméticas e outras mutilações em nome do embelezamento. Onde quer que estas formas de terrorismo resultem em mortes, elas se tornam femicídios (Diana Russel & Jane Caputti, 1992, p. 2)

e engloba a motivação baseada no gênero ou misoginia, incluindo a falta de atitude e políticas públicas do Estado frente aos crimes. Além disso, o termo deriva do latim *femina*, o mesmo que abriu espaço para conceitos como “feminilidade” e “feminismo”.

A feminista mexicana Marcela Lagarde (2006, p. 221) foi a responsável pela introdução do termo “feminicídio” na academia. Segundo a autora, o termo inclui o fator impunidade, em virtude de ausências legais e de políticas do governo, que geram uma convivência insegura para as mulheres, colocadas em risco pela omissão do Estado, o que favorece o conjunto de crimes praticados por razões de gênero.

Segundo Marcela Lagarde (2006, p. 5), existe feminicídio quando há de forma criminal o silêncio, a omissão, a negligência e a conveniência de autoridades encarregadas de prevenir e erradicar esses crimes. “O feminicídio é um crime de Estado”. E acrescenta:

Há feminicídio quando o Estado não dá garantias para as mulheres e não cria condições de segurança para suas vidas na comunidade, em suas casas, nos espaços de trabalho e de lazer. Mais ainda quando as autoridades não realizam com eficiência suas funções.

O feminicídio não é apenas uma violência exercida por homens contra mulheres (Marcela Lagarde, 2006, p. 221), mas por homens em posição de supremacia social, sexual, jurídica, econômica, política, ideológica e de todo tipo, sobre mulheres em condições de desigualdade, de subordinação, de exploração ou de opressão, e com a particularidade da exclusão. Embora ocorra contra todas as mulheres, é muito mais grave entre grupos sociais fragilizados, como é o caso das mulheres negras e pardas, das mulheres indígenas, das mulheres imigrantes e das mulheres trans.

Mas como se constitui na prática essa pedagogia do feminicídio, essa naturalização da violência sobre as mulheres, construção cotidiana presente no imaginário coletivo que - apesar dos protestos dos grupos feministas, das campanhas da ONU Mulheres, da Organização Mundial da Saúde (OMS) e dos grupos de direitos humanos - não pára de crescer no Brasil?

O Brasil é um País Perigoso para as Mulheres

Em pleno século XXI, o Brasil segue sendo um país perigoso para as mulheres desde a infância. O ciclo de violência começa dentro de casa, espaço privado que deveria ser um local de proteção e acolhimento.

A palavra violência (Marcondes Filho, 2001) vem do latim *violentia*, que significa abuso de força, e de *violare*, no sentido de transgredir o respeito devido a uma pessoa. Calcides, em Górgias, relacionou a violência à desmesura e ao desejo, isto é, ao excesso, que não é senão um outro nome para o desejo, e quando esse desejo é negado, assume a forma de diferentes tipos de violência.

Para Aristóteles, a violência é tudo aquilo que vem do exterior e se opõe ao movimento interior de uma natureza; ela se refere à coação física em que alguém é obrigado a fazer aquilo que não deseja (imposição física externa contra uma interioridade absoluta e uma vontade livre).

É nos lares brasileiros que ocorrem 54% dos abusos sexuais²⁷ em meninas e adolescentes e eles são cometidos por parentes próximos (pais,

27. Considera-se aqui como qualquer contato ou interação entre uma criança ou adolescente e alguém em estágio psicossexual mais avançado de desenvolvimento, na qual a criança ou adolescente estiver sendo usada para estimulação sexual do perpetrador. A interação sexual pode incluir toques, carícias, sexo oral ou relações onde não há toque físico, como *voyerismo*, assédio e exibicionismo (Luiza Habizang et al., 2005).

avôs, tios, padrinhos e/ou primos), padrastos e/ou vizinhos de acordo com dados do Mapa da Violência (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada, 2019). É no lar que se inicia um ciclo de violência sexual invisível, pois o abuso, em seus diferentes níveis, na maior parte dos casos ainda é mantido em segredo pelas famílias.

A violência se manifesta de outras maneiras, para além do abuso sexual, como é o caso da violência psíquica e/ou moral contra crianças. No âmbito doméstico, por exemplo, ela ocorre quando a menina denuncia para uma pessoa adulta o abuso e é desacreditada por familiares, seja a mãe ou outra cuidadora familiar responsável. Nesse caso, ocorre em nível emocional, uma violência duplicada pelo descrédito e falta de apoio das mulheres adultas.

No âmbito público ocorre outro tipo de violência contra crianças e adolescentes. Trata-se de uma violência estrutural que acontece quando o Estado dificulta ou impede que as crianças recebam educação sexual na escola deixando-as sem informações sobre o seu corpo, sobre o que é abuso sexual e como se defender dessa violência, como vem acontecendo como política de Estado no governo Jair Bolsonaro.

Desde cedo meninas, adolescentes e mulheres vão naturalizando esse ciclo de violência contínua, reforçadas pelos homens e também por mulheres da família²⁸. Dentro da pedagogia do feminicídio, é ensinado desde cedo, principalmente em famílias religiosas e/ou conservadoras que a mulher “é inferior, que tem obrigação de servir; que tem de obedecer aos homens, pais, irmãos e marido”.

Também é em casa que meninas, adolescentes e mulheres vivenciam o ódio contra as mulheres e o processo de secundarização feminina de

28. Sobre o tema, ver o artigo A Violência Disseminada. Já se Mete a Colher em Briga de Marido e Mulher, de Heleith Saffioti publicado em 1999.

diferentes maneiras, através de humilhações e grosserias e/ou comparações entre irmãos e familiares. Um ódio que muitas mulheres reproduzem, ainda que de forma inconsciente, ao julgar as ações de outras mulheres: “mereceu”; “deu mole”; “é uma vadia”; “é uma puta”. Ou repetindo um discurso masculino que compara as mulheres a animais: “é uma vaca”; “é uma galinha”; “é uma baleia”.

A violência verbal através de piadas, “brincadeiras” humilhantes, ditos populares e/ou jogos de palavras, aponta para o papel do pai reforçando o lugar do homem e do filho do sexo masculino, que possuem regalias na divisão dos trabalhos domésticos (“lugar de mulher é na cozinha”) e no incentivo de ir para o mundo (“mulher no volante, perigo constante”). Essa violência também revela o lugar obscuro, em geral inconsciente, de mães e avós nessa pedagogia do feminicídio e da secundarização ao reforçar preconceitos e estereótipos sobre o ser mulher e o direito ao corpo ou simplesmente rir de uma determinada situação, como forma de apoio ao que foi dito (piada, ditos populares, etc).

No que diz respeito à violência sexual, para escapar do abuso que ocorre dentro de casa ou da violência doméstica (que atinge também os filhos), meninas e adolescentes fogem de casa e/ou se casam cedo. De acordo com dados da UNICEF (“Tirando o véu. Estudo sobre casamento infantil no Brasil”, 2019), o Brasil é o quarto país do mundo em casamento infantil, com 2,9 milhões de casos registrados²⁹.

Isso não ocorre por acaso. Desde a infância, é construída a ideia de que a menina é uma princesa (frágil, sem força) que precisa ser “salva” (e dependente) por um príncipe (forte e herói) e que o casal viverá

29. Sem contar os casos de adolescentes que vão morar junto com seus namorados ou companheiros e não entram nas estatísticas oficiais.

felizes para sempre (mito da felicidade eterna)³⁰. Mas o casamento com homens mais velhos que, inicialmente, parecia ser para as adolescentes uma saída romantizada para a violência que sofriam em casa, se torna uma armadilha. Na maioria dos casos, acaba em outro círculo de violência: evasão escolar, gravidez precoce, trabalho doméstico, violência doméstica culminando, em alguns casos, em feminicídio.

A Lei 11.340, mais conhecida como Lei Maria da Penha³¹ (2006)³² tipificou cinco tipos de violências contra a mulher que ocorrem principalmente dentro de casa, o espaço que já era perigoso para muitas meninas e adolescentes, e que volta a ser um lugar perigoso para a mulher adulta e/ou idosa. Um lugar onde, até pouco tempo, “ninguém metia a colher”.

1. **Violência psicológica** - humilhação, insultos, chantagem, ridicularização, desvalorização, exploração, intimidação, manipulação, controle de ações, crenças e decisões de uma mulher, prender dentro de casa; isolamento e proibição de ver familiares e amigos, perseguição e ameaças;
30. Tem sido um longo trabalho de desconstrução dos movimentos feministas no âmbito coletivo e do trabalho analítico no âmbito individual mostrar que as mulheres também podem ser suas próprias heroínas, pois são sobreviventes de uma violência estrutural e que cada uma tem a possibilidade de salvar apenas a si mesma.
31. Maria da Penha Fernandes sofreu duas tentativas de homicídio por parte de seu ex-marido, além das agressões físicas e psicológicas, que a deixaram paralítica. Ela rompeu com o silêncio e o denunciou. Em 1998, recorreu à Justiça Brasileira e à Comissão Interamericana dos Direitos Humanos da Organização dos Estados Americanos (OEA) em busca da condenação de seu agressor e da criação de legislação que condenasse a violência contra a mulher, o que ocorreu em 2006. De natureza híbrida, a Lei 11.340 abrange tanto aspectos penais quanto cíveis, trazendo amplo espectro de providências imediatas para garantia de proteção física e emocional da mulher.
32. Embora seja considerada uma referência internacional, a Lei não diferencia a violência contra mulheres a partir de um recorte de raça/etnia em um país no qual a maior parte das vítimas de feminicídio são negras ou pardas.

2. **Violência moral** – calúnia, injúria e difamação (presencial e/ou virtual) feita por qualquer homem, seja namorado, marido, pai, irmão cunhado, vizinho, colega ou chefe³³;
3. **Violência sexual** – pressão para manter relações sexuais mesmo que a mulher não deseje, exigência de práticas性uais que a mulher não gosta; quando o homem se nega a usar preservativo e nega o direito do uso de métodos contraceptivos à mulher. Forçar o casamento também está enquadrado na Lei Maria da Penha;
4. **Violência patrimonial e econômica** – controle do dinheiro da mulher; homem não dá permissão à mulher para certas compras, homem não permite que a mulher use certas roupas; destruição de objetos pessoais, inclusive documentos; homem não deixa a mulher trabalhar; ocultação de bens e propriedades por parte do homem; homem faz contas ou empréstimos no nome da mulher e não paga³⁴;
5. **Violência física** – empurrões, chutes, tapas, socos, pontapés, mordidas, espancamento, amarrar com corda/fios, tentativa de enforcamento; uso de instrumentos cortantes, objetos ou armas de fogo, uso de elementos químicos, como ácidos, queimaduras, obrigar a tomar medicamentos desnecessários ou inadequados.

Embora não seja o tema deste estudo, vale a pena lembrar que no amor romantizado é difícil para a mulher enxergar que a pessoa que

-
33. Embora neste texto comente majoritariamente sobre a violência contra mulher realizada por homens (companheiros, pais ou irmãos), as violências também estão presentes, em menor grau, em relações homoafetivas.
 34. No mundo político, com a obrigatoriedade das cotas de 30% para mulheres, alguns partidos encontraram uma maneira de burlar a legislação eleitoral transformando candidatas em —laranja. Em 2016, nas eleições municipais, 16.131 candidatos concluíram a eleição sem ter recebido nem sequer um voto, nem o seu próprio. Desse total, 14.417 eram mulheres e apenas 1.714 eram homens. Ou seja, 89% dos casos. Em boa parte deles, elas nem sabiam que eram candidatas, de acordo com o Ministério Público Eleitoral (MPE). Mais recentemente, em 2021, tramita no Congresso um Projeto de Lei chamado Distritão, que pretende reduzir ainda mais a participação das mulheres e da população negra na vida política.

ela ama vai lhe fazer mal, mesmo sabendo racionalmente que os ciclos da violência³⁵ não acabam. Eles cessam temporariamente para reaparecer de forma cada vez mais grave e perigosa para a mulher e filhos. Também é difícil para muitas mulheres saírem do papel de “cuidadoras e salvadoras” do ser amado (ou de um familiar), tomando para si a responsabilidade de “salvar” o outro. Quando a salvação ou redenção não ocorre, sentem-se culpadas e assumem (imaginariamente) a responsabilidade da violência que lhes é impetrada.

De acordo com os dados do estudo Relógios da Violência, criado pelo Instituto Maria da Penha (<https://relogiosdaviolencia.com.br>), no Brasil, a cada 02 segundos uma mulher é vítima de violência física ou verbal, que pode ocorrer em casa ou na rua. A cada 06 segundos, uma mulher é vítima de perseguição. A cada 02 minutos uma mulher é vítima de arma de fogo. A cada 1,4 segundos uma mulher é vítima de assédio. Com a pandemia, esses números cresceram.

35. O Ciclo da Violência inclui três fases: 1º Fase – Tensão, quando o agressor vai acumulando tensões e frustrações com as quais não sabe lidar e transfere para a vítima toda a responsabilidade. 2ª. Fase: A partir de um detalhe irrelevante o agressor perde o controle e inicia a agressão para mostrar quem manda na situação. A agressão física se intensifica ao longo do tempo. Após as agressões, ele sente-se culpado, sobretudo pela possibilidade de alguém ficar sabendo ou ser punido. O agressor passa a culpar a mulher por sua atitude tentando convencê-la que ela é a culpada pelo comportamento agressor. 3ª. Fase: O agressor faz de tudo para ser visto como um cavalheiro, proporcionando para a mulher momentos bons, em um clima de —lua de mel. Retoma o controle e cria na vítima uma falsa esperança de que ele está mudando. Nem sempre há comportamento amoroso, apenas ausência de violência. O agressor convence a companheira que pode se controlar e que não haverá mais agressões. A mulher recorda-se dos momentos vividos juntos e de tudo que construíram e, em geral, sente vergonha que sua família saiba das agressões. Ele usa de chantagem emocional para convencê-la do arrependimento, diz não pode viver sem ela, fazendo-a sentir-se responsável por ele (Rúbian Coutinho, 2011).

Em termos de violência física, entre fevereiro de 2018 e fevereiro de 2019, foram denunciados e registrados 1,6 milhão de casos de mulheres espancadas ou que sofreram tentativa de estrangulamento no Brasil, conforme dados da ONG Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP)/DataFolha (Luiza Franco, 2019). Um número baixo se for levado em consideração que representa uma realidade parcial, apenas dos casos registrados.

No que diz respeito aos feminicídios, o Mapa da Violência (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada, 2019)³⁶ mostra que 4,7 mulheres foram assassinadas em cada grupo de 100 mil habitantes em 2017.

Segundo o estudo Monitor da Violência da USP em parceria com o portal G1/Globo (Lavado, 2019), em 2018, foram 4.254 mulheres assassinadas no Brasil com um aumento de 12% dos casos de feminicídios, embora os casos de homicídios tenham caído no mesmo período. Isso significa uma mulher morta a cada duas horas no país, colocando o Brasil em quinto lugar em assassinatos de mulheres no mundo (Páginas Trans, 2019)³⁷. Ao finalizar este livro, em março de 2021, estudo do Instituto de Pesquisa e Consultoria apontou o aumento da violência e do feminicídio no Brasil durante a pandemia. Uma média de 108 mulheres foram assassinadas por mês. A cada minuto, 25 brasileiras sofrem algum tipo de violência, o que atinge 15% da população. Isto é, 13,4 milhões de mulheres (entre os casos notificados).

-
36. Produzido pelo Instituto de Pesquisa Aplicada (IPEA) em parceria com o Fórum Brasileiro de Segurança Pública.
 37. No caso de pessoas trans, é mais grave. Segundo relatório da Associação Nacional de Travestis e Transexuais (Bruna Benevides, 2020), o Brasil é o país que mais mata pessoas trans no mundo. Um recorde negativo que se repete há 10 anos.

Os feminicídios são praticados por parceiros atuais (maridos, namorados, amantes³⁸) ou por ex-parceiros. Tais assassinatos são considerados crimes de ódio e estão relacionados a um sentimento de posse que objetifica a mulher, tirando sua humanidade e tratando-a como uma coisa, como uma propriedade daquele que um dia foi considerado um par amoroso com quem (em teoria e na prática) dividiria uma vida romântica.

Violência em Tempos de Covid-19

Em tempos de Covid-19, a violência doméstica aumentou na maior parte dos países, seja na América Latina, na Europa ou nos países orientais. No Brasil não tem sido diferente, já que as mulheres e seus filhos durante o isolamento social convivem no mesmo espaço com aquele que já era agressor no período pré-pandemia ou passou a agredir durante o isolamento social. No caso brasileiro, o governo federal não apenas fechou a Casa da Mulher, como encerrou projetos estaduais que ofereciam segurança para as mulheres vítimas de violência doméstica e sequer ofereceu alternativas durante a pandemia para que essas mulheres pudessem sair do ciclo de violência³⁹.

-
38. No caso da população LGBTQIA+, também podem ser incluídos os pais ou vizinhos como assassinos. LGBTQIA+ é a sigla reduzida para lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros, travestis, transexuais, *queers*, intersexuais e assexuais. O sinal mais indica que a sigla é ainda maior. Representa a sigla LGBTTQQIAAPI e gêneros como assexuais e pansexuais ou pessoas que estão questionando seu sexo, entre outros. É importante ressaltar que, no Brasil, a identidade Travesti é uma importante reivindicação política do movimento social. Embora esses termos tenham cada vez mais ressonância global, em diferentes culturas outros termos podem ser utilizados para descrever pessoas que se sentem atraídas por pessoas do mesmo gênero, pessoas cuja identidade de gênero se diferencia do sexo designado ao nascimento, pessoas que apresentam identidades de gênero não binárias e pessoas cujas características sexuais não se encaixam nas típicas definições de macho e fêmea (Páginas Trans, 2019).
39. No Distrito Federal, em 2016 existiam, 06 casas de acolhimento. Em 2020, em plena pandemia e do aumento dos casos de violência doméstica, existiam apenas 3.

Diferente do que fez o governo argentino⁴⁰, que realizou parcerias com sindicatos e universidades públicas para que as mulheres e filhos que sofrem violência doméstica pudessem ser deslocados para abrigos seguros, sob a proteção estatal. No Brasil, até o começo de junho de 2020, apesar da pressão das ONGs e grupos feministas, além do telefone 180, as mulheres podiam denunciar *online* ou chamar a polícia através de códigos (bilhetes, mensagens escritas na mão), mas não havia medidas estruturais por parte do Estado para proteção das vítimas da violência.

Mesmo em tempos anteriores ao Covid-19, quando era possível o livre ir-e-vir, a violência contra as mulheres cruzava a porta de casa e se expandia pelas ruas.

Ao sair do ambiente doméstico, as mulheres brasileiras sofrem outros tipos de violências. Essas violências se concretizam ao andar na rua: começam na forma de assédio através de assobios e cantadas⁴¹, passando pelo “amasso” dentro de ônibus, trens ou metrôs, uma violência que gerou a reserva de vagões exclusivos para mulheres a partir de 2017.

O assédio provocado pelo ato de passar a mão sem consentimento que muitas mulheres sofrem em silêncio, na maioria dos casos sequer chega às delegacias. Muitas mulheres não contam por vergonha e por medo de serem acusadas de “serem oferecidas” por seus companheiros ou familiares, já que historicamente crianças e mulheres são culpabilizadas pelas violências que sofrem.

-
40. Ministério das Mulheres, Gênero e Diversidade da Argentina lançou parceria com sindicatos e universidades públicas para acolhimento de vítimas de violência em todo país durante a pandemia, entre outros projetos de proteção às mulheres e crianças. Sobre o tema ver matéria publicada no site UOL em maio de 2020.
 41. Sobre o tema vale a pena assistir o documentário: Chega de Fiu-Fiu, das diretoras Amanda Kamanchek Lemos e Fernanda Frazão, lançado em 2018.

Trata-se de mais uma violência cotidiana, uma dupla violência, porque se o homem comenta que passou a mão em uma mulher em sua roda de amigos ou entre familiares homens, será considerado em geral um “garanhão”, “um pegador”, mesmo que isso tenha ocorrido sem o consentimento da mulher. Já a mulher abusada, é considerada pelo entorno familiar e social, como “fácil”, chegando inclusive a ser questionada sobre o que estava fazendo e que roupa estava usando para “provocar”.

De acordo com a ONG Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP)/DataFolha (Luiza Franco, 2019), entre fevereiro de 2018 e fevereiro de 2019, 22 milhões de brasileiras denunciaram algum tipo de assédio nas ruas ou no trabalho. No ônibus ou no metrô, mesmo com a lei do vagão feminino, o assédio físico chegou a 4 milhões de casos denunciados.

No ambiente de trabalho e no ambiente escolar as mulheres - de diferentes faixas de idade, raça/etnia, credo ou nível socioeconômico - também correm risco de violência psíquica e moral que se caracteriza como assédio, o abuso de colegas e chefes e sofrem o risco, inclusive, de violência física em casos mais extremos. Esses diferentes tipos de violência aparecem em piadas machistas, em toques inadequados no corpo feminino e em atos frequentes de *manterruping*⁴², *btopriating*⁴³ e/ou *mansplaining*⁴⁴.

-
42. *Manterruping* - Neologismo que mistura os termos em inglês man (homem) e *interrupting* (interrompendo). É quando um homem interrompe a fala de uma mulher com frequência, impedindo-a de concluir seu raciocínio.
 43. *Bropriating* - Originalmente *bropropriating*. Neologismo que junta o prefixo bro (de *brother*, no sentido da gíria “cara”) e *appropriating* (apropriação). É o ato de um homem tomar para si a ideia ou argumento de uma mulher e agir como se fosse dele.
 44. *Mansplaining* - Neologismo que mescla dois termos em inglês: man (homem) e *splaning* (explicando). Se refere à situação em que um homem começa a explicar algo para a mulher mesmo sem necessidade, subestimando sua capacidade de compreensão.

As mulheres brasileiras tampouco estão livres da violência econômica que se manifesta no mercado de trabalho, seja ele o mercado privado ou o funcionalismo público. As brasileiras ganham salários diferenciados e menores do que os homens e ainda são incentivadas a exercerem cargos ou atividades que envolvam o cuidado do grupo⁴⁵, naturalizando assim a função materna⁴⁶ também no mundo do trabalho.

Como comentado anteriormente, mulheres brancas ganham mais que mulheres negras ou pardas. Mulheres imigrantes e mulheres trans ganham menos que as mulheres brancas, pardas e negras. E todas ganham menos que os homens. No caso de mulheres brancas a diferença salarial em relação aos homens brancos é de 30% a menos, mas no caso de mulheres negras, a diferença salarial chega a 43%, de acordo com dados da Pesquisa Nacional por Mostra de Domicílios (PNAD)⁴⁷ publicada em 2019. Além de sofrerem pela violência de gênero, mulheres negras, pardas, indígenas ainda sofrem com a discriminação, uma interseccionalidade racial⁴⁸, assim como as mulheres trans, que sofrem

-
45. Como organizar festas, enviar lembranças de aniversários, comprar flores em datas festivas, ouvir aqueles que têm problemas, etc.
 46. Sobre o tema, no Capítulo 2 será tratado o conceito de dispositivo materno como espaço de naturalização da maternidade pensado por Tania Swain (2006) e ampliado pela pesquisadora Valeska Zanello (2018).
 47. Neste livro não está sendo citado o caso das mulheres indígenas, cuja população sofre genocídio por parte do governo federal e é a mais atingida pelo Covid-19. A Lei 14.021/2020 criou o Plano Emergencial para Enfrentamento à Covid-19 nos territórios indígenas, mas o governo federal vetou o acesso universal à água potável, a distribuição gratuita de materiais de higiene, a oferta emergencial de leitos hospitalares e de unidade de terapia intensiva e a aquisição de ventiladores e máquinas de oxigenação sanguínea, de acordo com dados do Centro Estudos Sobre Justiça de Transição (Laura Teixeira et al., 2020).
 48. Conceito desenvolvido por Crenshaw em 1989, que busca capturar as consequências estruturais e dinâmicas da interação entre dois ou mais eixos de subordinação, mostrando que raça, gênero e classe social não podem ser pensadas de forma isolada, pois criam desigualdades básicas (Djamila Ribeiro, 2018).

transfobia e recebem salários menores. As mulheres imigrantes⁴⁹, por sua vez, sofrem discriminação pela cor da pele, por serem estrangeiras e também recebem baixos salários, muitas vezes trabalhando sem carteira assinada.

Como se os diferentes níveis de violência acima relatados não fossem suficientes para abalar a saúde mental de muitas mulheres, outros tipos de preconceitos e diferenciação de gênero podem ser acrescentados ao cotidiano feminino como mais um desafio a ser enfrentado:

1. As mulheres são mais demitidas que os homens por causa da gravidez;
2. Elas são o maior contingente no mercado informal⁵⁰;
3. Elas representam 45% das chefias das famílias no Brasil (“Retratos da Desigualdade de Gênero e Raça”, 2011);
4. São elas, majoritariamente, as responsáveis pelos filhos em caso de separação e/ou abandono paterno⁵¹;

49. Segundo dados do IBGE (2019), até 2018 havia 338 mil mulheres imigrantes e refugiadas em situação legal, representando 46% dos imigrantes registrados. Dos 5.568 municípios brasileiros, apenas 215 cidades oferecem algum tipo de serviço e acolhimento aos imigrantes e refugiados que estão espalhados em 3.876 municípios, muitas vezes em situação precária.

50. No primeiro trimestre de 2020, o emprego informal atingiu 41% dos trabalhadores – leia-se 38,4 milhões de pessoas - tendo chegado a representar 50% dos empregos em 11 dos 27 estados brasileiros. São Paulo, o estado mais desenvolvido do país, possuía, segundo o IBGE, até março de 2020, 32% dos trabalhadores na informalidade. No Brasil, a maior parte dos trabalhadores informais são mulheres, negras ou pardas, que conciliam os afazeres doméstico e de cuidado a crianças, enfermos e/ou idosos - atividades não remuneradas - com o trabalho informal (Daniela Amorim, 2020).

51. No Brasil, segundo o IBGE (2019) existem 5,5 milhões de crianças sem registro de pai na certidão de nascimento e 12 milhões de mães solo, que criam seus filhos sozinhas.

5. Elas são as principais responsáveis pelo cuidado de familiares no âmbito doméstico. E, em se tratando de regiões que recebem migrantes, como São Paulo e Distrito Federal, as mulheres ainda incorporam outros familiares (cunhados, afilhados, genros, noras) e agregados (filhos de relações anteriores) às suas responsabilidades.

Para a Organização Mundial da Saúde (OMS) (“Equidade de Gênero em Saúde”, s.d.), as desigualdades nas relações de gênero são fatores de adoecimento entre as mulheres, podendo levar ao sofrimento mental⁵², à depressão e à ansiedade. Isso ocorre por diversos fatores, como apontam estudos nacionais e internacionais realizados pela instituição, ampliando os itens de dificuldades e sofrimentos mostrados no parágrafo anterior:

1. Pobreza;
2. Dupla ou tripla jornada;
3. Chefia de família;
4. Raça/Etnia (ser negra, parda ou indígena);
5. Estado Civil (ser separada ou viúva);
6. Ser casada;
7. Ter filhos;
8. Sobrecarga no trabalho doméstico (exemplo: além de fazer as tarefas domésticas sozinha, há mulheres que também cuidam de familiares doentes);
9. Baixo nível de escolaridade;
10. Desemprego ou emprego informal;

52. Sobre o tema ler o artigo de Valeska Zanello (2010).

11. Não ter acesso a espaços de lazer;

12. Local de residência.

No Brasil, é possível acrescentar uma outra forma de violência que ocorre tanto na esfera pública como no ambiente familiar. Trata-se do sofrimento psíquico relacionado à política – um tipo de sofrimento causado pelo abuso político – que começou em 2016 com o golpe contra a presidente Dilma Rousseff e se ampliou em 2018 durante a campanha eleitoral, com a cisão entre familiares, colegas de trabalho e amigos na defesa entre um candidato ou outro. O sofrimento psíquico relacionado à política seguiu presente em 2019 e se expandiu em 2020.

O sofrimento mental por abuso político foi ampliado em 2019/20 com o fim de direitos históricos dos trabalhadores e pela redução de conquistas femininas e LGBTQIA+⁵³. A essa lista é possível acrescentar a campanha de ódio, violência e *fake news* que vêm sendo constantemente incitada nas redes sociais digitais pelo governo federal e seus seguidores. Ou ainda o feminicídio político⁵⁴ que ganhou dimensão nacional e internacional em 2018 com o assassinato a tiros da vereadora Marielle Franco (PSOL/RJ) dentro do seu carro⁵⁵.

53. Sobre o tema, ver Luiza Franco (2019).

54. O termo tem sido utilizado pela deputada estadual Renata Souza (PSOL/RJ). Para ela, o conceito visibiliza o assassinato de lideranças femininas por sua atuação partidária e/ou os movimentos sociais organizados (Emillyen Lázaro, 2020).

55. Marielle Franco foi assassinada no dia 14 de março de 2018 junto com o motorista, Anderson Gomes, em uma emboscada. Apesar da prisão de dois suspeitos, até hoje ninguém foi acusado e preso como mandante dos crimes. A vereadora foi uma mulher negra, lésbica nascida no Complexo da Maré, formada em Sociologia que atuava em defesa dos direitos humanos e denunciou atuação das milícias do Rio de Janeiro.

Para além do abuso político, existe o sofrimento mental causado pela pandemia. Em 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) passou a considerar os problemas de saúde mental como a quarta fase da pandemia.

No Brasil o estresse e o sofrimento mental têm agravantes entre a população, para além da insegurança econômica, social e da violência cotidiana. Incluem o isolamento social para quem pode permanecer em casa ou a obrigatoriedade de sair para trabalhar e enfrentar transportes públicos e aglomerações. Inclui ainda a falta de vacinas, as mutações do Covid-19, a falta de oxigênio, a falta de hospitais, Unidades de Tratamento Intensivo (UTIs) e leitos suficientes, que por si só ampliam um quadro já estressante de insegurança sobre a vida e sobre o futuro.

O contexto brasileiro inclui questões econômicas como o desemprego (14,7% em primeiro trimestre de 2021) e altos índices de informalidade (38% em março de 2021), de famílias sem renda fixa ou a necessidade de seguir trabalhando em meio à pandemia, como é o caso de empregadas domésticas, profissionais do sexo, cuidadoras, e trabalhadoras da área da saúde na linha de frente do Covid-19⁵⁶, atividades majoritariamente femininas.

O sofrimento psíquico inclui:

- A política negacionista do governo federal em relação aos riscos de contágio e morte pelo Covid-19.
- A proliferação de *fake news* sobre a não letalidade do vírus, sobre fórmulas caseiras de tratamento e sobre os “benefícios” da cloroquina, mesmo sem comprovação científica.

56. A área da saúde inclui, além de médicos e médicos residentes, técnicos de enfermagem, enfermeiras, profissionais da limpeza, da alimentação, setor administrativo e de materiais e equipamentos, majoritariamente femininos. Só na enfermagem, as mulheres representam 78% dos profissionais.

- O isolamento social e a impossibilidade de utilizar redes de apoio familiares e redes de apoio comunitário para o cuidado dos filhos, por exemplo, ampliando a carga de trabalho e a solidão de muitas mulheres.
- O medo e a ansiedade de quem precisa utilizar transportes públicos diariamente.
- A manipulação de dados à população sobre a doença e sua contaminação.
- A proibição de fazer contato com os familiares em caso de hospitalização e de se despedir no enterro, perdendo o direito de vivenciar cada etapa do luto.

Em maio de 2020, pesquisa Covid-19 e Saúde Mental realizada pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP)⁵⁷ mostrou que apenas entre psiquiatras brasileiros – sem contar o atendimento realizado por psicólogos e psicanalistas - houve um aumento de 47,9% de consultas. Além disso, estudo com profissionais de saúde que estão na linha de frente do combate à Covid-19 mostrou à ABP que entre aqueles que trabalham no atendimento às vítimas de Covid-19, há relatos constantes de pesadelos traumáticos como ocorrem em desastres naturais, como terremotos, ou com veteranos de guerra.

A partir da realidade apontada neste Capítulo considero que projetos que se propõem a promover o encontro e reforçar o sentido de pertencimento e de grupo, através do afeto e da partilha de visões de mundo em comum, mesmo *online*, podem colaborar para reduzir o sofrimento psíquico e estimular a saúde mental, ainda que não se trate de uma

57. Até a finalização do livro, o estudo encontrava-se em andamento. A ABP esperava que duas mil a três mil pessoas respondessem ao questionário. No entanto, em duas semanas, 200 mil pessoas participaram da pesquisa em todo país.

terapia. São espaços de resistência, cuidado e autocuidado. Este é o caso das rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas do Espaço Lobeiras, organizado pela ONG Centro Feminista de Estudos e Assessoria (CFEMEA), onde as ativistas estabelecem laços sociais, como poderá ser observado no decorrer deste estudo.

Julia Silveira
Sardinha
2019



CUIDADO E AUTOCUIDADO

Desde o ponto de vista filosófico, o cuidado é percebido como:

Uma categoria com a qual se quer designar simultaneamente, uma compreensão filosófica e uma atitude prática frente ao sentido que as ações de saúde adquirem nas diversas situações em que se reclama uma ação terapêutica, isto é, uma interação entre dois ou mais sujeitos visando o alívio de um sofrimento ou o alcance de um bem-estar, sempre mediada por saberes especificamente voltados para essa finalidade. (Ayres, 2004, p. 74)

É na sociedade patriarcal que a ética do cuidado pode ser deturpada em uma ética feminina – algo que até pode possuir um valor no âmbito de relações familiares e de proximidade, mas não tem qualquer importância do âmbito mais amplo da sociedade. Uma sociedade governada por direitos, princípios e normas, geralmente concebidos em conformidade com valores patriarcais. Tais direitos, princípios e normas exigem

sujeitos com determinadas características, entre elas a da autonomia, para que possam participar ativamente desse espaço.

Por outro lado, é também na sociedade patriarcal que a ética do cuidado pode se constituir em um instrumento de transformação social. (Carol Gilligan, 2011, p. 23). Isso ocorre a partir de ações contra-hegemônicas e contraculturais que fazem frente à sociedade patriarcal, ao seu conservadorismo e às pedagogias da secundarização e do feminicídio⁵⁸. O cuidado aparece aqui na forma da valorização da interdependência entre os seres humanos, considerando-se as relações dentro de seu contexto.

O teórico francês, Foucault (1988) afirmava que, embora na sociedade exista uma série de dispositivos⁵⁹ de poder⁶⁰ que tentam dobrar os indivíduos e controlar sua subjetividade e desejo, os sujeitos sociais conseguem encontrar formas de escapar destes mecanismos de poder ao cuidar de si. Em tempos de pandemia s mulheres ativistas que fazem parte das rodas virtuais de cuidado e autocuidado do CFEMEA tentam romper, através de encontros semanais virtuais, com os dispositivos de poder a que são submetidas e que geram sofrimento.

Para Foucault (1988), onde há poder, há resistência. A noção de resistência é pensada como uma atividade da força que se subtrai das estratégias efetuadas pelas relações de forças do campo do poder. Esta atividade permite à força entrar em relação com outras forças oriundas de um lado de fora do poder, constituindo-se em formas de resistência e

58. No sentido dado por Gramsci.

59. Conceito de Foucault que combina estrategicamente os campos do saber, a partir de uma rede de discursos, as relações de poder, onde é possível determinar as relações e disposições estratégicas entre seus elementos e os modos de subjetivação dos sujeitos.

60. Foucault (1993) diz que o poder não é apenas coercitivo e negativo, mas produtivo: ele não somente nega, coíbe e proíbe, ele produz e incita.

reexistência, aqui compreendida como outra forma de estar no mundo, de resistir e construir outras realidades mais solidárias. As rodas são um espaço de cuidado e autocuidado e também de resistência entre mulheres que compartilham entre si uma mesma visão de mundo, buscam a igualdade de gênero e se constituem em uma comunidade virtual.

O cuidado dos outros é estimulado historicamente nas meninas desde cedo como uma obrigação que se encontra vinculada à esfera amorosa. Ele é percebido como uma retribuição afetiva, não sendo este cuidado considerado pelas famílias (nem tampouco pelo governo⁶¹) como um trabalho, embora envolva várias horas diárias de dedicação e sobrecarga de atividades, que incluem as tarefas domésticas e alimentação, além de cuidar de irmãos, do marido, filhos, dos pais, dos sogros, de familiares deficientes, idosos e/ou doentes, assim como agregados (parentes de familiares).

O cuidado é aqui visto como obrigação “amorosa” (Nadya Guimarães, 2021) que leva à naturalização do trabalho doméstico e do cuidado dos familiares, sendo tratado como um *não trabalho*⁶² (Cosette Castro, 2019). Isso é diferente de pensar o não trabalho como um tempo dedicado ao lazer individual ou em família. Nadya Guimarães pensa ainda o cuidado

-
61. Ao jogar para a esfera doméstica, ou seja, para as mulheres, a responsabilidade do cuidado de crianças, enfermos e/ou idosos, o Estado se desresponsabiliza de criar políticas públicas para o setor, como a oferta de creches gratuitas para toda população, a criação de uma ajuda financeira mensal aos familiares enfermos ou a ajuda financeira mensal para as cuidadoras que trabalham de forma gratuita e invisível. A pesquisa de —Uso do Tempo do IBGE de 2017 mostrou que haveria um acréscimo de 11 bilhões no PIB se essas atividades fossem remuneradas. No caso brasileiro, o trabalho doméstico, embora reconhecido como atividade laboral passível de ser remunerada desde 2012, ainda não é identificado como um trabalho a ser pago quando se trata de uma mulher da própria família, nem tampouco foi reconhecido como um trabalho incluído no âmbito do cuidado.
 62. Para diferenciar do não trabalho enquanto momento de lazer, usarei o termo não trabalho com grifo quando se trata de trabalho doméstico invisível e não remunerado realizado majoritariamente por mulheres.

como profissão (onde estão incluídas as babás, empregadas domésticas e cuidadoras) e o cuidado como ajuda⁶³, mas estas duas últimas categorias não serão abordadas no escopo desta reflexão.

O cuidado como obrigação “amorosa” não é nomeado como trabalho, gerando sofrimento físico e mental às mulheres que o desempenham diariamente. Nesta categoria se encontram filhas, irmãs, noras, cunhadas, sobrinhas, tias e primas a partir dos 14, 15 anos, assim como mães, avós e bisavós, sendo estas duas últimas cada vez mais requisitadas como babás informais de netos/bisnetos e netas/bisnetas.

Já o autocuidado é um conceito estabelecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), tratando-se da forma como a população estabelece e mantém a própria saúde, e como previne e lida com as doenças. A proposta de autocuidado vem de 1983, mas a Organização Mundial de Saúde (OMS) atualizou-a no Dia Mundial da Saúde (07 de abril), em 2013, como a capacidade de indivíduos, famílias e comunidades para promover a saúde, prevenir as doenças e manter-se saudável e cooperar com a doença e incapacidades com ou sem o apoio de um prestador de cuidados de saúde.

63. Além do cuidado como obrigação amorosa, existe o cuidado como profissão e o cuidado como ajuda. Este último não é considerado cuidado nem tampouco considerado trabalho, mas existe desde sempre nas comunidades carentes onde não há atenção do Estado. Neste caso, há uma relação de reciprocidade entre redes de mulheres, vizinhas ou amigas e somente em algumas circunstâncias são trabalhos pagos. Como é considerada uma ajuda, não existe nas estatísticas oficiais e uma vez mais o Estado abre mão da responsabilidade de promover políticas públicas de cuidado, como por exemplo, ampliar a oferta de creches públicas para crianças e de instituições públicas para receber idosos enfermos, sejam Centros Dia ou Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPIs). No Brasil, a força das redes de vizinhos e redes de amizade/solidariedade são cada vez mais fortes, particularmente a partir do governo Bolsonaro, que vem destruindo os direitos sociais e realiza uma gestão econômica que amplia o desemprego e o trabalho informal. No entanto, a partir de 2020, essas redes de vizinhos, redes comunitárias e de amizade sofreram impacto pelo isolamento necessário contra o Covid-19.

Neste estudo, o autocuidado é pensado desde o ponto de vista da escritora negra, poeta e feminista Audre Lorde no final dos anos 80 do século XX. Audre Lorde foi a primeira autora a pensar o autocuidado, não como algo individual, mas conectado ao mundo à volta. Para Audre Lorde, era impossível falar de autocuidado dissociado da política, uma vez que a política e as estruturas de poder existentes na sociedade estão presentes em cada momento da vida das mulheres, em diferentes níveis - que envolvem gênero, raça/etnia, educação, cultura, idade, credo e classe social - ainda que muitas delas não se dêem conta disso⁶⁴.

No que diz respeito à relação entre subjetividade e gênero, Valeska Zanello (2010) afirma que, para além de um corpo desregulado biologicamente, o sofrimento psíquico ocorre como resultado das condições que as mulheres⁶⁵ vivem e dos papéis sociais que são pressionadas a desempenhar. Ou seja, do contexto e das condições sócio-históricas, econômicas e culturais em que vivem⁶⁶.

O cuidado realizado dentro de casa não é reconhecido como trabalho, ocorrendo de forma invisível e (deve ser) gratuito desde o ponto de vista de quem o observa de fora, sejam familiares, sociedade ou governo. É como se esse cuidado não existisse e não pudesse ser contabilizado, porque o cuidado “abnegado” é praticado “por amor”. Ou seja, não entra na esfera do cuidado como profissão ou do cuidado como ajuda

-
64. Em tempos de pandemia, é importante incluir também as tecnologias digitais.
 65. No caso das mulheres negras e pardas, essa situação é agravada pelo racismo estrutural.
 66. Em estudo realizado em uma ala de internação psiquiátrica, Valeska Zanello e Bruna Bukowitz (2011) sublinham o quanto o sofrimento e o funcionamento narcísico do sujeito são mediados e constituídos por valores de gênero, destacando a “quebra psíquica” como um evento não aleatório. As autoras encontraram, neste sentido, uma prevalência (77%) de falas marcadas por queixas relacionais (amorosas, familiares e outras) entre as mulheres.

(Nadya Guimarães, 2021) e é reforçado culturalmente por ditos populares, como “Amor com amor se paga”, “Amor não se compra” ou mais grave, porque naturalizante: “Amor não se paga” desconsiderando o cuidado familiar como uma atividade que demanda horas diárias, força física e desgaste emocional.

Essa exclusão do cuidado familiar e doméstico como trabalho que ocorre no mundo privado ocorre porque o Estado e a sociedade, através de diferentes instituições, só valoriza o que ocorre no espaço público, um mundo até bem pouco tempo pertencente apenas aos homens.

Como representante do Estado, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) tampouco caracteriza o cuidado doméstico e familiar como um trabalho. A invisibilização dessa atividade cotidiana, tratada como *não trabalho* (Cosette Castro, 2019) pelo Estado, tem como consequência a desvalorização do cuidado realizado dentro de casa, sendo naturalizado e reforçado em declarações de mulheres ao informar que “não trabalham” - fora de casa. No sentido que “não produzem” no espaço público e não recebem pelas atividades que desenvolvem dentro de casa.

Trata-se de uma violência de gênero institucional, que valoriza o que está fora de casa (o mundo do trabalho). Essa violência que aparece nas relações sociais é reforçada pelo Estado, pela escola, pela religião em suas diferentes manifestações e pelo discurso jornalístico, sendo reproduzido nas mídias, analógicas e digitais diariamente. Essas mulheres são categorizadas como “do lar”. Ou seja, cuidam das atividades domésticas, um trabalho complexo, embora repetitivo. Trata-se de um trabalho de gestão e coordenação de compras que precisam caber no orçamento doméstico, limpeza (do lar e arredores), higiene (pessoal e da família), alimentação e nutrição, recreação e cuidados com a saúde

de toda família, atividades em que o homem participa muito pouco. Em tempos de pandemia, as mulheres passaram a ser “professoras” auxiliares, ajudando nas aulas e tarefas *online*, assim como nos deveres.

Ou seja, as mulheres diariamente cozinham, limpam a casa, lavam e passam roupas, organizam e cuidam do orçamento familiar e escolar, organizam e realizam compras, organizam a agenda de toda família e deveres dos filhos, assim como cuidam da saúde dos irmãos, filhos, marido, dos familiares doentes, deficientes e/ou idosos, entre outras funções. De acordo com a pesquisa Síntese de Indicadores Sociais do IBGE (Madeiro, 2019), uma em cada cinco mulheres no Brasil não buscava trabalho para poder atender as atividades domésticas e o cuidado gratuito de familiares.

Isso praticamente não ocorre no caso masculino, uma vez que na sociedade ocidental existe uma lógica binária na qual o masculino e o feminino possuem papéis culturalmente determinados. Existe uma construção social de masculino/feminino, de masculinidade/feminilidade como essenciais, seja no sentido metafísico como “naturalizante”⁶⁷ (Valeska Zanello, 2018).

Neste contexto, apenas 49% das mulheres na América Latina estão no mercado, mas para que essas mulheres possam trabalhar, é necessário que outras mulheres sejam sujeitas e realizem tarefas domésticas⁶⁸ ou outros tipos de cuidado⁶⁹. Não é por acaso que durante a pandemia pela Covid-19 em 2020, governadores como os do Rio Grande do

67. Essa “naturalização” leva à ideia (distorcida) de que as mulheres têm instinto materno e são “naturalmente” cuidadoras, enquanto os homens são “naturalmente” agressivos e “potencialmente” inovadores formando o que Tania Swain (2006) conceituou e Valeska Zanello (2018) ampliou como dispositivo materno.

68. A função de empregada doméstica é reconhecida por lei desde 2012 no Brasil.

69. Em 2016 houve um grande salto na profissão de cuidadora/o que passou a ser classificada nas estatísticas do IBGE, mas essas trabalhadoras seguem atuando na informalidade, já que o governo Bolsonaro se negou a assinar a lei que reconhece o cuidado como profissão.

Sul (PSDB), Pernambuco (PSB), Maranhão (PCdoB) e Pará⁷⁰ (MDB) tenham baixado decretos que incluíam as domésticas, as babás e cuidadoras remuneradas de idosos e deficientes como serviços essenciais atendendo a demandas das classes média e alta. Com isso, evidenciaram como esses serviços sofrem interseccionalidade de classe social, gênero e raça/etnia. As empregadas domésticas remuneradas⁷¹, por exemplo, em 2020 representavam 6,4 milhões de pessoas, sendo 95% mulheres e 63,3% negras ou pardas (“Campanha nacional quer barrar inclusão de serviços domésticos de atividades essenciais nos estados”, 2020).

O Estado se aproveita do cuidado gratuito realizado por mulheres familiares (96% dos casos, segundo o IBGE) reforçando a ideia de que o cuidado de familiares é algo do “âmbito privado”. Assim, não tem a responsabilidade de ajudar financeiramente às famílias, deixando de propor políticas públicas para o setor. Ou mesmo propor políticas públicas para as cuidadoras familiares, mulheres invisíveis e não remuneradas, caminhando no sentido contrário das recomendações da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e da Organização Mundial da Saúde (OMS).

No Brasil, a economia estatal com o cuidado gratuito doméstico e de familiares é gigantesca. Um exemplo é o Estado da Bahia. De acordo com a Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílios PNAD/IBGE

-
70. O governador do Pará foi o único que, dada a repercussão negativa, voltou atrás no decreto, colocando a obrigatoriedade apenas “quando imprescindível”.
 71. Dados do IBGE (2019) revelam que, do total de trabalhadoras/es domésticas/ os no Brasil, 90 mil são adolescentes de 14 a 17 anos, o que é proibido pela legislação brasileira. Crianças e adolescentes em situação de trabalho doméstico infantil sofrem com a falta de oportunidades educativas e de desenvolvimento social e emocional. A maior parte do trabalho doméstico infantil é realizado por meninas, que, exercem atividades de adultos, trabalhando muitas horas diárias em condições prejudiciais a sua saúde e desenvolvimento por baixos salários ou em troca de habitação, alimentação e educação.

(Yasmin Garrido, 2019), 33% da população baiana, a partir dos 14 anos, é constituída por cuidadoras, em sua maioria mulheres negras ou pardas, que trabalham gratuitamente. Isso representa 3,9 milhões de pessoas que deixam suas vidas pessoais para se dedicar ao cuidado de um ou mais familiares. A pesquisa mostra ainda que a Bahia era o estado que mais possuía cuidadoras sem remuneração na família, seguida de São Paulo e Minas Gerais. Em 2020, as cuidadoras familiares do Rio Grande do Norte assumiram o primeiro lugar.

Nesse sentido, as rodas de cuidado e autocuidado virtuais, embora não se caracterizem como uma terapia, são um espaço de encontro e compartilhamento de sentimentos como medo, solidão e de vivências (como as diferentes formas de violências e opressões). Rodas similares também poderiam contribuir como grupos de apoio, de cuidado e autocuidado, para cuidadoras familiares ou cuidadoras informais (amigas e vizinhas), e outros grupos sociais.

Cuidado e Gênero

Elisabeth Vieira (2002, p. 32) recorda que “tratar a identidade de gênero de maneira a-histórica e atemporal tem como finalidade reafirmar o fixo, o eterno, o ‘natural’ dessa condição, em um discurso que desloca a assimetria sexual do plano das relações concretas para o plano da natureza”. Tais naturalizações têm consequências tanto na construção social quanto na construção subjetiva de gênero.

Nos anos 80 do século XX, Teresa de Lauretis (1987, p. 216) afirmava que

A representação social de gênero afeta sua construção subjetiva assim como a representação subjetiva do gênero – ou sua auto-representação – afeta sua construção social abrindo uma possibilidade

de agenciamento e autodeterminação ao nível do subjetivo e até individual das práticas micropolíticas cotidianas.

Essa “naturalização” que reforça a ideia (distorcida) de que as mulheres têm instinto materno e são “naturalmente” cuidadoras, enquanto os homens são “naturalmente” agressivos e “potencialmente” inovadores, foi construída socialmente, formando o que Valeska Zanello (2018) conceituou como dispositivo materno.

O dispositivo materno é uma construção social que teve como objetivo naturalizar o amor materno como algo intrínseco ao feminino e ao ato de procriar. Para Foucault (2000, p. 244), a maternidade funciona como um dispositivo e teve, em um determinado momento histórico da sociedade patriarcal, “uma função estratégica dominante” por motivos políticos, econômicos, filosóficos e sociais.

Valeska Zanello (2018, pp. 125-126)⁷² conta que a partir do século XVII que a capacidade de cuidar, conhecida como maternagem⁷³, foi associada, na cultura ocidental, às mulheres. Enquanto o espaço público era ocupado pelos homens, o espaço privado, da casa, era marcado como “essencialmente feminino”. Essa construção social teve o apoio de publicações a partir de 1760 que naturalizaram o “instinto materno” ou o amor espontâneo da mãe pelo filho, glorificando - e mais tarde

72. Referindo-se ao trabalho de Badinter (1985).

73. É na modernidade, com a constituição da família nuclear e da valorização do infantil que surge a função de mãe cuidadora. A mulher foi reduzida à figura de mãe sob a influência da Medicina e do poder médico e aquelas que não exercessem a maternagem – uma capacidade de cuidar que, segundo a Medicina seria “natural e inerente à mulher” - eram consideradas más ou enquadradas na patologia, como loucas (Maria Martha Freire, 2006). No mundo contemporâneo, essa situação vem se modificando e, aos poucos, o duo maternidade/feminilidade vai se dissociando e novos modelos familiares surgem.

santificando – esse sentimento. De um lado solicitava-se às mulheres um trabalho cada vez maior de autonegação (Valeska Zanello, 2018, p. 127) e, por outro lado, o lar e a maternidade se constituíram em um espaço empoderado, ainda que fosse um “empoderamento colonizado”.

Para Bandinter (1985, como citado em Valeska Zanello, 2018, p. 128), as mulheres se afirmaram como “função”: de esposa e de mãe, passando a existir somente em relação ao outro. Conforme a autora, houve uma associação ideológica das palavras “amor e materno”, que foi além da promoção do sentimento. Incluiu a construção da mulher enquanto mãe e a construção de um modelo de feminino ideal (de esposa e mãe). O poder patriarcal deixou de ser repressivo para se tornar um poder constitutivo (Foucault, 1996). Ou seja, as redes de poder – reforçadas pelos discursos da mídia, da religião em suas diferentes manifestações, da escola, das leis e pelo discurso médico/científico - se tornaram cada vez mais finas e invisíveis, constantes e efetivas.

O dispositivo materno é central nos processos de constituição e subjetivação das mulheres. Esse dispositivo permite compreender as dinâmicas e processos subjetivos e sociopolíticos relacionados ao cuidado, colocados socialmente como inerentes à mulher. Também revela a dificuldade de realizar o autocuidado, já que significa o deslocamento das mulheres do papel de cuidadoras “natas” - um dispositivo destinado ao Outro - para um dispositivo destinado ao autocentramento e o amor por si mesmas através do autocuidado.

Além do dispositivo materno, Valeska Zanello (2018) também trabalha com o conceito de dispositivo amoroso⁷⁴, que a autora considera como

74. O conceito de dispositivo amoroso aparece em Swain (2006), sendo criticado e ampliado por Valeska Zanello (2010, 2018) e por Valeska Zanello et al. (2015).

o principal dispositivo de desempoderamento das mulheres. “O amor é identitário para as mulheres na nossa cultura e não estar em um relacionamento é considerado um fracasso”. O dispositivo amoroso configura uma certa forma de amar que vulnerabiliza as mulheres porque elas se subjetivam em uma prateleira (simbólica) do amor, onde ser escolhida e validada por um homem torna-se uma legitimação fundamental no meio social. Mesmo que mais tarde essa relação venha se concretizar de forma violenta e que possa culminar em feminicídio.

Na cultura ocidental, a imagem das mulheres em geral se confunde com a da beleza, marcada, por um modelo lipofóbico⁷⁵ (Joana Novaes, 2006), jovem, branco, com cabelos loiros e lisos. Veicula-se, com o apoio da mídia, a noção de que esse ideal de beleza e corpo é acessível a todas as mulheres e que quem não se insere dentro desses padrões é julgada moralmente, sendo considerada inferior, “menos mulher”.

Segundo Joana Novaes (2006, p. 85), “ela deve ser bonita, do contrário não será totalmente mulher”. Para Valeska Zanello et al. (2015), essa moralização do corpo feminino decorre de uma transformação da estética para valores éticos, colocando na mulher a responsabilidade sobre os cuidados com seu corpo e o dever moral de ser bonita⁷⁶. Essa exigência

75. Também conhecido por gordofobia. Mais informações ver nota de rodapé 20.

76. A noção da “submissão” dos corpos a determinados interesses já foi amplamente explorada por diversos estudiosos, entre eles Foucault (1986, 1987), que procurou ressaltar, a influência de certos mecanismos disciplinares e de controle na construção de um “corpo dócil”. Foucault (1986), embora não trate especificamente da questão de gênero, analisa o desenvolvimento do capitalismo em fins do século XVIII e início do século XIX que demandou um controle maior sobre os corpos, investindo-o política e socialmente como força de trabalho. Conforme o pensador francês, “o controle da sociedade sobre os indivíduos não se opera simplesmente pela consciência ou pela ideologia, mas começa no corpo, com o corpo. Foi no biológico, no somático, no corporal que, antes de tudo, investiu a sociedade capitalista” (Foucault, 1986, p. 80).

social de seguir modelos estéticos pré-definidos por uma sociedade que segue padrões brancos é de vista, de forma deturpada, como uma busca por cuidado e também de autocuidado, um cuidado voltado para agradar e atender o outro, a partir de um modelo idealizado difícil ou impossível de alcançar se for levado em consideração interseccionalidades de raça/etnia, idade ou tipo de corpo⁷⁷.

O ideal de beleza feminino, representado pela violência que constitui a exigência social de um corpo jovem, onde o ageismo⁷⁸ e o capacitismo⁷⁹ predomina, esbelto e branco, aponta para uma passagem de um modelo de poder repressivo/normativo para outro constitutivo: “a eficácia das práticas disciplinares é maior quando não são vividas como demandas externas ao sujeito, mas como comportamentos auto-gerados e auto-regulados” (Foucault, 1977, p. 136). Esse ideal é vivenciado como uma escolha pessoal da mulher e não como um assujeitamento imposto socialmente. Uma “escolha” que gera culpa e sofrimento mental.

Em um mundo patriarcal, a esfera que cabe à mulher (ainda) é a do âmbito privado, da família, onde o ideal de existência que encontra é o viver para os outros, em cuidar (os outros). Sair desse espaço para o cuidar de si – autocuidado - ainda é visto como uma “desnaturalização”.

A lógica binária inclui a “naturalização do cuidado” como algo relacionado ao feminino. Dentro dessa lógica, o autocuidado – o cuidar de si – é percebido, muitas vezes, como uma forma egoísta de estar e

77. Que inclui também deficiências.

78. Preconceito, discriminação por idade. Também conhecido por idadismo ou etarismo.

79. Preconceito, discriminação contra pessoas com algum tipo de deficiência.

sentir o mundo ou ainda apontado (por familiares ou companheiros) como “autoindulgência”, gerando sofrimento psíquico entre as mulheres.

A dificuldade de dar espaço para o autocuidado também ocorre entre as ativistas feministas. Essa dificuldade foi relatada em 2007 a partir de entrevistas realizadas com mais de 100 ativistas em 45 países e que resultou no livro “Que Sentido Tem a Revolução Se Não Podemos Dançar?”, escrito por Jane Barry e Jelena Djordjevic (2007). No livro, aparece o estranhamento das feministas em responder perguntas pessoais que “fugiam ao estrito tema do ativismo”, desvelando o pouco espaço dado por essas mulheres a questões pessoais e de autocuidado.

Por estar situado no âmbito da linguagem e das práticas sociais, o cuidado pode ser visto dentro da esfera política e do poder. É o que fazem Guacira Oliveira e Jelena Dordevic (2015), do grupo de coordenação da ONG CFEMEA, ao defender o cuidado como uma forma de intervenção política:

O cuidado entre ativistas é uma forma de intervenção política que oportuniza, às mulheres que estão no ativismo, lidar com elementos que bloqueiam sua trajetória de transformação no âmbito subjetivo. É um caminho para interpelar o individualismo, o sexism, o racismo e outras formas de discriminação que introjetamos e nos oprimem. E, ao mesmo tempo, é uma maneira de lidar e buscar eliminar tais elementos dos discursos e práticas de quem quer transformar o mundo. (Guacira Oliveira & Jelena Dordevic, 2015, par. 2)

Aí reside a importância de estudar sobre cuidado e autocuidado, sendo este último visto aqui como um espaço de autoconsciência e transformação dentro do movimento feminista. A partir do uso de mídias digitais é possível examinar de que maneira podem estimular a saúde mental, novas subjetividades, novas formas de participação das mulheres

ativistas na internet e como podem ofertar novas formas de resistência em tempos de cerceamento dos direitos individuais e coletivos e de pandemia pelo Covid-19.

No que respeita ao autocuidado, Audre Lorde⁸⁰ (2019) coloca como “uma forma de autoproteção, como um ato de luta política”⁸¹. No Brasil pandêmico e com cada vez menos direitos sociais, é possível olhar o autocuidado como uma forma (e possibilidade) de autoconhecimento, onde o individual e o coletivo convivem e se transformam continuamente.

Cuidado nos Movimentos Feministas e a ONG CFEMEA

De acordo com a pesquisadora estadunidense Scott (1989, p. 09), o feminismo, como movimento global, aborda as preocupações em relação ao gênero em uma sociedade patriarcal⁸². Nesta reflexão considera-se o feminismo como a busca por uma sociedade sem hierarquia de gênero, onde o gênero não seja utilizado para conceder privilégios ou legitimar a opressão. O feminismo pode ser observado a partir de diferentes posturas, ou ondas:

1ª Postura - Um esforço inteiramente feminista que tenta explicar as origens do patriarcado. A primeira onda feminista, marcada pela luta pelo direito ao voto universal no final do século XIX e começo do século XX, já mostrava as necessidades, reivindicações e diferenças dentro do movimento de mulheres, par-

-
80. Audre Lorde foi a primeira escritora a falar sobre autocuidado desde uma perspectiva política e feminista em 1988, como comentado no começo deste ensaio. Para ela, o bem-estar físico e emocional é essencial para cada mulher e é fundamental para a sustentabilidade do ativismo. A autora teve seu primeiro livro “Irmã Outsider”, traduzido no Brasil apenas em 2019, ou seja, 21 anos depois do lançamento.
 81. A frase faz parte do epílogo do livro “A Burst of Light” (“Mini Manual de Autocuidado para Mulheres na Linha de Frente”, 2018).
 82. Sobre o patriarcado ver nota de rodapé 9.

ticularmente no que diz respeito a realidade diferenciada entre as mulheres brancas e não brancas, o que no caso brasileiro, ainda segue ocorrendo.

No Brasil, o movimento feminista⁸³, teve início no século XIX, com a luta pelo direito ao voto e à vida pública. Em 1917, Nísia Floresta, que ao lado de Bertha Luz é considerada pioneira no feminismo brasileiro, fundou a Federação Brasileira pelo Progresso Feminino, que tinha como objetivo lutar pelo sufrágio feminino e o direito ao trabalho sem a autorização do marido.

2ª Postura - Situa-se no seio de uma tradição marxista e procura um acordo com as críticas feministas.

A segunda onda do feminismo, a partir dos anos 70/80, ofereceu relevância às duas questões fundadoras deste momento: a diferença social como um “fato”, sendo o gênero uma construção social a partir dessas diferenças e a noção de identidade como algo substancial, marcado pela constância (Valeska Zanello, 2018, p. 43). Nesse momento, o conceito de gênero aparece como categoria científica e ganha espaço acadêmico.

No entanto, mais uma vez, as diferenças entre mulheres brancas, particularmente as de classe média e alta, e não brancas é deixado de lado, inclusive no país. É nos anos 70 na França que aparecem os primeiros grupos de reflexão entre mulheres, considerados os pioneiros de grupos de cuidado entre mulheres ativistas. No Brasil, a segunda onda feminista teve início nos anos 70 num momento de crise da democracia.

As lutas incluíam a valorização do trabalho da mulher, o direito ao prazer, o fim da violência sexual e também a luta contra a ditadura militar. O primeiro grupo foi formado em 1972, sobretudo por professoras universitárias. Em 1975 formou-se o Movimento Feminino pela Anistia. Nessa época surge o jornal Brasil Mulher, editado no Paraná e depois transferido para São Paulo, onde circulou até 1980.

3ª Postura - Está dividida entre o pós-estruturalismo francês e as teorias anglo-americanas de relações de objeto, inspirando-se nas várias escolas de psicanálise para explicar a produção e a reprodução da identidade de gênero do sujeito.

83. Movimentos feministas pensados desde o ponto de vista das mulheres brancas.

A terceira onda do feminismo, que começou no final dos anos 80 do século XX, colocou em xeque vários pressupostos dos momentos anteriores, inclusive a inquestionabilidade da diferença sexual, anatômica e biológica, levando em consideração que as questões biológicas sempre foram utilizadas para reduzir e restringir os espaços femininos.

Nesse momento há uma pluralização do movimento feminista, assim como das teorias feministas acadêmicas, que passam a levar em consideração os diferentes gêneros. Começa-se a discutir os paradigmas estabelecidos nas outras ondas, colocando em discussão a micropolítica⁸⁴.

A questão da invisibilidade das mulheres negras dentro da pauta de reivindicação do movimento feminista toma corpo. No Brasil, o feminismo negro começou a ganhar força no começo dos anos 80 buscando espaço para que as mulheres negras fossem consideradas sujeitos políticos, mas foi apenas entre 2018/2019 que a literatura negra baseada em uma perspectiva de gênero estourou no mercado editorial brasileiro. A maior representante da terceira onda do feminismo, a filósofa Judith Butler (2002), defende que a diferença sexual é uma construção de gênero e assim sendo, é um conceito que está relacionado e implica relações de poder – historicamente determinadas pelos homens - de privilégios e de maior ou menor prestígio.

A autora também questiona o conceito de “identidade de gênero” como algo estático afirmando que o tornar-se homem ou mulher ocorre através da cultura a partir de diferentes discursos que circulam em uma sociedade binária, o que significa obrigar os corpos a se conformar com idéias historicamente construídas de “homem” e “mulher”. Esses discursos aparecem e se multiplicam na família, na escola, nos meios de comunicação, nos artefatos culturais e artísticos (livros, revistas, espetáculos, filmes, analógicos ou *online*, etc), como tecnologias de gênero⁸⁵

84. Aqui pensada a partir de Foucault e da capacidade de resistência de pequenos grupos a partir do redescobrimento e articulação dos coletivos, das tribos, das associações.
85. No sentido utilizado por Teresa de Lauretis (1987), ao afirmar que gênero é o produto de diferentes tecnologias sociais e de diversas epistemologias e práticas críticas institucionalizadas, bem como práticas da vida cotidiana. Essas tecnologias sociais podem ser analógicas e/ou digitais, como a internet mediada por diferentes plataformas digitais, entre elas o rádio, a televisão, o cinema, os jornais, revistas e videojogos.

nos locais de trabalho, nas diferentes manifestações religiosas e nos grupos sociais, como clubes e associações, entre outros, “naturalizando-se” até serem questionados.

4^a Postura - A partir de 2012, autoras como Prudence Chamberlain passaram a falar de uma quarta onda dos movimentos de mulheres, que aparece a partir de campanhas mundiais nas redes sociais digitais em defesa das mulheres. Segundo Prudence Chamberlain (2017), os temas focados nos feminismos da quarta onda incluem o assédio nas vias públicas e no ambiente de trabalho, a violência sexual nos campi e a cultura do estupro⁸⁶. Exemplos do feminismo da quarta onda são, em nível internacional, os projetos *Every Day Sexism* e *No More Page 3* (Reino Unido), *Stop Bild Sexism* (Alemanha), o vídeo viral *Walking in NYC as a Woman*, a campanha *#YesAllWomen* e o movimento *#MeToo*, a partir da denúncia de mulheres famosas que foram estupradas.

No Brasil, a quarta onda aparece em campanhas *online* contra o feminicídio e a violência contra as mulheres, como é o caso de *#NenhumaAMenos*⁸⁷, na campanha *#MeuAmigoSecreto*⁸⁸ e nas edições anuais da Marcha das Mulheres (2017, 18, 19 e 2020), da Marcha das Mulheres Negras, realizada desde 2015, da Marcha das Margaridas (Giovanna Galvani, 2019), realizada desde 2015 e da Marcha das Mulheres Indígenas (2019).

O presente estudo se situa na quarta onda do feminismo ao analisar projeto virtual Roda de Cuidado e Autocuidado entre Mulheres Ativistas da ONG CFEMEA realizado através do uso de mídias digitais em tempos

-
86. O termo “cultura” do estupro existe desde os anos 70 do século XX dentro dos estudos feministas e está longe de ser uma unanimidade, uma vez que coloca na cultura, na sociedade, um ato de violência contra a mulher, quando essa violência ocorre em toda estrutura social.
 87. Campanha contra o assassinato de mulheres que surgiu na Argentina em 2015 (*#NiUnaMenos*), que além de atos na rua, viralizou no Facebook e Twitter. O termo foi criado pela jornalista mexicana Marcela Ojeda e a campanha se expandiu para o Chile, México, Peru, Uruguai, Espanha e Brasil (Mari Luz Peinado, 2015)
 88. Criada pela ativista brasileira Juliana Farias do Think Olga em 2015 para o Facebook e Twitter. A campanha ganhou as redes sociais digitais e se espalhou pelo mundo.

de pandemia e aumento da violência contra as mulheres, mas leva em consideração também os estudos de Judith Butler (2002), localizados na terceira onda. A autora afirma que tornar-se homem ou mulher ocorre através da cultura a partir de diferentes discursos que circulam em uma sociedade binária, o que significa obrigar os corpos a se conformar com idéias historicamente construídas de “homem” e “mulher”.

A escolha da ONG Centro Feminista de Estudos e Assessoria (CFEMEA) não ocorreu por acaso.

Foto 01

Página do CFEMEA no Facebook



Nota. O Facebook oferece informações sobre cuidado e autocuidado produzidos pela ONG, assim como informações diárias sobre os direitos das mulheres.
Cfemea Feminista (s.d.)

Historicamente a instituição tem relevância nacional em defesa dos direitos das mulheres e, a partir da popularização da internet, tornou-se uma voz ainda mais importante na esfera pública nacional e internacional, ocupando espaços de compartilhamento social também através da virtualidade. A voz feminista do CFEMEA se faz presente ainda na esfera pública presencial, seja nas atividades desenvolvidas com

mulheres em todo país quanto nas lutas desenvolvidas no Congresso Nacional e no ativismo de rua, em manifestações públicas.

Foto 02

Página da ONG CFEMEA no Instagram



Nota. Lançamento da Cartilha sobre Rodas Virtuais de Cuidado e Autocuidado entre mulheres ativistas em dezembro de 2020.
cfemea_feminista (2020)

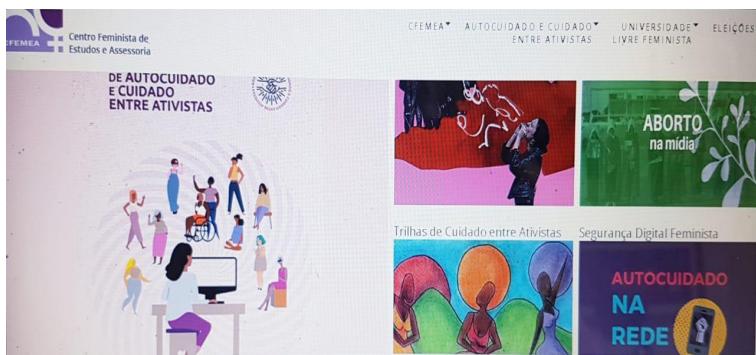
Criada em 1989 em Brasília e considerada referência nacional, a ONG CFEMEA, desde 2015, inaugurou um ciclo de trabalho orientado à sustentabilidade do ativismo feminista e das mulheres. Essa orientação ocorre em duas linhas de ação: o desenvolvimento da dimensão política do autocuidado e do cuidado entre ativistas e militantes; e a formação política feminista.

De acordo com o site da ONG, a instituição vem promovendo cursos, debates, encontros, formações e rodas de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas, trazendo elementos dos grupos de autorreflexão que inauguraram a onda feminista dos anos 60; da Terapia Comunitária Integrativa (criada nos anos 1980), da metodologia da Roda de Mulheres (desenvolvida pela ONG Arcana, em 2004), e da práxis

educativa feminista, que tem como referência a pedagogia de Paulo Freire. “O diálogo entre as mulheres, sujeitas de suas próprias vidas, é um elemento central desta metodologia, geradora de processos reflexivos e de autoconscientização, voltados para uma ação transformadora da realidade”.

Foto 03

Página web da ONG CFEMEA



Página inicial do site CFEMEA (<https://www.cfemea.org.br>)

A cada ano o CFEMEA organiza, gratuitamente, cursos de formação presenciais para as rodas de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas. Em 2020, por causa do Covid-19 o curso foi realizado pela primeira vez na versão *online* e reuniu 30 mulheres militantes de diferentes regiões do país. Durante cinco meses, as alunas tiveram 25 encontros de formação, com 55 horas de duração no total. No final desse período, foram consideradas aptas para organizar e coordenar novas rodas de mulheres, multiplicando a aprendizagem recebida.

No primeiro semestre de 2020, o CFEMEA deveria realizar a 11^a roda de mulheres presencial no Espaço Lobeira, localizado na sede da ONG,

no bairro Asa Sul, em Brasília, a partir de março. O projeto presencial não pôde se concretizar por causa da pandemia de Covid-19 e da necessidade de isolamento social. A solução encontrada pelas organizadoras da roda foi transpor o projeto para o mundo virtual. As organizadoras das rodas partiram das 10 experiências presenciais anteriores que ocorreram semestralmente desde 2015 para a construção coletiva das rodas virtuais com as mulheres ativistas, em um co-aprendizado contínuo e horizontal.

Em meio à pandemia do Covid-19, o discurso torna-se o dispositivo pelo qual a identidade de gênero se constitui e, ao mesmo tempo, constitui a materialização da resistência por meio da linguagem (Judith Butler, 2002), reforçando o que Foucault falou ainda em 1988 sobre a possibilidade de serem criados espaços de resistência dentro do poder. Neste sentido, a proposta de ocupação de espaços presenciais e/ou virtuais para multiplicar propostas feministas, entre elas as que incluem o cuidado e autocuidado entre ativistas, pode ser significativo para ampliar a participação das mulheres, dar sustentabilidade às lutas feministas e ao mesmo tempo, contribuir para a saúde mental das mulheres participantes através do autocuidado.

Não se trata mais de pensar o feminismo como uma massa compacta, como ocorreu na segunda onda e sim de pensar o movimento feminista com diferentes grupos de mulheres, com e respeitando suas singularidades. De acordo com Teresa de Lauretis (1987), para além das relações de gênero, o sujeito também está marcado por um campo social heterogêneo com sua complexidade e diferenças, que incluem as relações de classe, raça, sexualidade, idade, nível educacional, religiosidade e/ou ocupação. Desde o final do século XX e especialmente

em tempos de pandemia tem sido necessário incluir também as relações com o mundo virtual e o uso das redes sociais digitais.

No caso das rodas virtuais de cuidado e autocuidado foi necessário se deparar com as diferentes realidades das mulheres ativistas, particularmente em termos de acesso e uso de tecnologias digitais, observar os diferentes níveis de alfabetização digital, assim como as possibilidades de aproveitamento das atividades *online*. E é nesse ponto que é possível avaliar a importância das tecnologias digitais, particularmente em tempos de Covid-19 e isolamento social, tema abordado no Capítulo 3.

Julia Silveira
Sardinha
2019



3

TECNOLOGIAS DIGITAIS

É possível construir/reforçar afetos, estimular novas sociabilidades e laços sociais entre mulheres ativistas a partir de uma roda de mulheres que ocorre apenas no mundo virtual utilizando as redes sociais digitais?

Essa foi a pergunta norteadora que pontuou esta pesquisa no que diz respeito ao capítulo sobre tecnologia. A mesma pergunta apontou os desafios tecnológicos de organizar uma roda de mulheres ativistas totalmente construída e desenvolvida no mundo *online*, na qual a maioria já havia passado pela experiência de vivenciar uma (ou mais) roda presencial, onde o abraço, o beijo, o contato visual e o carinho são fatores importantes para constituir o laço social.

Laço social é o termo cunhado por Lacan em sua leitura daquilo que Freud chamava de vida social para designar qualquer acontecimento que envolvesse a atitude do sujeito em relação aos outros.

Uma noção que aparece na sua teoria dos discursos (*O Seminário, livro 17, O avesso da Psicanálise - 1969- 70*). Outros autores como os sociólogos Wolton (1998), Bauman (1999) e a psicanalista Sherry Turkle (1997) também refletiram sobre os laços sociais.

Sherry Turkle (1997), por exemplo, afirmou que os mundos virtuais podem ajudar na ressignificação de aspectos de si. E os três autores, embora tenham escrito sobre laços sociais antes do *boom* da internet, acreditam que as redes sociais digitais constituem poderosos elos da corrente relacional.

Os discursos, sejam eles presenciais ou virtuais, servem de fundamento para a criação e/ou fortalecimento do laço social, uma vez que cada um implica uma articulação do campo de sujeito com o campo do Outro, o que reflete o princípio de todo laço social. Nesse sentido, acredito que a ideia de laços sociais ajuda na reflexão sobre criação e/ou fortalecimento de vínculos também no mundo virtual entre as participantes das rodas virtuais de cuidado e autocuidado do CFEMEA, cuja estrutura e funcionamento é analisada no Capítulo 4 deste estudo.

Embora muitos teóricos separarem os dois mundos: o real e o virtual, para Adriana Braga (2008, 2020), não existem dois mundos, pois ambos são ambientes sociais. O virtual é um mundo sem toque, onde as teclas funcionam como extensão dos dedos mediadas pela tecnologia, como preconizou McLuhan nos anos 60 do século XX.

Acredito que, pelas diferenças nos níveis de alfabetização digital, nos níveis de acesso e na infraestrutura de internet, uma parte das brasileiras e brasileiros, ainda não naturalizou o mundo virtual como um outro ambiente social. Esse ainda é um processo de transição cuja mudança foi acelerada pelo Covid-19.

Foi levado em consideração que as mulheres que participam da roda virtual são mulheres identificadas com o (s) movimento(s) feminista(s) e, em menor ou maior grau, participam - ou já participaram - de grupos de mulheres e/ou ONGs da área. Ou seja, têm uma relação de pertencimento em relação ao tema.

Aparentemente a pergunta que aparece no primeiro parágrafo (É possível construir/reforçar afetos, estimular novas sociabilidades e laços sociais entre mulheres ativistas a partir de uma roda de mulheres que ocorre apenas no mundo virtual utilizando redes sociais digitais?) poderia ser respondida com um simples sim, já que o Covid-19 confinou uma parte significativa dos brasileiros e brasileiras em casa, particularmente as classes média e alta. Mas exatamente no Brasil, este *SIM* possui diferentes nuances, dadas as desigualdades sociais, culturais, econômicas e tecnológicas existentes no país.

Entre essas nuances estão as restrições de acesso à internet, a velocidade da rede, os diferentes níveis de alfabetização digital das mulheres, a questão geracional, que nem sempre está relacionada ao nível educacional e cultural (Cosette Castro & Barbosa Filho, 2018), e o medo às tecnologias da informação e da comunicação (TICs).

É possível que algumas pessoas pensem que se trata apenas de uma “questão tecnológica” que não está diretamente relacionada ao tema desta pesquisa. No entanto, a questão tecnológica não pode ser diminuída ou deixada de lado – nem ser observada apenas desde o ponto de vista de quem tem acesso garantido, bons equipamentos e uma rede estável sob o risco de ser criada uma nova exclusão.

Em tempos de pandemia, de isolamento social e distanciamento físico, o mundo virtual – para os incluídos digitais - se tornou a janela

de contato com o mundo, a partir do uso de celulares/*smartphone*, *Ipads* e computadores com acesso à internet.

Mas isso ocorre com “todo mundo”? A resposta é Não. Essa pergunta leva a outras questões:

- Quais são os equipamentos mais utilizados?
- Qual a infraestrutura de rede? E qual a velocidade dessa rede?
- Quais as possibilidades das mulheres utilizarem esses recursos (seja para participar de uma roda de mulheres virtual, seja para fazer uma denúncia de violência doméstica)?

Em termos de inclusão digital, em 2018, o relatório *Digital In* (Kemp, 2018), ofertado pelos serviços *online Hootsuite* e *We Are Social*, mostrou que dos 7,5 bilhões de habitantes no planeta, 4,021 bilhões estão conectados. Ou seja, estão incluídos digitalmente apenas 53%, pouco mais da metade da população mundial, embora o discurso presente na academia, no mercado e na mídia passe a ideia de que “todos estamos conectados”.

Destes 53%, existem 3,196 bilhões de internautas que utilizam redes sociais digitais, o que representa 42% de todos habitantes do planeta, mas em cada país esse acesso é diferente, seja por questões de alfabetização digital, seja por falta de infraestrutura de rede, pelo preços de equipamentos, pelo valor da mensalidade de internet, ou ainda pelos diferentes níveis de velocidade de rede ofertados à população.

Apesar de todos os problemas de baixa infraestrutura de rede, o Brasil pré-pandemia era o 3º país no mundo a ficar mais tempo *online*, com uma média diária de 9,14 horas. Os internautas acessaram a internet

utilizando diferentes plataformas tecnológicas, principalmente o celular, a tecnologia digital mais usada no mundo para entrar nas redes sociais digitais (RSD). A rede social digital mais acessada no país é o WhatsApp (WApp), seguida pelo Facebook (FB). A troca de e-mails é cada dia mais reduzida, perdendo espaço, particularmente entre as gerações mais jovens, para a instantaneidade do FB e do WApp.

No caso deste estudo, foram utilizados o aplicativo Whatsapp e as salas de reuniões *online*, como os aplicativos *Jitsi Meet* e *Zoom*. Considera-se que as rodas virtuais de cuidado e autocuidado promovidas pelo CFEMEA fazem parte do ciberativismo.

Trata-se do ciberativismo que atua como resistência em um país com graves diferenças sociais, educativas, com diferenças gritantes de infraestrutura e acesso às tecnologias digitais; com um crescente cerceamento ao direito à diferença e ao corpo das mulheres. Um país onde a violência contra as mulheres, tanto a violência doméstica quanto os feminicídios, aumentaram consideravelmente em 2020 e seguem crescendo em 2021. Um ciberativismo atualizado que não esquece da subjetividade das participantes, como será possível observar no próximo capítulo.

O ciberativismo é aqui compreendido como:

toda estratégia que persegue a mudança da agenda pública, a inclusão de um novo tema na ordem do dia da grande discussão social, mediante a difusão de determinada mensagem e sua propagação através do “boca a boca” multiplicado pelos meios de comunicação e publicação eletrônica pessoal”. (Ugarte, 2008, p. 77, como citado em Ligyane Reis et al., 2013, p. 6)

As redes sociais digitais, no caso desta pesquisa o Whatsapp, são compreendidas como “comunidades de sentimentos”, conforme

conceituou Appadurai (1996). Uma comunidade de sentimentos onde se unem sujeitos com interesses comuns e que formam laços sociais.

Os interesses comuns aqui são: 1) o(s) movimento(s) de mulheres, uma mesma visão política do mundo, assim como as questões ligadas ao cuidado e autocuidado entre ativistas. Pode-se acrescentar outra questão oriunda da pandemia: 2) o baixo nível de contato presencial com as redes de apoio familiares e redes de apoio da comunidade, assim como 3) a insegurança frente ao futuro gerado pela pandemia provocada pelo Covid-19 e suas variantes.

Segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua/Tecnologia da Informação e Comunicação - PNAD Contínua TIC (2018), divulgada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), os celulares são o principal meio de acesso à internet no Brasil.

Para compreender melhor a “modernidade” dos equipamentos, é preciso saber quantos desses aparelhos são de segunda, terceira ou quarta geração – 2G, 3G e 4G - o que implica em diferentes níveis de acesso, uso e aplicabilidade de programas de acesso à internet em cada *smartphone*.

De acordo com a Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel), até março de 2020, a maioria dos brasileiros possuía equipamentos 4G – 157.577 milhões de pessoas, embora cada pessoa possa ter mais de um equipamento e outras não terem nenhum. Por outro lado, ainda existem 29.042 milhões de brasileiros com celulares de segunda geração (2G) e outros 39.662 milhões que possuem aparelhos 3G.

Isso significa 68.704 milhões de brasileiros que usam apenas parcialmente os recursos da internet e das redes sociais digitais por possuírem

equipamentos antigos que não permitem baixar ou subir à rede fotos, *gifs* e vídeos ou utilizar aplicativos e programas que exigem mais memória.

Conforme o Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (CETIC), até o final de 2019, 70% da população - equivalente a 126,9 milhões de pessoas - possuíam acesso à internet. Outros 30% - 54,4 milhões de brasileiros - ainda vivem no mundo analógico. Isto é, um em cada quatro brasileiros são excluídos digitais. Podem até saber que existe um mundo digital, mas esse universo não está ao alcance deles.

Entre os incluídos digitais, segundo a Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel), até março de 2020, estavam 50% de brasileiros que utilizavam *smartphones* comprando tempo na internet. Ou seja, usavam aparelhos no sistema pré-pago e compravam tempo de acesso à internet de acordo com o orçamento do mês.

Na primeira semana da pandemia, em março de 2020, houve um aumento de 40% do uso de internet, sendo que o aplicativo mais utilizado foi o WhatsApp, repetindo o que ocorria no período pré-pandemia. O uso do WhatsApp e o isolamento social trouxeram novidades e novas aprendizagens com um crescente número de videoconferências e *lives* em diferentes aplicativos. Também possibilitaram uma maior demanda da rede para a prestação de diferentes serviços, como os de entrega (*delivery*), de entretenimento (*streaming* de filmes), comércio eletrônico, serviços públicos, ensino e informação *online*, acarretando em maior tráfego na internet e lentidão no sistema.

Sem contar os problemas de lentidão da rede e quedas no sistema, é preciso levar em consideração a deficiente infraestrutura de internet que até hoje não foi sanada no país. A conexão disponível, através da venda

mensal de pacotes de dados, é de média velocidade em comparação com países europeus. Existe acesso à internet com qualidade apenas em determinadas circunstâncias, como é possível observar a seguir:

- Nas capitais;
- Nas cidades acima de 200 mil habitantes;
- Em bairros de classe média e alta.

Quanto mais longe dos centros urbanos, seja nos bairros periféricos ou nas cidades da periferia, pior é a qualidade da internet e a lentidão do sistema. O mesmo ocorre em cidades pequenas, nas áreas rurais e regiões longínquas ou de difícil acesso, como é o caso da Região Norte do país.

A pandemia e o isolamento social escancarou outra dificuldade no Brasil que envolve a tecnologia: o analfabetismo digital. Isto é, embora muitos possuam equipamentos digitais (inclusive de última geração) e acesso à internet, a maioria dos brasileiros não sabe utilizar os aparelhos eletrônicos nem as plataformas *online* disponíveis.

O analfabetismo digital envolve 170 milhões de brasileiros, de acordo como o IBGE (2018), que utilizam o mínimo da tecnologia disponível por falta de conhecimento. Uma dificuldade que não está restrita somente às pessoas como problemas de letramento digital e/ou baixo nível cultural.

Esse analfabetismo digital inclui adultos jovens e idosos com alto nível de habilidades e conhecimento analógico. Muitas vezes, os internautas ficam envergonhados de não conhecer as possibilidades das tecnologias digitais, aprendendo a usar parcialmente os recursos disponíveis, resistindo em pedir ajuda. Muitos alegam que “não gostam de tecnologia”.

O Espaço Virtual Lobeira

Com a chegada do Covid-19 e da necessidade de isolamento social, brasileiras e brasileiros foram obrigados a aprender novas habilidades digitais e encontrar novas formas de comunicação em temas que envolvem cultura, educação, serviços, informação, manifestação política, debates e/ou encontros afetivos no mundo virtual. Também aprenderam a lidar com as fragilidades do universo digital.

A vivência das rodas de mulheres, por exemplo, mostrou que nem todas as ativistas se adaptaram ao mundo digital. Duas mulheres do grupo virtual iniciado em março de 2020 preferiram não seguir participando dos encontros semanais após a experiência de duas rodas. Isso ocorreu por algumas razões: 1) pela dificuldade de utilizar os recursos das tecnologias digitais, entre eles as plataformas virtuais; 2) pela dificuldade de manter a conexão digital durante os encontros; 3) pela dificuldade de ficar mais de uma hora *online* sem cansar; 4) pela dificuldade em estabelecer vínculos no mundo virtual.

A oscilação de rede foi um outro empecilho semanal, dada as diferentes velocidades de internet utilizadas, assim como pela diferença e possibilidades dos equipamentos tecnológicos. Os níveis de oscilação da rede podem ter maior ou menor grau, dependendo da região do DF que cada participante se encontra/ mora. Isso também ocorreu algumas vezes com as organizadoras do encontro, que precisaram ser substituídas por outras colegas na coordenação de atividades da roda virtual.

Os problemas de acesso à internet fizeram com que outras duas mulheres tenham desistido de continuar nos encontros. Ainda assim, uma média de 10 a 12 mulheres participaram semanalmente das rodas

virtuais de cuidado e autocuidado do Espaço Lobeira organizadas pelo CFEMEA entre março e junho de 2020, mais a reunião de avaliação das rodas (realizada na primeira semana de julho).

A instabilidade das salas *online* foi também uma questão a ser resolvida no mundo digital e, no decorrer das semanas, foram feitos testes com mais de uma plataforma (Jit.si Meet e Zoom) para dar conta de manter encontros virtuais de uma hora e meia de duração.

A instabilidade da rede fez com que as rodas virtuais tenham de ser vivenciadas com microfones fechados, sendo abertos apenas para a pessoa que vai falar no momento. E, em outras ocasiões, foi necessário fechar, além do microfone, o vídeo das participantes, sendo aberto apenas o vídeo da pessoa que coordena a atividade ou que está se manifestando, para não interferir na qualidade da transmissão.

Outra questão a ser levada em conta em relação à instabilidade das redes, é que cada vez que uma participante “cai” - fica sem conexão - a atenção na roda e a participação são quebradas, perdendo parte da atividade do dia.

Os desafios do mundo virtual incluem também a busca da segurança da rede para evitar a entrada de *hackers*. Pensando nisso, a equipe de coordenação da ONG fez testes com diferentes plataformas e escolheu a *Big Blue Button*.

Em relação à sala virtual foi levado em consideração a estabilidade da plataforma entre as participantes. A partir de maio de 2020, o CFEMEA passou a utilizar o aplicativo *Zoom* nos encontros *on line*. A partir de então, melhorou consideravelmente a qualidade dos encontros virtuais. Além das rodas, as participantes contavam com um grupo no WhatsApp, onde compartilhavam os *links*, textos, desenhos, vídeos e músicas

relativos à temática de cada encontro. No grupo de WhatsApp também eram postados os trabalhos realizados na aula, onde havia mais espaço e tempo para compartilhar saberes e comentários. As postagens eram restritas às vivências na roda virtual, relativas a ela ou relacionadas a experiências pessoais e/ou coletiva das participantes no contexto da roda.

A organização e participação nas rodas virtuais de mulheres ativistas foi parte das novas habilidades construídas semanalmente, de forma individual e coletiva. Nelas, as participantes eram estimuladas a participar da organização dos encontros de maneira horizontal e circular. Como conta Guacira Oliveira (comunicação pessoal, 2020)⁸⁹, da coordenação do CFEMEA, as rodas são “Processos autogestionados, horizontais, circulares, solidários e de reciprocidade, tecendo redes, com as agulhas do nosso feminismo antirracista, anticapitalista e antiLGBTIfobia”.

As rodas virtuais colaboraram para criar e/ou reforçar laços sociais e incentivam as mulheres ativistas a participar de uma comunidade de sentimentos (Appadurai, 1996), possibilitando também o sentimento psicológico de comunidade (SPC), conceito desenvolvido por Sarason, em 1974, em tempos pré-internet.

Seymour Sarason apresentou este como o conceito central da psicologia comunitária. Ele descreveu o SPC como “o sentimento de que somos parte de uma rede de relacionamentos de suporte mútuo, sempre disponível e da qual podemos depender” (Seymour Sarason, 1974, p. 1). Referiu também que ter esse “sentimento” previne que as pessoas “experimentem sentimentos prolongados de solidão” (p. 1). Embora não tenham objetivo terapêutico, em tempos de isolamento social, as

89. Em apresentação das rodas para ativistas.

rodas semanais de cuidado e autocuidado virtuais entre ativistas colaboraram para reduzir a solidão, incluindo as mulheres em comunidades de sentimentos comuns, onde formaram laços sociais.

Nos encontros semanais se uniram feministas com repertório, valores e interesses comuns, a partir de uma pergunta tema, diferente a cada roda, como por exemplo: “O que na sua casa representa você e o seu ativismo?” A partir da pergunta tema, as ativistas tinham um tempo para selecionar um objeto pessoal da casa e depois relatar ao grupo porque o material escolhido representava a participante no nível pessoal e coletivo.

Entre os interesses comuns das participantes é possível citar:

1. Os movimentos de mulheres
2. As questões ligadas ao cuidado e autocuidado
3. Uma mesma visão política do mundo, no combate ao retrocesso político e social em que o Brasil se encontra e
4. Sentimentos, às vezes contraditórios, relacionados à pandemia, ao futuro e/ou o cenário político/econômico do país⁹⁰.

90. Estes sentimentos foram revelados em rodas onde as participantes eram convidadas, por exemplo, a desenhar, pintar ou escrever sobre como estavam se sentindo durante a pandemia, apontando que tipo de emoções emergiram na vida pessoal e no ativismo.

Julia Silveira
Sardinha
2019



AS RODAS VIRTUAIS DE MULHERES

Desde 2015, as rodas de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas eram realizadas na modalidade presencial no Espaço Lobeira, na sede da ONG CFEMEA, em Brasília - DF. O Espaço Lobeira foi escolhido neste estudo por ser o local da primeira roda de cuidado e autocuidado presencial do Centro Feminista de Estudos e Assessoria. A partir dessa experiência, as rodas foram se expandindo para diferentes locais do Distrito Federal e do país, como Rio de Janeiro, São Paulo e Bahia.

Em março de 2020, por causa da pandemia e do isolamento necessário para se proteger do Covid-19, a roda de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas do Espaço Lobeira passou a ocorrer *online*. Após serem enviados convites por *email* para feministas, os encontros virtuais foram realizados semanalmente nas segundas-feiras pela manhã, durante 1h30, a partir da adaptação da metodologia presencial para o modelo virtual. Essa nova metodologia foi construída semanalmente com

a participação das coordenadoras do CFEMEA e também das ativistas. E reforçadas nas mensagens enviadas pelo grupo criado no WhatsApp.

A roda virtual do Espaço Lobeira representou a 11^a edição do projeto, sendo a primeira totalmente realizada no modo digital. Essa roda de cuidado e autocuidado abriu caminho para outros grupos de cuidado e autocuidado entre ativistas online, como a roda das mulheres da Associação de Mulheres Brasileiras (AMB) e a roda de mulheres ativistas de Planaltina/DF, ambas em sua primeira edição virtual.

A experiência da facilitação das Rodas e o processo de formação de ativistas (já mencionado em capítulo anterior) possibilitaram a dinamização de um processo em rede, denominado Tecelãs do Cuidado, que viabilizou a abertura de várias rodas, reunindo ativistas de diferentes estados, como São Paulo, Rio de Janeiro, Bahia, Rio Grande do Norte e Rio Grande do Sul.

Como lembra Guacira Oliveira, em conversa com a autora, a facilitação das novas rodas foi um processo de transmissão da metodologia, uma formação na ação. Isso ocorreu porque as facilitadoras dessas novas rodas foram ao mesmo tempo conhecendo, se apropriando da metodologia e aplicando essa metodologia junto com as ativistas que já tinham experiência na facilitação das rodas.

Cada roda virtual tem sua própria dinâmica, que pode variar nos seguintes aspectos:

1. **Temporalidade do encontro** - tempo de duração por reunião (horas);
2. **Frequência das rodas** - existem rodas que ocorrem semanalmente; outras que realizam os encontros a cada duas

semanas ou ainda reuniões virtuais que acontecem por duas semanas seguidas, com pausa de uma semana.

3. **Tempo de duração da roda** – número de encontros (quantidade de meses)
4. **Tipo de participação** – a roda virtual pode permanecer aberta para novas entrantes (roda aberta). Pode oferecer encontros iniciais abertos e depois de um tempo não permitir novas entrantes (roda semiaberta) e pode ser uma roda fechada (com convites e número de participantes pré-estipulado).

Quanto ao tipo de participação, existem rodas abertas, como é o caso da Articulação de Mulheres Brasileiras: as ativistas da AMB têm acesso livre à participação semanal. Também existem rodas semiabertas. A 11^a roda virtual do Espaço Lobeira permitiu a chegada de novas mulheres durante os três primeiros encontros e, depois disso, as reuniões virtuais passaram a ser fechadas, a exemplo do que ocorria nas rodas presenciais.

Quanto à duração de cada encontro, semanalmente as rodas duravam 1h30. Caso precisasse se estender um pouco, as participantes eram consultadas durante a roda virtual. Esta temporalidade leva em consideração o cansaço mental e a dispersão que ocorre em atividades virtuais depois de 1h30 de reunião contínua. Além disso, como os encontros começavam às 10h, muitas mulheres precisavam preparar o almoço ou trabalhar em sistema de *home office* a partir das 12h.

Cada ciclo das rodas costuma durar três meses e, depois disso, o grupo avalia o que deve ser mantido ou mudado no próximo semestre. No caso do Espaço Lobeira virtual, após os três meses de roda, na primeira semana de julho, foi realizada a roda de avaliação. Depois

disso, o CFEMEA fez um intervalo de quatro semanas, entre um grupo e outro, observando as sugestões e ajustes que deveriam ser feitos na próxima fase.

Os encontros virtuais são antecedidos por uma reunião de organização *online* na semana anterior, aberta às ativistas do grupo interessadas em participar da construção coletiva e horizontal da roda. As reuniões de organização têm duração entre 1h e 2 horas e incluem a avaliação da roda anterior.

Semanalmente, durante três meses, as participantes receberam mensagens via WhatsApp convidando para o encontro *online* do Espaço Lobeira e, pelo menos 30 minutos antes, a sala virtual era aberta. O convite incluía também a lista de materiais que as mulheres necessitavam ter em mãos para o encontro virtual das segundas-feiras. Além disso, eram disponibilizados poemas, textos, músicas e vídeos que eram apresentados nas rodas.

No caso da primeira roda virtual do Espaço Lobeira, 07 mulheres, das 16 que estavam ativas no grupo de WApp colaboraram para a construção dos encontros virtuais em diferentes momentos durante os 03 meses em que a roda girou. Em geral, uma representante do CFEMEA acompanhava outras duas participantes na organização da roda, que segue a metodologia dos encontros desenvolvida para rodas presenciais, adaptada ao mundo virtual. Também foram propostas novas atividades, direcionadas ao ambiente digital e explorando o ambiente doméstico.

A metodologia das rodas de mulheres foi desenvolvida mesclando trabalhos realizados pelos grupos de autorreflexão que inauguraram a onda feminista dos anos 60; pela Terapia Comunitária Integrativa/TCI (criada nos anos 1980), pela metodologia da Roda de Mulheres desenvolvida

pela ONG Arcana, em 2004 e pela práxis educativa feminista, que tem como referência a pedagogia de Paulo Freire. Cada roda é pensada e desenvolvida a partir de uma pergunta/tema central.

Entre as atividades que acontecem semanalmente, estão as físicas, que incluem momentos de meditação, automassagem, exercícios físicos, como os existentes nas práticas integrativas do SUS, assim como brincadeiras, riso, música e/ou dança, e as atividades criativas, baseadas nas rodas de mulheres da ONG Arcana.

Tais atividades utilizam materiais que estimulem cheiros, odores, lembranças, sons e cores, com uso de pincéis, lápis, canetas para realizar atividades de desenho, pintura, escrita e/ou audição de diferentes estilos musicais relacionados ao tema central da roda. Estas atividades são realizadas para estimular as participantes a se concentrarem na atividade, a falarem sobre seus sentimentos e a relação com o coletivo. Um exemplo é o poema “Se Eu Fosse Eu”, de Clarice Lispector (Toda Poesia, 2014).

Depois que a atividade do dia fica pronta, as mulheres são convidadas a compartilhar na roda o que produziram/escolheram, mas não há obrigatoriedade de participação. As participações podem ocorrer através da fala, da música, da escrita, da poesia, da dança, de um desenho ou pintura.

Um exemplo de pergunta tema foi: “o que te faz sentir em casa? Como é o teu próprio lar?” O exercício consistia em mostrar algo que trouxesse conforto ou mostrar um local da casa em que a ativista se sentisse bem, contando pra demais participantes de que forma isso acontecia. Nessa roda, algumas mulheres mostraram lugares da casa onde se sentiam bem ou em paz; outras mostraram objetos que representavam

o ativismo e houve aquelas que escolheram as plantas para representar espaço de conexão com a vida e a natureza.

A fala diz respeito ao sentimento pessoal (dimensão individual) e está interligada a questões relativas ao ativismo, em sua dimensão coletiva. As manifestações podem aparecer na forma de riso, choro, raiva, medo, tristeza, angústia e/ou esperança. Os sentimentos, positivos ou negativos, são acolhidos e respeitados pela roda, sem conselhos ou julgamento. Sobre isso, a *Mulher 07* comentou:

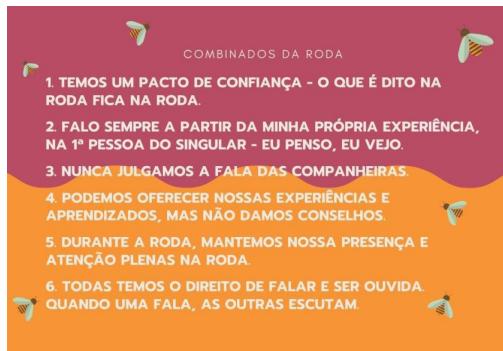
Acredito muito nas rodas; nos movimentos que traz toda essa preciosidade que é a união, o grupo, o movimento dentro dele que é preciso viver, experimentar para transformar pensamentos, emoções. Que vê a mulher com potencial e toda a afetividade que tens umas com as outras.sem julgamento sem conselhos perfeitos. Mas com presença, experiência. (Comunicação pessoal, 2020)

Em tempos de Covid-19 e negacionismo sobre os riscos da pandemia pelas autoridades, o medo, a tristeza e a solidão foram assuntos recorrentes nas rodas, assim como os relatos de preocupação sobre aumento dos diferentes tipos de violência, seja ela doméstica, social e/ou política. Por outro lado, o grupo mostrou sua força através de relatos de experiências solidárias e amorosas que apontam esperança no futuro e a força do coletivo.

Existem regras de convívio que são informadas às participantes ao início das primeiras rodas. Essas combinações são estipuladas e aceitas pelas mulheres ao entrar no grupo e são recordadas semanalmente no começo dos encontros virtuais, como pode ser vista na Foto 04.

Foto 04

Combinações da Roda Virtual



Elaboração: equipe coordenadora da roda

A exemplo do que ocorre na Terapia Comunitária Integrativa (TCI), não é permitido às participantes dar conselhos nem julgar a fala das outras mulheres. A proposta é que cada uma delas relate sua própria experiência sobre como vivenciou e resolveu determinada questão. As falas são realizadas na primeira pessoa do singular (Eu penso, eu acredito, eu sinto).

Sugere-se que os celulares permaneçam desligados durante os encontros virtuais, estimulando as participantes a se concentrarem no aqui-agora, na reunião que está ocorrendo. Tampouco é permitido comentar - fora do encontro virtual - os assuntos tratados dentro da roda. O grupo se baseia na confiança mútua que vai sendo estabelecida a cada encontro e na intimidade crescente, o que permite às mulheres a partilha de experiências e sentimentos íntimos.

Todas as participantes têm direito a fala. E quando uma pessoa fala, as demais escutam. Os microfones permanecem desligados. Por outro

lado, as ativistas não são obrigadas a se manifestar, podendo permanecer caladas durante a reunião, assistindo e escutando.

Embora não seja uma terapia, as rodas virtuais de cuidado e autocuidado contribuem para a saúde mental das mulheres ativistas. Como lembram Muñoz et al. (2011), as trocas de experiências estimulam as pessoas a construírem outras narrativas sobre o fenômeno que causa dor e colaboram para desvelar diversas maneiras de lidar com o sofrimento.

As reuniões que ocorrem a partir das redes sociais digitais são utilizadas também como um espaço de fala sobre o ciberativismo, como lembra Ugarte (2015). O ciberativismo traz à roda de cuidado e autocuidado *online* o papel das mulheres ativistas no cenário brasileiro em um momento de crise política, conservadorismo, perda de direitos e isolamento social.

Um cenário em que parte das participantes da Roda Lobeira precisaram seguir trabalhando presencialmente, inclusive na linha de frente do Covid-19. Nesse período, a principal forma de participação política foi através do mundo digital, em micro ativismos cotidianos, seja no sentido de re-existir, que envolve o âmbito pessoal e subjetivo, seja no resistir, no âmbito público e político.

Metodologia das Rodas Virtuais

Segundo Guacira Oliveira (comunicação pessoal, 2020), uma das coordenadoras do CFEMEA, a metodologia das rodas de cuidado e autocuidado leva em consideração “a importância de dar atenção às nossas emoções, sensações, intuições, como também, ao corpo, à mente e ao espírito, para nos mantermos na luta”. A metodologia utilizada nas rodas agrupa aspectos que favorecem a livre expressão, a afetividade,

a solidariedade e a criação de vínculos fortes e permanentes entre as participantes.

A metodologia de trabalho desenvolvida pela ONG CFEMEA divide a roda de cuidado e autocuidado virtual em seis etapas.

1. Chegança
2. Roda da Conexão
3. Roda do Aquecimento
4. Roda do Sentir/Pensar
5. Roda da Partilha
6. Roda do Aconchego

O primeiro momento é chamado de *Chegança*, quando as mulheres são recepcionadas e acolhidas. Nesse momento são lembradas sobre a proposta da roda virtual daquele dia e sobre as combinações da roda (Foto 04). Em geral, o grupo espera entre 05 e 10 minutos para que as participantes cheguem. Nesse período o microfone fica aberto para saudações e comentários informais.

O segundo momento é a *Roda da Conexão*, aquecimento no qual são realizadas atividades que contribuem para a concentração das participantes, focando no momento presente da roda virtual. A proposta é desacelerar a mente, seja através de meditações curtas ou de automassagem, por exemplo.

O terceiro momento é a *Roda do Aquecimento*, momento de promover a energia física e tirar o corpo da estagnação a partir de propostas como, por exemplo, pular, dançar, cantar, alongar, rir e suar.

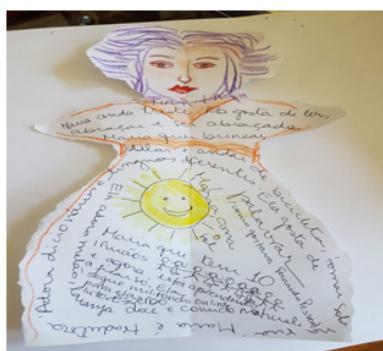
O quarto momento é a *Roda do Sentir/Pensar*, onde é exposto com detalhes o tema daquele dia. Durante esse período, as participantes vão realizar uma atividade relacionada ao tema do dia (desenho, pintura, escrita, canto, etc.). Exemplo de pergunta tema: “Como está a sua relação com a casa durante a quarentena?”

O quinto momento é a *Roda de Acolhimento*, em que o resultado da atividade de integração do grupo é partilhado entre as mulheres presentes. Também é o momento de expor os motivos de ter escolhido aquele caminho para se expressar e o que sentiu ao desenvolver a proposta. É a parte mais longa da roda virtual.

Abaixo aparece o exemplo de um dos exercícios propostos em uma dos encontros da primeira roda virtual. A atividade consistia em criar uma boneca em papel em todas suas etapas: desenho, formato, recorte e pintura, assim como dar nome à boneca, escrever sobre ela e depois contar para as demais participantes a história dessa personagem.

Foto 05

Criando uma história - Maria



Nota. No desenho, a história de Maria foi contada sobre o papel, servindo também de “design” da roupa (blusa e saia).

Arquivo pessoal da autora.

A última etapa é a *Roda do Aconchego*, quando, além de uma atividade final, são feitas as combinações para a próxima roda virtual, inclusive a escolha das próximas organizadoras da roda. Entre as atividades de finalização é possível citar a Roda dos Desejos. Nela uma participante começa escolhendo alguém do grupo para enviar o desejo de que algo se realize (Exemplo: desejo a você saúde, desejo a você um novo emprego, desejo a você esperança, etc), observando para que não haja repetições de nomes e que todas recebam um desejo.

Características da Roda Virtual Estudada

A roda das segundas-feiras no Espaço Lobeira virtual foi formada por mulheres ativistas de diferentes gerações, com idades que variaram entre 25 e 70 anos, residentes em diferentes regiões administrativas do Distrito Federal. E, embora estivessem acostumadas a se manifestar publicamente no mundo presencial, no mundo virtual essa fala às vezes custou mais a aparecer. Na primeira experiência com uma roda virtual, o ambiente *online* revelou um estranhamento com as práticas digitais, o que fez com que, inicialmente, as mulheres se retraíssem e demorassem mais a começar a falar.

Isso ocorre porque falar no mundo virtual expõe a dor, a raiva, o medo, a tristeza ou a angústia, mas sem espaço para o acolhimento conhecido anteriormente, baseado no abraço, no carinho e no beijo, como ocorria no espaço presencial. Por outro lado, permitiu que as mulheres se identificassem com as falas das outras ativistas, ampliando o relato das experiências e sentimentos. Algumas vezes as ativistas precisaram ser estimuladas a falar pelas organizadoras da roda e pelas participantes com mais experiência, mas a fala é sempre opcional, ocorrendo em um ambiente seguro, de confiança mútua.

Na primeira edição da roda virtual, a cada semana, uma participante era voluntária a escrever um texto para a roda virtual, lido no começo do encontro e que, aos poucos, deveria se transformar em um texto coletivo, representativo daquela experiência virtual vivenciada semanalmente nas rodas de mulheres. Esse texto representaria a varinha, objeto usado nas rodas presenciais para garantir o momento da fala. Na experiência da roda presencial, a mulher tomava a varinha, tomava o poder da voz e da fala.

A varinha do mundo físico era um produto palpável, material que além da função de ir tecendo a identidade coletiva do grupo, anunciava na roda presencial o desejo de fala de uma mulher. O texto virtual – algo imaterial e impalpável - deveria representar a fala de cada participante que se concretizaria no momento em que ela escrevesse sobre si, sobre o ativismo e sobre a roda daquela semana, de acordo com o tema escolhido.

A proposta inicial da organização era de que, ao final dos três meses de encontros virtuais, um texto coletivo tivesse sido construído, tecendo assim a identidade daquela roda virtual de ativistas. No entanto, o que se observou no decorrer das rodas é que não foi possível transferir o sentido da varinha das rodas presenciais para o mundo virtual, e que a escrita do texto semanal se tornou uma tarefa “pesada” ao longo dos encontros. Na avaliação final dos encontros as participantes decidiram não utilizar no próximo ciclo a varinha virtual como proposto na primeira roda virtual de cuidado e autocuidado.

De acordo com Joinson (2005, p. 25), as pessoas utilizam as comunidades virtuais - seja o WhatsApp ou as salas virtuais da roda de mulheres - para falarem de si mesmas em ambientes públicos. Estes espaços virtuais são, ao mesmo tempo, restritos às participantes e, conforme as combinações iniciais, tratam de temas confidenciais, que circulam apenas

dentro da roda. Mesmo que algumas não se conheçam presencialmente, nada impede que o processo de *self-disclosure*⁹¹ ocorra.

A autorevelação é um processo de comunicação pelo qual uma pessoa revela informações sobre si mesma para outra(s). A informação pode ser descritiva ou avaliativa, e pode incluir pensamentos, sentimentos, aspirações, objetivos, fracassos, sucessos, medos e sonhos, assim como os gostos, desgostos e favoritos, como pode ser acompanhado no próximo item “As Falas das Ativistas” deste capítulo.

Segundo Nancy Baym (2012), os contatos do grupo virtual passam a ser reconhecidos pelas mulheres ativistas como pessoas confiáveis com as quais podem:

1. Se sentir à vontade para partilhar experiências, como os medos e incertezas pessoais em relação ao futuro em meio à pandemia;
2. Se sentir à vontade para partilhar experiências públicas, como questões políticas e econômicas ou do movimento de mulheres;
3. Colaborar para a troca de experiências cotidianas;
4. Contribuir para se defender de possíveis violências presenciais ou virtuais de grupos conservadores;
5. Ampliar o sentido coletivo de “estar juntas”, mesmo que fisicamente separadas, e
6. Contribuir para o amparo mútuo.

Isso multiplicou práticas de cuidado e autocuidado com outras mulheres e com ativistas em uma comunidade que compartilha laços sociais

91. Self-disclosure: autorrevelação em português. Sobre o tema, ver Johnson (2005).

e referências comuns de sentir e perceber o mundo. Nessa comunidade de sentimentos, as mulheres isoladas pela pandemia também abrem as portas do seu mundo privado. As ativistas tornam público - através das tecnologias digitais - partes do ambiente doméstico (áreas íntimas como quartos, e outras mais “públicas” como cozinhas, salas, escritórios), algo que não ocorreria tão facilmente em tempos pré-pandemia, em encontros presenciais.

As Falas das Ativistas

“Autocuidado é uma grande lupa dentro da gente. Quem se olha e se vê, se cura”. (Mulher 05, comunicação pessoal, 2020)

A partir de agosto de 2020, o questionário *online* semi-estruturado foi enviado em duas etapas para as participantes através do aplicativo Google Docs. Na primeira etapa de envio, em agosto, o questionário foi encaminhado como um pré-teste a três mulheres que contribuíram para o refinamento do formulário ao analisar o número de perguntas, o tempo gasto para responder e a adequação das questões ao tema proposto.

Após esta fase, 13 das 16 participantes receberam os questionários *online*. As 10 mulheres que responderam aos questionários *online* demoraram até dois meses para responder, com entrega finalizada em novembro. Eram majoritariamente moradoras do Plano Piloto em Brasília, região com melhor acesso à internet no Distrito Federal. Também participaram mulheres de diferentes regiões administrativas como Jardim Botânico, Guará I, Taguatinga e Planaltina. Neste último grupo, as mulheres tiveram dificuldades para participar de algumas rodas virtuais devido a dificuldades de acesso a rede e instabilidade na internet.

As ativistas, com idades entre 25 e 70 anos, mostraram dificuldade inicial em usar as plataformas tecnológicas das salas virtuais, já que a maioria não conhecia os aplicativos de salas virtuais como o *Jitsi Meet*, mais tarde (maio) trocado para o *Zoom*. Para resolver a questão, as coordenadoras de cada roda faziam paralelamente contato no WhatsApp (no privado ou no grupo) auxiliando as participantes nos problemas e dúvidas tecnológicas. Ainda assim, duas ativistas desistiram de participar nas primeiras semanas por não se adaptarem às salas e encontros virtuais, o que impede a privacidade na rede.

Uma das participantes relatou que não se adaptou devido ao lugar que estava morando, uma casa pequena com muitas pessoas. “Os moradores falam alto. Muitos ruídos na casa. Acompanhei mais com leituras e visualização dos desenhos” (Mulher 07, comunicação pessoal, 2020). Outras 02 das participantes relataram dificuldade de participar da roda virtual sozinha, seja pela presença de filhos ou de outros familiares.

Ao responder o questionário, as mulheres majoritariamente se declararam heterossexuais, sendo que duas ativistas se posicionaram como bissexuais e uma se identificou como lésbica. Todas se identificaram como mulheres cisgênero. No que diz respeito ao estado civil, 06 participantes são solteiras, 03 estão separadas/divorciadas e apenas uma se encontrava em uma relação estável. Já no quesito cor/raça/etnia, 05 mulheres se autodeclararam pardas, uma se autodeclarou negra e quatro mulheres se autodeclararam brancas.

Todas as participantes do grupo tiveram acesso a educação. Sete fizeram curso superior, embora 02 tenham abandonado a universidade ao perder as bolsas de estudo. Uma das participantes estava fazendo mestrado e duas ativistas concluíram o ensino médio. Entre as entrevistadas,

06 realizavam atividades remuneradas dentro de casa, 02 realizavam atividades remuneradas fora de casa e outras 02 estavam desempregadas.

Entre as entrevistadas, 07 tinham *laptop*, 04 possuíam computador de mesa e todas tinham celulares. No entanto, metade usava celulares pré-pagos, comprando tempo para ter acesso à internet. Apenas uma das participantes não possuía equipamentos digitais em casa, utilizando equipamentos de outras pessoas, familiares e amigos.

Do grupo, com alto acesso à tecnologia, 05 mulheres tinham acesso individual aos equipamentos; 03 dividiam com outras pessoas da família, em geral os filhos e 02 dividiam as vezes os aparelhos com filhos, parentes e/ou amigos.

Entre as perguntas abertas, foram selecionadas 03 questões para serem analisadas nesta etapa da pesquisa. A primeira delas diz respeito às vantagens e desvantagens das rodas virtuais. A segunda questão selecionada para esta análise foi sobre a compreensão de cuidado e autocuidado para as mulheres da roda virtual. E a terceira, revela sobre como as participantes acolheram outras mulheres e de que maneira se sentiram acolhidas. Em cada uma dessas questões, foram selecionadas 03 frases das entrevistadas que consideramos mais relevantes para este estudo.

Sobre as *Vantagens e Desvantagens das Rodas Virtuais*, as mulheres destacaram 15 pontos positivos nas rodas virtuais e 13 negativos. Entre as vantagens da roda virtual está a adaptação do espaço para ativistas mães, uma vez que mulheres com dois ou três filhos dificilmente poderiam participar de uma roda presencial, principalmente em tempos de Covid-19. Também consideraram adequado o período da manhã para a realização das rodas, pois amplia as possibilidades de presença.

Esse período do dia foi escolhido para facilitar a participação das mães do grupo virtual.

As ativistas apontaram a sensação de proteção na roda e o fato dos encontros reduzirem a solidão como pontos importantes das rodas virtuais, que contou com atividades de acolhimento e incentivo à participação.

Quadro 01

Vantagens e Desvantagens das Rodas Virtuais

Vantagens da roda virtual	Desvantagens da roda virtual
1. Logístico – não precisar se deslocar	1. Falta do contato físico
2. O horário (pela manhã)	2. Interrupção por demanda de trabalho ou filhos
3. As formas de colhimento no espaço virtual	3. Instabilidade da rede
4. Aprender a usar novas tecnologias	4. Não saber usar bem as tecnologias digitais
5. Ser ouvida	5. Adaptação à plataforma proposta
6. O grupo, por ser feminino e de autocuidado	6. Sentir o pulsar, o cheiro, o suor
7. A horizontalidade da roda estimula a participação	7. Conseguir se envolver nas atividades virtuais e criar vínculo com as participantes
8. A riqueza da troca. É grande e poderosa. A internet afasta por um lado e aproxima de uma outra maneira.	8. Concentração
9. Poder estar no aconchego e segurança da minha casa.	9. Não conseguir observar a linguagem não verbal

- | | |
|--|--|
| 10. Praticidade | 10. Não parecer real |
| 11. Adaptação para ativistas mãe | 11. Cansaço pelo uso excessivo das telas |
| 12. Ter a possibilidade de ter mulheres de outros locais do país | 12. Impossibilidade de comer juntas |
| 13. Aprender como organizar uma roda virtual | 13. Falta de rede de apoio |
| 14. Sensação de proteção | |
| 15. A roda virtual diminui a solidão | |

Elaborado pela autora

E, apesar de estranharem a falta do contato físico, dos abraços, dos cheiros, de comer juntas e/ou de poder observar a linguagem não-verbal, o grupo seguiu em frente. Consegiu superar as distâncias, vencer o desconhecimento das plataformas e as dificuldades tecnológicas, mantendo os encontros virtuais durante três meses. Além disso, das 16 participantes, 07 - ou seja, 43% - se envolveram na organização das rodas virtuais, um desafio enfrentado também pelas representantes do CFEMEA.

“A principal diferença é a potência do vínculo que se cria presencialmente. Na Roda virtual é como se estivéssemos aguardando o momento de nos encontrar para consolidar o vínculo”. (Mulher 08, comunicação pessoal, 2020)

“Uma vantagem foi o grupo ser feminino e de autocuidado. Estar isolada nesta pandemia muitas vezes me leva a neurá. Sentir que a outra companheira passa, sentir que está vivendo desafios grandes. (...) É muito enriquecedora toda essa presença. É de grande aprendizado, pois a política está envolvida no autocuidado e nas frentes

que muitas parceiras militam, mulheres que admiro”. (Mulher 07, comunicação pessoal, 2020)

“Não me sinto só. A presença virtual ajuda a seguir em frente. Me sinto protegida”. (Mulher 10, comunicação pessoal, 2020)

A segunda questão selecionada para a análise foi sobre a *compreensão sobre cuidado e autocuidado para as mulheres da roda virtual.*

As mulheres que participaram da roda virtual praticam o cuidado com os filhos, com a família, com outras mulheres feministas, com a natureza e com a casa. E 08 trabalharam recebendo remuneração, mesmo *online*. Durante a pandemia, 03 trabalharam entre 05 a 08 horas por dia; outras 03 ativistas entre 08 e 12 horas e 02 mulheres trabalharam de 03 a 05 horas. Isso demonstra que, apesar de praticarem autocuidado, ainda há desequilíbrio em relação ao tempo usado para o cuidado de si.

Nos depoimentos, a ideia de cuidado aparece entrelaçada ao autocuidado, revelando que, para parte das participantes, o cuidado e o autocuidado não estão separados. Este é o caso das entrevistadas 02, 03, 04 e 07, como pode ser observado abaixo. São dimensões diferentes que se complementam.

“É um olhar e uma escuta sincera, carinhosa para comigo e para com os outros”. (Mulher 02, comunicação pessoal, 2020)

“É fazer por mim o que faço pelos outros”. (Mulher 03, comunicação pessoal, 2020)

“Cuidado é uma dimensão de acolhimento e respeito comigo e com o outro”. (Mulher 04, comunicação pessoal, 2020)

Para as Mulheres 03 e 07 a relação entre o individual e o coletivo também aparece na concepção de autocuidado:

“É um ato coletivo de amor e político”. (Mulher 03, comunicação pessoal, 2020)

“Fazer por mim e pras pessoas que amo, o que me cabe e tudo dentro de minhas condições”. (Mulher 07, comunicação pessoal, 2020)

As mulheres da roda virtual foram unâimes em afirmar que praticam autocuidado, ainda que em temporalidades diferentes. Embora o autocuidado seja mais amplo, as mulheres exemplificaram algumas práticas como o uso de chás e sucos naturais; alimentação saudável; exames anuais; automassagem; banho de sol e terapia *online*.

No entanto, o tempo dedicado ao autocuidado variou entre 01 a 02 horas por dia para 04 mulheres; de 02 a 03 horas para 03 ativistas. Duas mulheres que estavam sem emprego puderam dedicar até 08 horas por dia ao autocuidado enquanto uma outra ativista conseguia dedicar 01 hora, mas não todos os dias.

A maioria das entrevistadas compreendem o autocuidado como um espaço para cuidar de si, promover bem-estar, ouvir o corpo e também como espaço para colocar limites em si mesmas.

“É me perceber como ser humano merecedora de amor e carinho”. (Mulher 02, comunicação pessoal, 2020)

“O autocuidado é uma ferramenta para nossa autonomia”. (Mulher 04, comunicação pessoal, 2020)

“Dar atenção ao meu corpo e ouvir seus sinais e pedidos de ajuda”. (Mulher 06, comunicação pessoal, 2020)

Quadro 02

O que é Cuidado e Autocuidado para Você

O que é o cuidado para você	O que é o autocuidado para você
Cuidado é presença, escuta ativa, olhar atento e capacidade de supervisionar e atender necessidades essenciais de pessoas em situação de dependência. (<i>Mulher 01, comunicação pessoal, 2020</i>)	É ter um tempo para conectar-me comigo, ser capaz de identificar meus próprios anseios e realizar atividades básicas, como tomar banho, me alimentar e dormir. (<i>Mulher 01, comunicação pessoal, 2020</i>)
É um olhar e uma escuta sincera, carinhosa para comigo e para com os outros (<i>Mulher 02, comunicação pessoal, 2020</i>)	É me perceber como ser humano merecedora de amor e carinho (<i>Mulher 02, comunicação pessoal, 2020</i>)
É fazer por mim o que faço pelos outros (<i>Mulher 03, comunicação pessoal, 2020</i>)	É um ato coletivo de amor e político (<i>Mulher 03, comunicação pessoal, 2020</i>)
Cuidado é uma dimensão de acolhimento e respeito comigo e com o outro. O cuidado transcende o físico e concreto, pois ele atravessa nosso sentir, nosso estar consigo e com o todo. Só cuido do outro verdadeiramente quando cuido de mim e vice-versa. Ao meu sentir e pensar cuidado não é apenas um verbo de ação, ele também é um estado, um convite para o sentir, receber e se entregar.	Cuidar de mim vai além do aspecto físico, funcional e individual.
Cuidado não é apenas um verbo de ação, ele também é um estado, um convite para o sentir, receber e se entregar. (<i>Mulher 04, comunicação pessoal, 2020</i>)	O autocuidado nos dá a possibilidade de agregarmos amorosamente nossos aspectos subjetivos, nossas emoções, nossos conflitos. Nesse caminho temos a possibilidade de ter consciência e acolher o que há de luz e de sombra em nós mesmos.
	Uma escuta sensível e profunda de mim mesma que me promove bem viver e um sentimento de pertencimento com o outro e com o meio em que estou inserida.
	No caminho do autocuidado experimento a empatia e a compaixão de uma forma única. Eu, em mim, sinto e compartilho a experiência do outro com muita verdade e profundidade.
	O autocuidado é uma ferramenta para nossa autonomia. (<i>Mulher 04, comunicação pessoal, 2020</i>)

Me aceitar do jeito que sou (*Mulher 05, comunicação pessoal, 2020*)

Me escutar e respeitar o que meu corpo e a mente pedem.

Não me violentar, saber dizer não para mim mesma

Autocuidado é uma grande luta dentro da gente. Quem se olha e se vê, se cura (*Mulher 05, comunicação pessoal, 2020*)

Ter atenção e acolhimento com pessoas que são importantes para mim ou aquelas a quem eu posso ajudar (*Mulher 06, comunicação pessoal, 2020*)

É dar importância ao meu bem-estar e fazer tudo que é possível para conseguir.

Dar atenção ao meu corpo e ouvir seus sinais e pedidos de ajuda. (*Mulher 06, comunicação pessoal, 2020*)

É zelar pelo que sou e pelo que tenho.
Sejam pessoas, coisas, situações. Eu sempre tive como desafio o cuidar, o aprender a me expressar, confiar, relaxar.

As experiências trouxeram com elas travas que ao decorrer de minha jornada, estou no caminho desse cuidado comigo e para com os outros - quem convivo e me relaciono. Acredito muito nas rodas; nos movimentos que traz toda essa preciosidade que é a união, o grupo, o movimento dentro dele que é preciso viver, experimentar para transformar pensamentos, emoções. Que vê a mulher com potencial e toda a afetividade que tens umas com as outras. sem julgamento sem conselhos perfeitos. Mas com presença, experiência (*Mulher 07, comunicação pessoal, 2020*)

É um mover para dentro. tudo que valorizo e sei que me traz bem estar, colocar em prática seja onde for e com e como for.

Hoje percebo que o intelecto, o social e toda a dinâmica que a política envolve também faz parte do poder de autoconhecimento e autocuidado. Gosto de estar mais comigo; sinto que colocar uma música, ler livros, me permitir aprender sem ter tantas exigências e rigidez - tudo faz parte de um autocuidado. Fazer por mim e pra pessoas que amo, o que me cabe e tudo dentro de minhas condições (*Mulher 07, comunicação pessoal, 2020*)

Ter atenção com as pessoas ao meu redor, oferecer afeto da forma que seja possível pra mim, propor atividades que tragam felicidade para pessoas ao meu redor, participar da vida de amigxs e familiares (*Mulher 09, comunicação pessoal, 2020*)

É me auto amar, criar um ambiente de amor e felicidade para mim seja para o presente ou para o futuro e fazer atividades que diminuam o estresse do cotidiano. (*Mulher 09, comunicação pessoal, 2020*)

É estar presente e ajudar outras pessoas
(Mulher 10)

É olhar pra mim observando minhas
necessidades e dores.
É respeitar meus limites (Mulher 10)

Elaborado pela autora

A terceira questão a ser analisada foi a maneira *como as participantes perceberam o seu acolhimento a outras mulheres e a forma como sentiram acolhidas nas rodas.*

As mulheres 01, 04, 07, 09 e 10 afirmaram que acolheram suas companheiras através da escuta atenta, amorosa e pela presença. Já as mulheres 03, 05, 09 e 10 relataram que contribuíram para o acolhimento ao facilitar rodas e por estarem presentes.

“Ofereci uma escuta ativa e amorosa”. (Mulher 01, comunicação pessoal, 2020)

“Mantendo contatos diários com algumas (mulheres), mesmo fora da roda”. (Mulher 02, comunicação pessoal, 2020)

“Propondo, facilitando outras rodas”. (Mulher 03, comunicação pessoal, 2020)

Quadro 03

De que Maneira Acolheu Outras Mulheres e se Sentiu Acolhida

De que maneira acolheu outras mulheres?

Ofereci uma escuta ativa e amorosa, mas sinto não poder oferecer tanto, em termos de mediação, organização, etc. Eu me sinto mais cuidada que cuidadora na roda. (Mulher 01, comunicação pessoal, 2020)

De que maneira se sentiu acolhida?

Eu me senti ouvida. E a mera presença de outras mulheres, a visão dos nossos rostos, fizeram com que sentisse que não caminhou só. (Mulher 01, comunicação pessoal, 2020)

Mantendo contatos diários com algumas mesmo fora da roda. Às vezes com um simples “Bom dia”. Ou com “Como estamos hoje?” (Mulher 02, comunicação pessoal, 2020)

Propondo, facilitando outras rodas (Mulher 03, comunicação pessoal, 2020)

Com a escuta e a presença (Mulher 04, Mulher 07, comunicação pessoal, 2020)

Pelo relato, quando saíram que estão aliviadas (Mulher 05, comunicação pessoal, 2020)

Com a escuta e a presença (Mulher 04, Mulher 07, comunicação pessoal, 2020)

Escutando atentamente, facilitando as Rodas e propondo atividades para movimentar e soltar o corpo e compartilhando minha forma de ver o mundo (Mulher 09, comunicação pessoal, 2020)

Escutando, apoiando. Estando presente na roda (Mulher 10, comunicação pessoal, 2020)

Percebo que existe uma escuta sincera (Mulher 02, comunicação pessoal, 2020)

Com a escuta (Mulher 04, comunicação pessoal, 2020)

Pelo olhar e escuta, sem críticas. Apenas sendo acolhida (Mulher 05, comunicação pessoal, 2020)

O cuidado dos diálogos, da dinâmica que acontece a Roda e todo carinho que pude sentir as músicas, as falas na 1º pessoa (Mulher 07, comunicação pessoal, 2020).

Quando compartilhamos sobre a experiência da pandemia de mulheres que moram sozinhas; escutando também as outras dificuldades de quem mora com mais gente; quando criamos juntas e desenhamos. Também me senti acolhida quando as mulheres receberam bem as atividades que eu facilitei (Mulher 09, comunicação pessoal, 2020)

Me senti pertencendo a um grupo, a uma grande família que não me julga (Mulher 10, comunicação pessoal, 2020)

Quanto à maneira como se sentiram acolhidas, as entrevistadas disseram, majoritariamente, que o acolhimento ocorreu quando se sentiram ouvidas. Além disso, se sentiram acolhidas ao falarem na primeira pessoa e assumindo a sua própria voz, ao não serem julgadas, e ainda ao preparar e organizar as rodas.

“A mera presença de outras mulheres, a visão dos nossos rostos, fizeram com que sentisse que não caminho só”. (Mulher 01, comunicação pessoal, 2020)

“Pelo olhar e escuta, sem críticas. Apenas sendo acolhida”. (Mulher 05, comunicação pessoal, 2020)

“Me senti acolhida quando as mulheres receberam bem as atividades que eu facilitei”. (Mulher 09, comunicação pessoal, 2020)

As respostas das mulheres fazem eco à metodologia das rodas virtuais apresentada no item “*Metodologia das Rodas Virtuais*” deste capítulo. Essa metodologia se propõe a ressaltar a importância de dar atenção às emoções, sensações, intuições, assim como ao corpo e à mente, conectando o individual e o coletivo, o autocuidado e o cuidado.

No próximo capítulo são apresentadas as Considerações Finais relacionando os capítulos e as categorias propostas.

Julia Silveira
Sardinha
2019



CONSIDERAÇÕES FINAIS

“A roda é um espaço político ativista, onde damos relevância a dimensão emocional e afetiva do cuidado. Aqui transgredimos, ultrapassamos a fronteira entre o pessoal e o político”. (Guacira Oliveira, da coordenação do CFEMEA)

A pesquisa *Cuidado e Autocuidado entre mulheres ativistas no mundo online – estimulando (novas) subjetividades em tempos de pandemia e violência* levou dois anos para ser concluída. Após o levantamento do estado da arte⁹² em Português e Espanhol e aprovação no CEP/UnB, no final de 2019, o projeto foi reformulado e atualizado, sendo desenvolvido durante a pandemia (2020) com uso da observação participante, do diário de campo e de questionários semiestruturados, utilizando os recursos da etnografia virtual⁹³.

O trabalho de campo *online* durou sete meses (março a novembro de 2020). A realização das diferentes etapas só foi possível pela aprovação

92. Levantamento do conhecimento existente sobre os temas da pesquisa, a partir do recorte selecionado.

93. O trabalho foi finalizado em meio ao luto pessoal e coletivo (2021).

da pesquisa no CFEMEA. Também foi possibilitada pelas três mulheres que contribuíram para avaliar o pré- questionário e pela participação das 10 mulheres ativistas que responderam os questionários *online* semiestruturados. Metade das 10 ativistas nunca tinha respondido a um questionário semiestruturado *online* e a maioria não conhecia a plataforma de questionários *online* do Google Doc.

Nesse meio tempo, em meio a pandemia e a falta de vacinas, aumentou a violência doméstica e os feminicídios, mostrando que o Brasil segue sendo um país perigoso para as mulheres. Ao finalizar relatório pós-doutoral, em março de 2021, estudo do Instituto de Pesquisa e Consultoria (IPEC) sobre violência contra as mulheres apontou o aumento da violência e do feminicídio no Brasil durante a pandemia. Uma média de 108 mulheres foram assassinadas por mês no primeiro semestre de 2020. A cada minuto, 25 brasileiras sofrem algum tipo de violência, o que atinge 15% da população feminina, isto é, 13,4 milhões de mulheres.

Outras violências contra as mulheres se ampliaram no âmbito institucional, como o aumento de projetos de lei que pretendem regular os corpos das mulheres, entre eles o que proíbe o aborto em qualquer circunstância, mesmo em caso de estupro. Ou o apoio do governo brasileiro a governos e projetos internacionais que representam um retrocesso aos direitos e a vida das mulheres. Além disso, em meio à pandemia, não houve nenhuma política pública emergencial para oferecer lugares paliativos de moradia às mulheres vítimas de violência nem auxílio emergencial continuado para garantir a sobrevivência dos mais fragilizados, entre eles mulheres pobres, negras e pardas, mulheres trans e imigrantes.

Foram dedicados dois capítulos (1 e 2) e uma categoria de análise – dispositivo materno - para compreender como se estrutura o processo de violência contra as mulheres existente no Brasil. Além da violência que cresceu durante a pandemia, observa-se a naturalização do cuidado como feminino, levando em conta o conceito de dispositivo materno desenvolvido por Tania Swain (2006) e ampliado por Valeska Zanello (2018). Também foram desenvolvidos dois conceitos durante a pesquisa:

1. O conceito de pedagogia do feminicídio (Cosette Castro, 2020) - uma “pedagogia” invisível, pois não aparece oficialmente. Ela vai sendo naturalizando em frases, ordens, ditos, “brincadeiras” e músicas, reduzindo o perigo dos diferentes tipos de violências (moral, sexual, psicológica, física e patrimonial), até chegar ao seu ápice: o assassinato de mulheres.
2. O conceito de pedagogia da secundarização (Cosette Castro, 2020) - ensinada desde a infância, onde as meninas são educadas a se colocar em segundo lugar frente aos homens e aos familiares mais velhos. A maior parte delas ainda hoje segue colocando suas vidas em segundo plano e quando pensam o autocuidado o fazem de forma individual, como se não estivesse relacionado ao contexto em que vivem e ao mundo social.

Este livro foi escrito a partir de desde um olhar que privilegiou reflexões de autoras feministas, principalmente de língua portuguesa e espanhola, e se situa na quarta onda do feminismo, caracterizado pelo ativismo digital, conforme Prudence Chamberlain (2017), também conhecido como ciberfeminismo ou ciberativismo. A pesquisa acompanhou a situação de isolamento pelo Covid-19 e do uso intensivo de mídias e plataformas digitais a que fomos (e ainda estamos sendo) submetidos.

Originalmente seriam estudadas as rodas presenciais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas e o uso de mídias digitais para estimular (novas) subjetividades. Entretanto, com a pandemia, as rodas de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas organizadas pelo CFEMEA passaram a acontecer virtualmente e o estudo foi adaptado à nova modalidade.

Essa adaptação ao mundo virtual ocorreu durante as rodas, quando as participantes experimentaram as novas – e nem sempre fáceis - possibilidades do mundo *online* em um país com tantas diferenças sociais, econômicas, culturais e tecnológicas. Tais diferenças acabaram por definir a influência tecnológica como categoria de análise. Por sua centralidade, a questão tecnológica recebeu um capítulo específico (3).

O projeto inédito em sua versão presencial, as rodas de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas também são inéditas na versão digital. O projeto se baseia na metodologia utilizada nas rodas presenciais realizadas desde 2015 pela ONG CFEMEA e serviram de base para construção dos novos ciclos de rodas virtuais conforme apresentado no capítulo 4 do livro.

As rodas virtuais semanais duravam 1h30 e ocorreram durante três meses durante o primeiro semestre de 2020, em plataformas como o Jitsi Mee e Zoom, sendo o Zoom adotado oficialmente a partir de maio. Nelas, as ativistas encontraram espaço para falar sobre suas dificuldades, medos, desenvolveram atividades de cuidado e autocuidado, assim como trataram de questões políticas e do ativismo em tempos de pandemia.

As participantes usavam o grupo de WhatsApp como espaço de comunicação. No grupo eram compartilhadas semanalmente informações sobre a roda virtual, informações relacionadas ao tema da roda,

entre eles poemas, vídeos, músicas e textos, assim como os trabalhos realizados durante os encontros.

Do grupo original de 18 mulheres, 02 ativistas desistiram de participar, por falta de adaptação às tecnologias digitais e/ ou problemas de conexão. Outras 16 mulheres acompanharam a roda virtual durante os três meses, com uma média de 10 a 12 mulheres presentes a cada roda.

Dessas 16 mulheres, 07 contribuíram na organização e coordenação das rodas virtuais, ampliando e multiplicando o projeto *online* de cuidado e autocuidado. Com isso, reforçaram o caráter horizontal e autogestionário dos encontros onde todas as ativistas têm a oportunidade de participar do processo de construção das rodas. Das 16 mulheres, 03 contribuíram na fase pré-questionário *online* oferecendo sugestões e contribuições e outras 10 mulheres responderam ao questionário semiestruturado.

A seguir são realizadas análises e comentários a partir das quatro categorias de análise utilizadas neste estudo a partir da Análise do Discurso Crítica. São elas:

1. Influência Tecnológica
2. Dispositivo Materno
3. Laços Sociais
4. Resistência

Influência Tecnológica

“É possível construir/reforçar afetos, estimular novas sociabilidades e laços sociais entre mulheres ativistas a partir de uma roda de mulheres que ocorre apenas no mundo virtual utilizando as redes sociais digitais?”

Esta pergunta norteou a questão tecnológica e o Capítulo 3, dedicado ao tema. Acredito que sim, apesar das diferenças de acesso à internet, de uso de diferentes aparelhos e dos variados níveis de alfabetização digital.

As 10 ativistas que participaram do estudo a partir de questionários semiestruturados *online* possuíam diferentes níveis de acesso a internet e distintos equipamentos tecnológicos para se comunicar. Também tiveram problemas, como a falta de computador ou celular com tecnologia e memória suficiente para uso de vídeo e/ou pela instabilidade da internet no bairro/região administrativa onde residem. Inicialmente isso gerou problemas de conexão e comunicação que, no decorrer das rodas, foram sendo resolvidos.

Outro fator inicial de dificuldade foi o desconhecimento das mulheres sobre como utilizar as salas de reuniões virtuais e suas possibilidades. Este fato fez com que duas ativistas desistissem de participar da roda virtual. Por outro lado, 16 ativistas continuaram participando até o final, mantendo uma média de 10 a 12 mulheres presentes por semana.

Elas dispunham de celulares, computadores de mesa e/ou *laptop* para participar, o que coloca o grupo em um lugar privilegiado frente à diversidade tecnológica brasileira. Por outro lado, metade das entrevistadas (05) possuía celulares pré-pagos⁹⁴, caracterizando-se como compradoras de tempo para lograr conexão por esse aparelho. Apenas uma das ativistas não possuía equipamentos tecnológicos, tendo que utilizar aparelhos de familiares ou amigos.

Para as 04 mulheres com filhos, o fato da roda de cuidado e autocuidado ser realizada virtualmente ajudou, porque seria difícil sair com

94. Diferente dos celulares pós-pagos que garantem a conexão todo o mês.

crianças para participar de encontros presenciais ou deixar os filhos com outra pessoa em plena pandemia no primeiro semestre de 2020. Mulheres com trabalho *online* também apontaram a roda virtual como uma vantagem, pois puderam adaptar seus horários de trabalho à roda sem precisar se deslocar.

Durante a pandemia, 05 das mulheres que responderam ao questionário passaram a utilizar tecnologias digitais durante 08 a 11 horas por dia, sendo que 01 delas afirmou usar internet mais de 11h por dia. Outras 03 ativistas, usaram a internet entre 05 e 08 horas. Esse tempo ficou assim dividido: 09 utilizavam parte do tempo para assistir *lives* e debates, 08 delas usava parte desse tempo para trabalhar, 08 para estudar, 08 participantes dedicaram parte do tempo na internet ao movimento de mulheres e 07 ativistas abriram espaço para lazer e arte.

O projeto ofereceu dois espaços virtuais mediados por equipamentos tecnológicos: as rodas virtuais, realizadas na plataforma Zoom, e o grupo de WhatsApp, no qual as participantes trocavam informações durante a semana, postavam as produções realizadas nas rodas virtuais e onde recebiam textos, poemas, músicas e vídeos relativos aos temas dos encontros.

Dispositivo Materno

Ao estimular o cuidado entre as mulheres e o autocuidado dentro dos encontros semanais e também fora deles, as rodas virtuais colaboraram para o sentido de grupo e como rede de apoio virtual, assim como para reduzir a espiral de violência de gênero que, em situações radicais, pode terminar em assassinato. Com isso, contribuem para romper a lógica da pedagogia do feminicídio.

As rodas também contribuem para questionar e deslegitimar a pedagogia da secundarização, essa estratégia histórica de subordinação das mulheres desenvolvida pelo patriarcado, que no caso brasileiro também é racista. Uma estratégia que não é oficial, mas tem poder dentro da família e em diferentes grupos sociais e na estrutura do Estado.

Nos encontros virtuais, as ativistas são o centro do cuidado e estão no centro do autocuidado. Nesse sentido, as rodas virtuais de cuidado e autocuidado atuam como contra-pedagogias da violência, no sentido dado por Rita Segato (2018), de se contraporem às diferentes formas de violência cotidiana, atuando como resistência e estimulando re-existências.

Levou-se em consideração o corpo como a primeiro território. Como a primeira irradiação de uma subjetividade (Simone Beauvoir, 2009), como o instrumento que efetua a compreensão do mundo, pois é através dos olhos, das mãos, que se apreende o universo. E em tempos de pandemia, a roda virtual de cuidado e autocuidado é o espaço - através dos olhos na câmera e na tela, dos dedos e das mãos nas teclas - em que se reafirma o corpo, o grupo e o estar no mundo.

O dispositivo materno, proposto por Valeska Zanello (2018). contribuiu para pensar os processos de constituição e subjetivação das mulheres, que aparecem também como fatores de desempoderamento. Nesse sentido, o dispositivo materno permite compreender as dinâmicas e processos subjetivos e sociopolíticos relacionados ao cuidado, colocados socialmente como inerentes à mulher.

Foi possível observar a dificuldade de muitas mulheres no Brasil em realizar o autocuidado, pois significa o deslocamento do papel de cuidadoras “natas” - um dispositivo destinado ao outro - para um dispositivo destinado ao autocentramento e o amor por si mesmas através

do autocuidado como prática cotidiana. Essa dificuldade - que também ocorre entre mulheres ativistas - é ressignificada, durante as rodas virtuais, pois as participantes são estimuladas e praticam o cuidado uma das outras e o autocuidado semanalmente, ampliando o cuidar de si como uma prática frequente e o cuidar das outras como prática amorosa do ativismo. Dessa maneira, também o movimento de mulheres e o ativismo é ressignificado, levando em consideração a diversidade e singularidades de suas participantes.

As 10 mulheres que responderam aos questionários semiestruturados *online* foram unânimes em afirmar que praticavam o autocuidado com frequência. No entanto, o tempo dedicado ao autocuidado variou entre 01 a 02 horas por dia para quatro das ativistas e de 02 a 03 horas entre 03 das mulheres. Duas mulheres estavam sem emprego remunerado e puderam dedicar até 08 horas por dia ao autocuidado, enquanto uma outra participante conseguia dedicar 01 hora, mas não todos os dias. Ainda assim, há uma longa caminhada pela frente em direção ao autocuidado diário. É grande a diferença entre as tarefas de cuidar e o espaço dedicado ao autocuidado entre as ativistas.

Laços Sociais

No começo das rodas algumas mulheres demonstraram receio de não conseguir se conectar com pessoas desconhecidas apenas no mundo virtual. No decorrer das semanas, a escuta atenta da fala das demais participantes e o fato de se sentirem ouvidas, estimulou a criação de vínculos e o estabelecimento de laços sociais.

Nos encontros semanais se uniram feministas com repertório, valores e interesses comuns, a partir de uma pergunta/tema comum a cada roda.

Entre esses interesses comuns é possível citar:

1. Os movimentos de mulheres
2. As questões ligadas ao cuidado e autocuidado
3. Uma mesma visão política do mundo, no combate ao retrocesso político e social em que o Brasil se encontra e
4. Sentimentos, às vezes contraditórios, relacionados à pandemia, ao futuro e/ou o cenário político/econômico do país.

Como disse Guacira Oliveira (comunicação pessoal, 2020), uma das coordenadoras do projeto de cuidado e autocuidado virtual entre mulheres ativistas do CFEMEA, a roda de cuidado presencial e virtual representa um ciclo, que se abre e se fecha depois de três meses. “A roda não é para sempre, tem esse movimento. Traz para cada mulher a realidade da impermanência neste mundo de pandemia, cheio de incertezas”. Aceitar os ciclos, respeitar e confiar na transformação dos giros de cada roda, no ciclo de cada ativista e do grupo, propicia um movimento juntas.

Esse movimento passa pelo acolhimento individual e propicia também um acalentar coletivo, mesmo que o toque, os abraços, os beijos não sejam permitidos, somente na ordem dos sonhos e do desejo. Também permite extrapolar o momento das rodas virtuais estabelecendo e/ou fortalecendo vínculos de amizade.

Nessa comunidade de sentimentos onde se estabelece o laço social, as mulheres, isoladas pela pandemia, abriram as portas do seu mundo privado. As ativistas tornaram público - através das tecnologias digitais - partes do ambiente doméstico (áreas íntimas como quartos) e outras

mais “públicas” como cozinhas, salas, escritórios, algo que não ocorreria em tempos pré-pandemia, em encontros presenciais.

Resistência

Em meio a sobrecarga cotidiana de trabalho de casa e do cuidado de familiares, do *home office* e do isolamento social obrigatório⁹⁵ por causa do Covid-19, é possível observar que, muitas vezes, as mulheres se esquecem de si mesmas. Também se esquecem desse esquecimento, o que as impede de “cuidar de si” e de praticar o autocuidado. As pessoas nessas condições mantêm-se distante de si com atenção localizada em outras coisas que não elas mesmas. Isso também pode ocorrer com mulheres ativistas que, além do cuidado doméstico e familiar, e de trabalhar em sistema de *home office* ou fora de casa, ainda organizam e/ou coordenam grupos feministas. Nesse sentido, as rodas virtuais de cuidado e autocuidado permitem um deslocamento para olhar para si, sem perder a dimensão coletiva, uma vez que as rodas se propõem a transpassar as fronteiras do pessoal e do coletivo.

A cada semana as participantes da roda virtual passaram a ser reconhecidas pelas demais mulheres ativistas como pessoas confiáveis com as quais podiam se sentir à vontade para partilhar experiências e sentimentos. Entre elas, os medos e incertezas pessoais em relação ao futuro em meio à pandemia, ou públicas, como questões políticas e econômicas.

As rodas virtuais também colaboraram para a troca de experiências cotidianas, para se defender de possíveis violências presenciais ou

95. Para quem pode trabalhar em casa. Outras mulheres, principalmente mulheres pardas e negras de baixa renda, precisam sair para trabalhar, utilizando transporte público.

virtuais de grupos conservadores, para ampliar o espírito coletivo de “estar juntas”, mesmo que fisicamente separadas, e para se amparar mutuamente. Além disso, permitiu multiplicar práticas de cuidado e autocuidado com outras mulheres e com ativistas em uma comunidade de sentimentos que compartilha laços sociais e referências comuns de sentir, estar e perceber o mundo.

Em tempos de isolamento, fundamentalismo religioso e conservadorismo, as rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas representam um espaço inovador de estímulo à saúde mental, à solidariedade, à resistência que existe dentro de uma comunidade de sentimentos, que desenvolve laços sociais, que protege e se protege.

Trata-se de um espaço seguro e criativo de proteção coletiva. É também um espaço de ativismo em resposta ao retrocesso político, social e econômico em meio à pandemia, à violência contra as mulheres e ao estado de abandono coletivo que o país se encontra. Um espaço que tem duas vertentes de comunicação: o WhatsApp usado para troca de informações sobre a roda, e a roda virtual propriamente dita, através das salas *online*.

Embora os encontros virtuais não sejam uma terapia de grupo, colaboraram para estimular a saúde mental das mulheres ativistas e para reduzir o isolamento social em que a maioria se encontrava (e ainda se encontra). Em tempos de pandemia, as rodas virtuais de mulheres ativistas geraram aprendizado coletivo e horizontal entre quem organiza as atividades semanais e as participantes que também são estimuladas a organizar e coordenar os encontros *online*. Com isso, oferecem novas possibilidades de empoderamento feminino, autogestão e estímulo (ou reforço) a novas lideranças.

Durante os três meses de duração (março a junho, mais o encontro de avaliação realizado na primeira semana de julho), a roda virtual de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas permitiu as mulheres sonharem com o re-encontro, garantindo assim a resistência e reforçando a re-existência de cada mulher, de cada corpo, do seu ativismo e do coletivo, assim como a certeza de não andar só.

Julia Silveira
Sardinha
2019



REFERÊNCIAS

- Amaral, A. (2009). *Autonetnografia e Inserção Online. O papel do “pesquisador-insider” nas práticas comunicacionais das subculturas da Web”* [Trabalho apresentado em congresso]. XVII Encontro da Compós. http://www.compos.org.br/data/biblioteca_315.pdf
- Ayres, J. B. (2004). O Cuidado, os modos de ser (do) humano e as práticas de saúde. *Saúde e Sociedade*, 13(3), 16-29. <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/nvGMcCJJmpSSRjsGLhH8fmh/?lang=pt>
- Amorim, D. (2020, fevereiro 15). Informalidade Cresce e É Recorde em 20 Estados. *UOL*. <https://economia.uol.com.br/noticias/estadao-conteudo/2020/02/15/informalidade-cresce-e-e-recorde-em-20-estados.htm>
- Appadurai, A. (1996). *Dimensões culturais da globalização*. Teorema.
- Barry, J., & Đjordđevic, J. (2007). ¿Qué sentido tiene la revolución si no podemos bailar? *Fondo Alquimia*. <https://www.fondoalquimia.org/project/que-sentido-tiene-la-revolucion-si-no-podemos-bailar/>

Bauman, Z. (1999). *Modernidade Líquida*. Zaar Editores.

Baym, N. (2012). “ Fans or friends?: seeing social media audiences as musicians do”. *Participations: Journal of Audience and Reception Studies*, 9(2), 286-316.

Beauvoir, S. (2009). *O Segundo Sexo*. Nova Fronteira.

Benevides, B. (2018, agosto 28). O brasil não é país que mais mata pessoas trans do mundo? ANTRA Associação Nacional de Travestis e Transexuais. <https://antrabrasil.org/2018/08/28/o-brasil-nao-e-pais-que-mais-mata-pessoas-trans-do-mundo>

Benevides, B., & Nogueira, S. N. B. (2020). *Dossiê Assassinatos e Violências Contra Travestis e Transexuais Brasileiras em 2021*. ANTRA, IBTE. <https://antrabrasil.files.wordpress.com/2021/01/dossie-trans-2021-29jan2021.pdf>

Braga, A. (2006). Técnica etnográfica aplicada à comunicação online: uma discussão metodológica. *UNIRevista*, 1(3), 1-11. https://scholar.google.com.br/citations?view_op=view_citation&hl=pt-BR&user=ODIFpCAAAAAJ&citation_for_view=ODIFpCAAAAAJ:9yKSN-GCB0IC

Braga, A. (2008). *Personas Materno-Eletrônicas. Feminilidade e Intereração no Blog Mothern*. Ed. Sulina.

Braga, A. (2011). Sociabilidades Digitais e as Reconfigurações das Relações Sociais. *Desigualdade & Diversidade*, (9), 95-104. http://desigualdadediversidade.soc.puc-rio.br/media/09%20DeD%20_%20n.%209%20-%20artigo%204%20-%20ADRIANA.pdf

- Braga, A. (2020). Maternidades Digitais. Identidade, classe e gênero nas redes sociais. *Revista Razón y Palabra*, 4(108). <https://www.revistarazonypalabra.com/index.php/ryp/article/view/1659>
- Bueno, S., & Reinacha, S. (2021, março 12). Cada Minuto 25 Brasileiras Sofrem Violência Doméstica. *Piauí. Folha*. <https://piaui.folha.uol.com.br/cada-minuto-25-brasileiras-sofrem-violencia-domestica/>
- Butler, J. (2002). *Cuerpos que importan: sobre los límites materiales y discursivos del sexo*. Paidós.
- Campanha nacional quer barrar inclusão de serviços domésticos de atividades essenciais nos estados. (2020, maio 15). Recuperado de <https://fenatrad.org.br/2020/05/15/campanha-nacional-quer-barrar-inclusao-de-servicos-domesticos-de-atividades-essenciais-nos-estados/>
- Caputi, J., & Russel, D. (1992). Femicide: sexist terrorism against women. In D. E. Russell & J. Radford (Eds.), *Femicidio: la política de matar mujeres*. Twayne.
- Cartilha Rodas Virtuais de Autocuidado e Cuidado Entre Ativistas. (2020). Recuperado de <https://www.cfemea.org.br/index.php/publicacoes/4856-cartilha-rodas-virtuais-de-autocuidado-e-cuidado-entre-ativistas>
- Castro, C. (2012). *Comunicação Digital, Educação, Tecnologia e Novos Comportamentos*. Paulinas.
- Castro, C. (2019). *Mídias Digitais, Cuidado e Autocuidado no Movimento Feminista como Estratégia de Participação* [Conferência proferida]. 42º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, Belém, PA. <http://portalintercom.org.br/anais/nacional2019/resumos/R14-2008-1.pdf>

Castro, C. (2020). Mídias Digitais, Cuidado e Autocuidado no Movimento de Feminista como Estratégia de Participação. In A. T. Ribeiro (org), *Comunicação, Política e Atores Coletivos*. Ed. Atena. <https://www.atenaeditora.com.br/post-artigo/39063>

Castro, C., & Barbosa Filho, A. (2018). *Brasil 4D, Interatividade, Convergência e Participação na TV Digital*. Ed. Senac.

Cfemea Feminista. (s.d.). *Página inicial* [página do Facebook]. Facebook. Recuperado em 14 de outubro de 2020, de <https://www.facebook.com/cfemea.feminista/>

cfemea_feminista [@cfemea_feminista]. (2020, Dezembro 26). *#Retrospectiva2020 - o tema de hoje é Autocuidado e cuidado coletivo* [Imagen]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CJRgs42FOEW/?hl=pt-br>

Cfemea Feminista esteve em direto. (2020, outubro 6). *Live Ativismo e Cuidado - A proposta da live Ativismo e Cuidado é oferecer um espaço de troca e compartilhamento de* [Vídeo anexado] [Status update]. Facebook. https://www.facebook.com/watch/live/?v=768504923695888&ref=watch_permalink.

Chamberlain, P. (2017). *The Feminist Fourth Wave: Affective Temporality*. London University.

Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO). (1946). OMS - Organização Mundial da Saúde. <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organização-Mundial-da-Saúde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>

Coutinho, R. (Org.). (2011). *O Enfrentamento da Violência Contra a Mulher: uma construção coletiva*. Comissão permanente de promotores

- da violência doméstica e familiar contra a mulher. <https://direito.mppr.mp.br/arquivos/File/cartilhaViolenciaContraMulherWeb.pdf>
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *The University of Chicago Legal Forum*, 1989(article 8). <https://chicagounbound.uchicago.edu/uclf/vol1989/iss1/8/>
- Dadicó, C. (2019, dezembro 08). Da Caça às Bruxas ao Feminicídio: a construção do ódio às mulheres. *Catarinas*. <https://catarinas.info/da-caca-as-bruxas-ao-feminicidio-a-construcao-do-odio-as-mulheres/>
- Desemprego Continua Alto. (2020, março 31). Recuperado de <https://economia.uol.com.br/empregos-e-carreiras/noticias/redacao/2020/03/31/desemprego-pnad-continua-ibge.htm>
- Equidade de Gênero em Saúde. (s.d.). Recuperado de <https://www.paho.org/pt/topicos/equidade-genero-em-saude>
- Fairclough, N. (1989). *Language and Power*. Longman.
- Fairclough, N. (2008). *Discurso e mudança social*. Editora Universidade de Brasília.
- Federici, S. (2017). *Calibã e a Bruxa: mulheres, corpo e acumulação primitiva*. Editora Elefante.
- Federici, S. (2019). *Mulheres e Caça às Bruxas*. Boitempo

Foucault, M. (1977). *Microfísica do Poder*. Paz & Terra.

Foucault, M. (1984). *Microfísica do Poder*. Ed. Paz & Terra.

Foucault, M. (1986). *História da Sexualidade* (vol. I). Edições Graal.

Foucault, M. (1987). *A Arqueologia do Saber*. Forense-Universitária.

Foucault, M. (1988). *Microfísica do Poder*. Graal.

Foucault, M. (1993). *História da Sexualidade I: a vontade de saber*. Graal.

Foucault, M. (1996). *Microfísica do Poder*. Graal.

Foucault, M. (2000). *Microfísica do poder*. Graal.

Fragoso, S., Recuero, R., & Amaral, A. (2011). *Método de Pesquisa na Internet*. Sulina.

Franco, L. (2019, fevereiro 26). Violência contra a mulher: novos dados mostram que ‘não há lugar seguro no Brasil. BBC News. <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-47365503>

Freire, M. M. (2006). *Mulheres, mães e médicos: discurso maternalista em revistas femininas (Rio de Janeiro e São Paulo, década de 1920)*. [Tese de doutorado, Rio de Janeiro, Casa de Oswaldo Cruz/ Fiocruz]. <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/19793>

- Galvani, G. (2019, agosto 13). Marcha das Margaridas Leva 100 Mil Mulheres a Brasília. *Carta Capital*. <https://www.cartacapital.com.br/sociedade/marcha-das-margaridas-leva-100-mil-mulheres-do-campo-a-brasilia/>
- Garrido, Y. (2019, abril 27). Bahia tem 3,9 milhões de pessoas cuidando de parentes. *Correio 24 horas*. <https://www.correio24horas.com.br/noticia/nid/bahia-tem-39-milhoes-de-pessoas-cuidando-de-parentes/>
- Gilligan, C. (2011). *Joining the Resistance*. Polity Press.
- Gonzalez, A. (2020, janeiro 01). Mulheres fazem 75% de todo o trabalho de cuidados não remunerado do mundo. *GI*. <https://g1.globo.com/natureza/blog/amelia-gonzalez/post/2020/01/20/mulheres-fazem-75percent-de-todo-o-trabalho-de-cuidados-nao-remunerado-do-mundo.ghtml>
- Guimarães, N. (2021). *Economia do Cuidado*. ECycle. <https://www.ecycle.com.br/economia-do-cuidado/>
- Habizang, L., Koller, S., Azevedo, G., & Machado, P. (2005). Abuso sexual infantil e dinâmica familiar. Aspectos Observados em Processos Jurídicos. *Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 21(3), 341-348. https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722005000300011&script=sci_abstract&tlang=pt
- Hanisch, C. (2006). *The Personal is Political* (Versão para o português do texto escrito em 1969, em tradução livre). <https://we.riseup.net/assets/190219/O+Pessoal%2B%C3%A9%2BPol%C3%ADtico.pdf>
- Hine, C. (2000). *Virtual Ethnography*. Sage.

IBGE. (2018). *Acesso à internet e à televisão e posse de telefone móvel celular para uso pessoal PNAD contínua 2018*. Pesquisa Nacional por Mostra de Domicílios (PNAD)/TICs. https://ftp.ibge.gov.br/Trabalho_e_Rendimento/Pesquisa_Nacional_por_Amostra_de_Domicilios_continua/Anual/Acesso_Internet_Televisao_e_Posse_Telefone_Movel_2018/Analise_dos_resultados_TIC_2018.pdf

IBGE. (2019). *Em 2018, mulher recebia 79,5% do rendimento do homem*. Pesquisa Nacional por Mostra de Domicílios (PNAD). Disponível em <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/23923-em-2018-mulher-recebia-79-5-do-rendimento-do-homem>

IBGE. (2021). *Estatísticas de Gênero: ocupação das mulheres é menor em lares com crianças de até três anos*. Pesquisa Nacional por Mostra de Domicílios (PNAD). Disponível em <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/30172-estatisticas-de-genero-ocupacao-das-mulheres-e-menor-em-lares-com-criancas-de-ate-tres-anos>

Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. (2019). *Atlas da Violência 2019*. Ministério da Economia. https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=34784

Instituto Internacional de la UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe (UNESCO-IESALC). (2020, marzo 7). *Dónde están las rectoras universitarias en américa latina? Datos de unesco iesalc develan que solo el 18% de las universidades de la región tiene a mujeres como rectoras*. UNESCO. <https://www.iesalc.unesco.org/2020/03/07/donde-estan-las-rectoras-universitarias-en-america-latina-datos-de-unesco-iesalc-develan-que-solo-el-18-de-las-universidades-de-la-region-tiene-a-mujeres-como-rectoras/#.YPnI1S35Qg4>

- Jesus de Mari, J. (2020, maio 8). O Pior da Pandemia se Dará na Saúde Mental. *Folha de S. Paulo*. <https://www1.folha.uol.com.br/opiniao/2020/05/o-pior-da-pandemia-se-dara-na-saude-mental.shtml>
- Johnson, J.(2005). The “Self-Disclosure” ans “Self-Presentation” views of item response dynamics and personality scale validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(4), 761–769. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.4.761>
- Joinson, A. (2005). Internet behaviour and the design of virtual methods. In C. Hine (org.), *Virtual methods: issues in social research on the Internet*. Berg.
- Kemp, S. (2018). Digital in 2018: world’s internet users pass the 4 billion mark. *We are social*. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>
- Kilomba, G. (2019). *Memórias da Plantação. Episódios de Racismo Cotidiano*. Cobogó.
- Lacan, J. (1992). *O Seminário, livro 17: o avesso da psicanálise*. Jorge Zuar.
- Ladeira, C., & Leite, B. (2016, outubro 31). Inquisição, Idade Moderna e as bruxas: mulheres em chamas. *Super Interessante*. <https://super.abril.com.br/historia/inquisicao-idade-moderna-e-as-bruxas-as-mulheres-em-chamas>
- Lagarde, M. (2006). Del femicidio al feminicidio. *Desde el jardín de Freud*, (6), 216-225.

Lauretis, T. de (1987). *A tecnologia do gênero*. https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4033218/mod_resource/content/1/LAURETIS%2C%20Teresa%20de%20-%20%20A%20Tecnologia%20do%20Genero.pdf

Lavado, T. (2019, agosto 28). Uso da internet no Brasil cresce, e 70% da população está conectada. *G1*. <https://g1.globo.com/economia/tecnologia/noticia/2019/08/28/uso-da-internet-no-brasil-cresce-e-70percent-da-populacao-esta-conectada.ghtml>

Lázaro, E. (2020, junho 03). Limites da democracia brasileira: Feminicídio Político. *ABJD*. <http://www.abjd.org.br/2020/06/artigo-limites-da-democracia-brasileira.html>

Lei N° 11.340, de 7 de agosto de 2006. Vigência(Vide ADI nº 4424). Vide Lei nº 14.149, de 2021. Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação.

Lorde, A. (2019). *Irmã Outsider*. Ed. Autêntica.

MacRae, E. (2004). *Redução de danos para o uso da cannabis*. Unifes.

Madeiro, C. (2019, novembro 07). Uma em cada 5 mulheres não busca trabalho para cuidar da casa ou de alguém. *UOL*. <https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2019/11/07/uma-em-cada-5-mulheres-nao-busca-trabalho-para-cuidar-da-casa-ou-de-alguem.htm>

Marcha das mulheres indígenas divulga documento final: lutar por nossos territórios é lutar por nosso direito a vida. (2019, agosto 15). Recuperado de <https://cimi.org.br/2019/08/marcha-mulheres-indigenas-divulga-documento-final-lutar-por-nossos-territorios-e-lutar-por-nosso-direito-a-vida/>

<indigenas-documento-final-lutar-pelos-nossos-territorios-lutar-pelo-nosso-direito-vida/>

Marcondes Filho, C. (2001). Violência fundadora e violência reativa na cultura brasileira. *Perspectiva*, 15(2).

May, T. (2005). *Pesquisa Social, Questões, Métodos e Processos*. Ed. Artesmed.

Minayo, M. C. (org.). (2010). *Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade*. Vozes.

MEISTUDIES Media Ecology and Image Studies. (2020, abril 01). *Gênero, Mídia, Saúde Mental e Violência. II* [Conferência proferida]. 2º Congresso Ibero-Americanano sobre Ecologia dos Meios – Mulher e Gênero no Ecossistema Midiático. <https://www.youtube.com/watch?v=EVbM9OVQx3k&feature=youtu.be>

Mini Manual de Autocuidado para Mulheres na Linha de Frente. (2018). Recuperado de http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/cao_civel/acoes_afirmativas/inc_social_mulheres/Diversos_Mulheres/_Mini%20manual%20de%20autocuidado%20para%20mulheres%20na%20linha%20de%20frente.pdf

Novaes, J. (2006). *O Intolerável Peso da Feitura*. Ed. PUC/Garamond Universitária.

NU.Cepal. (2018). *América Latina y el Caribe: Estimaciones y proyecciones de población*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. <https://www.cepal.org/es/temas/proyecciones-demograficas/americas-latina-y-el-caribe-estimaciones-proyecciones-poblacion>

NU.Cepal. (2021). *La autonomía económica de las mujeres en la recuperación sostenible y con igualdad* (No. 9). Comisión Económica para América Latina y el Caribe. <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/46633>

Oliveira, G. (2018). *Comentários sobre a finalização da XI Roda de Cuidado e Autocuidado Entre Mulheres Ativistas* (não publicada).

Oliveira, G., & Dordevic, J. (2015). Cuidado Entre Ativistas: tecendo redes para a resistência feminista. *Cfemea*. <https://www.cfemea.org.br/index.php/autocuidado-e-cuidado-entre-ativistas/o-que-e-autocuidado-e-cuidado-entre-ativistas>

Oliveira, M. M. (2016). *Como Fazer Pesquisa Qualitativa*. Ed. Vozes.

Páginas Trans (2019). Recuperado de <https://brasil.un.org/pt-br/82275-onu-brasil-reforca-importancia-da-inclusao-social-de-homens-e-mulheres-trans>

Peinado, M. L. (2015, maio 29). A campanha contra a violência machista #NiUnaMenos. *El País*. https://brasil.elpais.com/brasil/2015/05/28/internacional/1432824490_226268.html

Radford, J., & Russel, D. (1992). *Femicidio: la política de matar mujeres*. Twayne.

Reis, L., Alves, E., & Loureiro, C. (2013). *Ativismo de Sofá: O movimento feminista no Facebook* [Trabalho apresentado em congresso]. INTERCOM, Mossoró, RN.

- Retratos da Desigualdade de Gênero e Raça. (2011). Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada [IPEA]. Recuperado de <https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/igualdade-racial/retrato-das-desigualdades-de-genero-e-raca-ipea-4a-edicao/view>
- Ribeiro, D. (2018). Quem Tem Medo do Feminismo Negro? *Companhia das Letras*.
- Rodrigues, V. (2019). *Manual de operações - proteção e atendimento a travestis e transexuais: caminhos para a garantia dos direitos humanos*. ILO. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-americas/-ro-lima/-ilo-brasilia/documents/publication/wcms_811874.pdf
- Saffioti, H. (1999). Já se Mete a Colher em Briga de Marido e Mulher. *Revista São Paulo em Perspectiva*, 13(4). <https://www.scielo.br/j/spp/a/qKKQXTJ3kQm3D5QMTY5PQqw/?lang=pt>
- Santos, M. T. (2020, maio 22). O que a gordofobia causa na saúde e como enfrentá-la. *Veja Saúde*. <https://saude.abril.com.br/bem-estar/gordofobia-causa-na-saude/>
- Sarason, S. (1974). *The psychological sense of community: Prospects for a community psychology*. Jossey-Bass.
- Scott, J. (1989). *Gender: a useful category of historical analyses*. Columbia University Press.
- Segato, R. (2018). *Contra-Pedagogías de la Crueldad*. Prometeo Libros.

Sorj, B. (2014). Socialização do Cuidado e Desigualdades Sociais. Dossiê Cuidado e Gênero: controvérsias. *Tempo social*, 26(1), 123-128. <https://www.scielo.br/j/ts/a/x3QD6kvmf3thbpsPBCBrh8C/?lang=pt>

Swain, T. (2006). *A construção das mulheres ou a renovação do patriarcado*. <http://www.tanianavarroswain.com.br/brasil/renovacao%20patriarcado.htm>

Teixeira, L., Braga, B., & Brito, N. (2020, julho 29). Genocídio?: Bolsonaro e os povos indígenas na pandemia de COVID-19. *Centro de estudos sobre justiça de transição*. <https://cjt.ufmg.br/2020/07/29/genocidio-bolsonaro-e-os-povos-indigenas-na-pandemia-de-covid-19/>

Tirando o véu. Estudo sobre casamento infantil no Brasil. (2019). Recuperado de <https://plan.org.br/wp-content/uploads/2019/07/Tirando-o-veu-estudo-casamento-infantil-no-brasil-plan-international.pdf>

Toda Poesia. (2014, outubro 13). *Débora Wainstock | Se Eu Fosse Eu | Clarice Lispector* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=ht9VcJcl20Q>

TSE (2018). Estatísticas do Eleitorado. <http://www.tse.jus.br/eleicoes/estatisticas/estatisticas-eleitorais>

Turkle, S. (1997). Multliple subjectivity and virtual community at the end of the Freudian century. *Sociological Inquiry*, 67(1), 72- 84.

Uso de Celulares Pré-Pagos no Brasil. (2021). Recuperado de <https://www.teleco.com.br/ncel.asp>

- Vieira, E. (2002). *A Medicinalização do Corpo Feminino*. Editora Fiocruz.
- Wolton, D. (1998). *Elogio do grande público: uma teoria crítica da televisão*. Ática.
- Zanello, V. (2010). Mulheres e Loucura: questões de gênero para Psicologia Clínica. C. M. T. Stevens (org), *Gênero e Feminismos: convergências (in)disciplinares* (pp. 307-320). Libris. <https://repositorio.unb.br/handle/10482/19654>
- Zanello, V. (2018). *Saúde Mental, Gênero e Dispositivos – cultura e processos de subjetivação*. Appris.
- Zanello, V., & Bukowitz, B. (2011). Loucura e cultura: uma escuta das relações de gênero nas falas de pacientes psiquiatrizados. *Revista Labrys Estudos Feministas*, 20-21. <http://www.labrys.net.br/labrys20/brasil/valeska.htm>
- Zanello, V., Fiuza, G., & Soares Costa, H. (2015). Saúde mental e gênero: facetas gendradas do sofrimento psíquico. *Fractal: Revista de Psicologia*, 27(3).

Julia Silveira
Sardinha
2019



ANEXO 01

Metodologia

Esta pesquisa possui cunho qualitativo e pode ser compreendida como um “estudo detalhado de um determinado fato, objeto, grupo de pessoas ou ator social e fenômenos da realidade” (Maria Marly Oliveira, 2016, p. 60), que tem como propósito explicar seus significados e suas características. Para a autora, essa abordagem facilita a descrição da complexidade de problemas e hipóteses, a análise da interação entre variáveis/categorias, a compreensão e classificação de processos sociais. Isso contribui para o entendimento sobre o processo de mudança, criação ou formação de opiniões de grupos e a interpretação das particularidades dos comportamentos ou atitudes dos indivíduos. Maria Cecília Minayo (2010) afirma que, além de desvelar processos sociais ainda pouco conhecidos e que pertencem a grupos particulares, a pesquisa qualitativa proporciona a construção e/ou revisão de novas abordagens, conceitos e categorias referente ao fenômeno estudado.

O estudo de caráter empírico teve como foco o uso de mídias digitais em um projeto inédito no Brasil de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas como (possível) espaço de saúde mental e novas subjetivações. Este é o diferencial deste estudo: ampliar e colocar luzes sobre um projeto inédito realizado dentro do movimento de mulheres, voltado para ativistas, que ofereceu um espaço de fala para essas mulheres em um espaço totalmente virtual. Apesar de não ser um espaço terapêutico, as rodas virtuais possibilitaram às mulheres pensarem sobre si, falarem

sobre seus sentimentos e atuarem coletivamente, usando sempre a conjugação na primeira pessoa, conforme apontado no Capítulo 04.

O trabalho foi separado em duas partes: 1) Levantamento da bibliografia existente sobre o tema e 2) Estudo etnográfico virtual. Foram usadas como técnicas na primeira etapa: 1) a observação participante e 2) o diário de campo, que contribuíram para compreender a estrutura e funcionamento das rodas virtuais, assim como para oferecer subsídios para a atualização do questionário. Na segunda etapa foram aplicados: 3) questionários semiestruturados, que contribuíram para analisar as falas das mulheres e a realidade tecnológica em que estão inseridas. Todas as técnicas foram aplicadas virtualmente, com autorização da ONG Centro Feminista de Estudos e Assessoria e das ativistas que responderam as questões.

Levantamento Bibliográfico⁹⁶

A primeira parte do estudo contou com o auxílio das bolsistas Fernanda Monteiro (graduação PSI) e Verônica Veloso Pereira (Especialista em Políticas Públicas de Gênero/voluntária). A pesquisa consistiu no levantamento bibliográfico da produção em Português e Espanhol de artigos acadêmicos relacionados ao tema estudado em duas plataformas virtuais conhecidas e consolidadas no meio acadêmico (Scielo e Biblioteca Virtual em Saúde Psicologia Brasil). O recorte da busca foi baseada em quatro itens:

1. A busca que abrangeu o período de 10 anos - 2009 e 2019
- período marcado pela passagem da terceira para a quarta

96. Dos artigos encontrados, apenas 02 contribuíram para este estudo.

- onda do feminismo e pela ampliação do acesso à internet no Brasil e América Latina;
2. Artigos científicos publicados no Brasil e na América Latina, pois o estudo teve como objetivo conhecer a produção de conhecimento científico desenvolvido na Região, privilegiando autoras e autores de língua portuguesa e espanhola;
 3. Artigos científicos que tratassem sobre a questão de gênero dentro enfoques que contemplassem as teorias feministas;
 4. Artigos científicos que dialogassem com a área da saúde, comunicação e/ou ciências sociais.

Etnografia Virtual

A pesquisa qualitativa foi desenvolvida a partir da observação participante e do uso de diário de campo virtual e questionários *online* semiestruturados utilizando a etnografia virtual proposta por Cristina Hine (2000, p. 9). Diferente a etnografia clássica, presencial, no modelo virtual se diluem as fronteiras de campo (sem espaço físico presencial, sem paredes, diluído no mundo digital); de espaço geográfico (podem participar ao mesmo tempo, *online*, mulheres de todo o país) e também as fronteiras de tempo, levando em consideração pesquisas que incluem pessoas que vivem em diferentes países e continentes, com fuso horário diferenciados.

Cristina Hine (2000, p. 9) entendeu a internet sob dois vieses: como cultura e como artefato cultural. Na primeira perspectiva, como cultura, a internet “representa um lugar, um ciberespaço, onde a cultura é constituída e reconstituída”. Na segunda abordagem, a internet é vista como “um produto da cultura: uma tecnologia que foi produzida por pessoas particulares com objetivos e prioridades situadas contextualmente”.

Essa perspectiva favorece “a percepção da rede como um elemento da cultura e não como uma entidade à parte”.

De acordo com Suely Fragoso et al. (2011), olhar a internet como cultura consiste em compreendê-la como espaço diferenciado do mundo *offline*, tendo como foco de estudos o contexto cultural dos fenômenos que ocorrem nas comunidades e nos mundos virtuais. Segundo as autoras, “Essa abordagem leva em consideração funções e formações sociais, além de tipos de organizações tais como os conflitos, cooperações, o fortalecimento das comunidades virtuais como uma entre os diferentes tipos de narrativas possibilitadas pelas redes digitais”. (Suely Fragoso et al., 2011, p. 41).

Observar a inserção da tecnologia na vida cotidiana é a premissa da perspectiva da internet como artefato cultural, compreendendo-a como parte da cultura e não como uma cultura à parte. Ou seja, a partir dessa percepção, as práticas culturais e comportamentais *online* são integradas, possuem fronteiras fluidas com o mundo *offline*.

No que diz respeito à etnografia, a pesquisadora Adriana Braga (2006, p. 5) entende que todo e qualquer tipo de observação é participante e que tal abordagem é central para o método etnográfico. Segundo a autora, “a condição que possibilita o ofício do/a etnógrafo/a é a imersão e a experiência da efetiva participação no ambiente pesquisado [seja ele analógico ou digital]. Este ofício inclui participar, observar, descrever: categorias que formam a unidade do fazer etnográfico”.

Na observação participante a pesquisadora vivencia pessoalmente o evento de sua análise para melhor entendê-lo, percebendo e agindo de acordo com as suas interpretações daquele espaço. Também participa

nas relações sociais e procura entender as ações no contexto da situação observada (May, 2005).

A participação como observadora participante das rodas utilizando um diário de campo começou no primeiro semestre de 2020, quando as rodas organizadas pela ONG tiveram de ser adaptadas ao ambiente virtual devido a pandemia de Covid-19. Neste estudo foi analisada a primeira versão digital de uma roda de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas, projeto inédito no país da CFEMEA com duração de 03 meses: março a junho e incluiu uma reunião em julho para avaliar a primeira roda no modelo virtual, apontando o que seria aproveitado (ou não) para as rodas do segundo semestre de 2020.

O trabalho de campo *online* ocorreu como pesquisadora (participante) *insider*. Ou seja, inserida ou com ligações próximas com o objeto de estudo. Isso possibilita uma “maior proximidade entre a pesquisadora e os sujeitos observados”. De acordo com Adriana Amaral (2009, p. 19) o trabalho *insider* permite a “imersão, internalização, consciência de alteridade e engajamento [da pesquisadora] nas comunidades”.

A segunda parte da pesquisa etnográfica virtual incluiu o uso do diário de campo *online* para acompanhar as rodas de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas. O diário de campo é uma tecnologia na pesquisa qualitativa, cuja finalidade vai além do registro das estratégias metodológicas empregadas na condução do processo das rodas virtuais de mulheres.

Neste estudo, o diário de campo *online* permitiu acompanhar as atividades desenvolvidas semanalmente durante as rodas, compreender sua estruturação e funcionamento, assim como contribuiu para organizar as questões do questionário e para buscar mais detalhes nas questões

abertas do questionário *online*. As imagens utilizadas durante as rodas como exemplificação são de autoria desta pesquisadora. Os materiais selecionados neste estudo, assim como em futuras publicações, apresentam as mulheres sem nomes, como forma de preservar e proteger as participantes, conforme Resolução do CNS 466 de 12/12/12.

O uso de diário de campo também permitiu avaliar a adaptação ao modelo virtual de um projeto pensado inicialmente para o mundo presencial, pré-pandemia. Este foi o caso do uso de um bastão, também chamado de varinha, objeto de identidade de cada grupo nas rodas presenciais, que é levado para casa e construído semanalmente com fitas, tintas e outros materiais por cada participante. Nas rodas presenciais as mulheres pegam a varinha quando desejam se manifestar e falar algo. Nas rodas virtuais, este objeto perde o sentido.

No que diz respeito à pesquisa, McRae (2004) afirma que a possibilidade de uma maior aproximação da realidade cotidiana dos sujeitos pesquisados a partir da observação e da análise do seu contexto, de vivências, práticas e relações poderá permitir um material mais denso e profundo de análise durante a investigação. Os materiais analisados nesta pesquisa contemplaram o acompanhamento semanal de 03 meses da roda virtual que ocorreu no período de março a junho de 2020, assim como a reunião de avaliação das rodas que ocorreu na primeira semana de julho.

A etapa seguinte foi a dos questionários semiestruturados *online*. Em agosto o questionário semiestruturado *online* foi atualizado. Antes do envio para as ativistas, o questionário passou por uma pré-avaliação.

No começo de setembro de 2020, foram enviados questionários *online* semiestruturados para 03 mulheres, entre elas duas coordenadoras das rodas da linha de cuidado e autocuidado do CFEMEA, que também eram

integrantes da roda. Essas ativistas ofereceram sugestões sobre as perguntas e avaliaram também o tempo gasto para responder às questões. Após a atualização do questionário, eles foram encaminhados para 13 pessoas, com retorno de 10 participantes do projeto de rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas do CFEMEA. O questionário semiestruturado *online* está disponível para consulta no endereço: https://docs.google.com/forms/d/1xjI0nQ6rKC2wePz8KNiaXzV14F_FYbpELcFVJC9KhDc/prefill

Análise das Respostas e Categorias de Análise

Para a análise das técnicas de pesquisa foram usados elementos da Análise do Discurso Crítica - ADC (Norman Fairclough, 2008). A Análise do Discurso Crítica pretende mostrar o modo como as práticas discursivas estão imbricadas com as estruturas sociopolíticas mais abrangentes de poder e dominação. De acordo com Norman Fairclough (1989, p. 1), a Análise do Discurso Crítica pretende também “aumentar a consciência de como a linguagem contribui para a dominação de umas pessoas por outras, já que essa consciência é o primeiro passo para a emancipação”. Ou para sua libertação e resistência.

A partir do acompanhamento das rodas e das respostas recebidas nos questionários semiestruturados *online* foram criadas (e/ou também aproveitadas já existentes 04 categorias de análise: 1) categoria do dispositivo materno; 2) categoria da influência tecnológica.; 3) categoria do laço social e 4) categoria da resistência.

1) Dispositivo materno

Como mostrou o Capítulo 02, o dispositivo materno é central nos processos de constituição e subjetivação das mulheres e também um fator de desempoderamento. O dispositivo materno permite compreender as dinâmicas e processos subjetivos e

sociopolíticos relacionados ao cuidado, colocados socialmente como inerentes à mulher.

2) Influência Tecnológica

Esta categoria aponta para o aumento do uso e até para uma possível dependência tecnológica, principalmente em tempos de pandemia. Também mostra as dificuldades e fortalezas do uso das tecnologias e das salas virtuais no projeto coordenado pelo CFEMEA. Foi dedicado um capítulo (03) sobre o tema.

3) Laço Social

O conceito de laço social, apresentado no Capítulo 03, foi visto como a possibilidade de que as relações entre mulheres ativistas nas rodas virtuais possam reforçar o cuidado entre elas e o autocuidado tornando-se espaço de saúde mental.

Levou-se em consideração que os mundos virtuais podem ajudar na ressignificação de aspectos de si. Como é possível observar no decorrer da pesquisa, isso ocorre entre as mulheres ativistas que participaram das rodas virtuais de cuidado e autocuidado do CFEMEA entre os meses de março a junho de 2020.

4) Resistência

A categoria resistência, como pode ser visto no Capítulo 03, é uma atividade da força que se subtrai das estratégias efetuadas pelas relações de forças do campo do poder se contrapondo ao poder existente. Neste trabalho a resistência aparece na roda de mulheres ativistas como um espaço de ações conjuntas, que mobiliza e amplia a força e união das ativistas.

SOBRE A AUTORA

COSETTE CASTRO

Pós-Doutora em Psicologia Clínica e Cultura pelo Instituto de Psicologia da UnB; Pós-Doutora em Comunicação em Desenvolvimento Regional pela Cátedra de Comunicação da UNESCO/UMESP; Doutora em Comunicação pela Universidade Autônoma de Barcelona – UAB, Espanha. É Psicanalista e pesquisadora na área de mídias digitais, cuidado e autocuidado. Como ativista, é uma das coordenadoras do Coletivo Filhas da Mãe e escreve nas segundas e sextas-feiras no blog Coletivo Filhas da Mãe no Correio Braziliense. Nas horas vagas, pinta aquarelas.
cosettecastro2012@gmail.com

GUACIRA DE OLIVEIRA

Socióloga, faz parte da Coordenação do CFEMEA.
guacira@cfemea.org

ÍNDICE REMISSIVO

A

- autocuidado 4, 11, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 25, 26, 27, 58, 62, 63, 64, 65, 69, 71, 73, 74, 75, 79, 80, 81, 82, 83, 86, 89, 90, 94, 96, 99, 100, 106, 107, 110, 111, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 123, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 141, 150, 155, 159, 160, 161, 162, 164
Autocuidado 2, 4, 10, 15, 18, 32, 61, 75, 78, 80, 112, 119, 120, 125, 141, 142, 149, 150

C

- Cfemea 79, 142, 150
CFEMEA 58, 62, 74, 75, 78, 79, 80, 81, 86, 89, 94, 95, 99, 100, 102, 106, 107, 116, 125, 126, 128, 134
Covid-19 19, 20, 21, 25, 36, 49, 50, 52, 56, 57, 64, 67, 75, 81, 82, 83, 86, 87, 90, 93, 99, 104, 106, 114, 127, 135, 159
cuidado 16, 18, 25, 26, 27, 33, 36, 52, 53, 54, 57, 58, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 71, 73, 74, 76, 79, 80, 81, 82, 83, 86, 89, 90, 94, 96, 99, 106, 107, 110, 111, 114, 117, 119, 120, 122, 123, 125, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 141, 142, 150

- Cuidado 2, 4, 18, 32, 69, 75, 78, 80, 117, 119, 125, 141, 142, 150

D

- dispositivo materno 18, 32, 52, 70, 71, 127, 132
Dispositivo Materno 129, 131

E

- Espaço Lobeira 81, 94, 99, 100, 101, 102, 109
Espaço Virtual Lobeira 93

F

- feminicídio 10, 17, 27, 28, 35, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 48, 55, 62, 72, 78, 126, 127, 131
Feminicídio 28, 39, 143, 148

G

- gênero 9, 16, 17, 20, 26, 29, 31, 33, 40, 41, 49, 52, 53, 54, 63, 65, 66, 68, 69, 72, 75, 76, 77, 78, 82, 131, 148, 153, 157
Gênero 17, 50, 53, 54, 69, 143, 146, 149, 151, 153, 156

I

- influência tecnológica 16, 21, 128, 161
Influência Tecnológica 129, 162

- isolamento social 34, 49, 56, 57, 82, 83, 87, 91, 92, 93, 95, 106, 135, 136
- L**
- laço social 19, 85, 86, 134, 161, 162
- Laço social 85
- Laço Social 162
- Lei Maria da Penha 45, 46
- LGBTQIA+ 49, 55
- M**
- maternidade 40, 52, 70, 71
- movimento feminista 18, 27, 45, 74, 76, 77, 82, 150
- Movimento feminista 76
- Movimento Feminista 75, 141
- movimentos de mulheres 22, 78, 96, 134
- mulheres ativistas 2, 4, 10, 12, 15, 18, 19, 20, 22, 27, 58, 62, 74, 76, 80, 81, 82, 83, 85, 87, 95, 99, 100, 106, 109, 111, 125, 126, 128, 129, 133, 134, 135, 136, 137, 155, 159, 161, 162
- Mulheres Ativistas 15, 78, 150
- N**
- não trabalho 22, 63, 66
- P**
- pandemia 2, 9, 10, 11, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 26, 36, 37, 47, 48, 49, 50, 56, 62, 65, 67, 75, 79, 82, 83, 87, 88, 90, 91, 92, 96, 99, 104, 111, 112, 116, 117, 122, 125, 126, 127, 128, 131, 132, 134, 135, 136, 147, 152, 159, 160, 162
- pedagogia da secundarização 10, 17, 34, 35, 127, 132
- pedagogia do feminicídio 10, 17, 27, 42, 43, 44, 127, 131
- Pedagogia do Feminicídio 28
- psicologia 95
- Psicologia 15, 145, 153, 156, 164
- Q**
- quarta onda 20, 78, 127, 156
- R**
- resistência 11, 16, 18, 20, 21, 26, 30, 58, 62, 63, 75, 77, 82, 89, 132, 136, 137, 150, 161, 162
- Resistência 129, 135, 162
- rodas virtuais 16, 20, 58, 62, 82, 83, 86, 89, 93, 94, 95, 106, 112, 114, 115, 116, 123, 128, 129, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 155, 156, 159, 160, 161, 162
- Rodas Virtuais 80, 99, 106, 114, 115, 123, 141
- rodas virtuais de mulheres 95, 136, 159
- T**
- tecnologias digitais 16, 65, 83, 89, 92, 93, 112, 115, 129, 131, 134

Tecnologias Digitais 19, 85

V

violência 2, 17, 25, 26, 27, 28, 29, 34, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 66, 73, 76, 78, 79, 88, 89, 104, 125, 126, 127, 131, 132, 136, 148, 149, 150

Violência 16, 25, 34, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 141, 142, 144, 146, 149

violência física 27, 47, 48, 51

Violência física 46

Violência moral 46

Violência patrimonial e econômica 46

Violência psicológica 45

violência sexual 40, 43, 44, 76, 78

Violência sexual 46

