



XV Conferência Brasileira de Comunicação Cidadã / Mídia Cidadã

**Tema central:
Comunicação Cidadã: gênero, raça, diversidade e redes
colaborativas no contexto da pandemia**

22 a 24 de junho de 2021, online

Iniciativa e Realização

Associação Brasileira de Pesquisadores e Comunicadores em Comunicação Popular,
Comunitária e Cidadã - **ABPCom**
Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – **UNESP**
Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design– **FAAC**
Departamento de Comunicação Social – **DCSO**

**Rodas Virtuais de Cuidado e Autocuidado em Tempos de Pandemia:
um projeto digital da ONG CFEMEA ¹**

**Cosette Castro
Pós-doutoranda em Psicologia Clínica e Cultura/UnB**

Resumo: Este artigo reflete sobre as possibilidades cidadãs, de saúde mental e de geração de novas subjetividades a partir de um projeto de rodas virtuais entre mulheres ativistas realizado pela primeira vez no Brasil em entre os meses de março e junho de 2020. O projeto gratuito foi desenvolvido pelo Centro de Estudo Feministas e Assessoria (CFEMEA) e inclui o uso de redes sociais digitais (WhatsApp e a plataforma Zoom) para realizar encontros virtuais semanais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas com diferentes níveis de acesso à internet. O artigo se insere na quarta onda do feminismo (Chamberlain, 2017), amplificado a partir de 2012 com campanhas mundiais nas redes sociais digitais. Leva-se em consideração a violência estrutural contra as mulheres no Brasil e o aumento da violência contra as mulheres durante a pandemia de Covid-19 para pensar cuidado e autocuidado.

Palavras-chave: Mídias Digitais; Gênero; Cuidado e Autocuidado; Rodas Virtuais; Feminismo

¹ Trabalho apresentado no GT5 – COMUNICAÇÃO CIDADÃ: GÊNERO, RAÇA, DIVERSIDADE E REDES COLABORATIVAS NO CONTEXTO DA PANDEMIA / CBCC da XV Conferência Brasileira de Comunicação Cidadã 2020-2021, de 22 a 24 de junho de 2021, na modalidade online – realizada ABPCOM – Associação Brasileira de Pesquisadores e Comunicadores em Comunicação Popular, Comunitária e Cidadã e UNESP – Universidade Estadual Paulista / FAAC – Faculdade de Arquitetura, Artes, Comunicação e Design, Departamento de Comunicação.

Desenvolvimento: Este artigo² reflete sobre as possibilidades cidadãs, de saúde mental e (possível) geração de novas subjetividades a partir de um projeto de rodas virtuais entre mulheres ativistas realizado no primeiro semestre de 2020 (março a junho), semestre em que começou o isolamento social por Covid-19. O projeto, inédito no Brasil, depois de cinco anos na versão presencial, foi desenvolvido em versão *online* pelo Centro de Estudo Feministas³ e Assessoria – CFEMEA⁴ em Brasília, Capital Federal. Os encontros virtuais, semanais e gratuitos, envolveram mulheres ativistas de diferentes gerações, diferentes níveis de acesso à internet e diferenciados conhecimentos sobre uso de plataformas digitais.

A reflexão foi dividida em três partes. Na primeira etapa são apresentadas considerações sobre a violência contra mulheres no Brasil e apresenta conceitos como a pedagogia da violência (Castro, 2020) e pedagogia da secundarização (Castro, 2020) fundamentando a necessidade de espaços de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas. Na segunda parte, trata dos conceitos de cuidado e autocuidado e apresenta o conceito de dispositivo materno (Zanello, 2018). A terceira parte do artigo discorre sobre o projeto de rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas, identificando-o com parte do ciberativismo (Ugarte, apud Reis; Alves; Loureiro, 2013), como um espaço de criação de laços sociais (Turkle, 1997b) *online* e de resistência coletiva.

O texto se insere na quarta onda do feminismo (Chamberlain, 2017), amplificado a partir de 2012 com a intensificação do uso da internet e da realização de campanhas mundiais nas redes sociais digitais em defesa das mulheres. Também leva em consideração os índices de violência que sofrem as mulheres no Brasil, o quinto país no mundo em feminicídio (Mapa da Violência, 2019).

Em tempos de pandemia, a violência contra as mulheres cresceu. Estudo do Instituto de Pesquisa e Consultoria - IPEC (2021), sobre violência contra as mulheres apontou o aumento da violência e do feminicídio no Brasil. Uma média de 108 mulheres foram assassinadas por mês no primeiro semestre de 2020. Além disso, a cada minuto, 25 brasileiras sofrem algum tipo de violência, o que atinge 15% da população feminina, isto é, 13,4 milhões de mulheres.

² O trabalho de campo da pesquisa *Cuidado e Autocuidado entre Mulheres Ativistas no mundo online – estimulando (novas) subjetividades em tempos de pandemia e violência* foi realizado utilizando técnicas da etnografia virtual (Himes, 2000). Foram usadas três técnicas de pesquisa *online*: a observação participante, o uso de diário de campo (realizada de março a junho e mais uma reunião de avaliação das rodas virtuais, em julho) e a aplicação de questionários semi-estruturados *online* do qual participaram 13 ativistas. Três delas avaliaram o questionário (compreensão e tempo de demora para responder, oferecendo sugestões) e outras 10 participantes responderam as questões.

³ Embora existam vários conceitos de feminismo e vários feminismos, neste artigo o feminismo é compreendido como a busca pela igualdade de direitos e oportunidades entre homens e mulheres, seja no âmbito público, seja no ambiente doméstico. 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.

⁴ Organização não governamental sem fins lucrativos, fundada em 1989, que, a partir da pandemia, passou a atuar de forma virtual. O CFEMEA possui site (www.cfemea.org.br), página no Facebook, no Instagram e no Twitter.

Existe uma pedagogia do feminicídio (CASTRO, 2020), que naturaliza e banaliza as diferentes formas de violência até chegar ao seu ápice, o feminicídio. Esta é uma característica de países que vivenciam sociedades fortemente patriarcais, como é o caso do Brasil. Há ainda uma pedagogia da secundarização (CASTRO, 2020) que naturaliza o “papel secundário” da mulher na vida social. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS)⁵, as desigualdades nas relações de gênero são fatores de adoecimento entre as mulheres, podendo levar ao sofrimento mental, à depressão e ansiedade.

Nesse sentido, vale observar a violência diária que meninas, adolescentes, mulheres adultas e idosas sofrem dentro de casa desde o nascimento e depois fora de casa, na rua na escola e no trabalho. Considero que aí se encontra a gênese⁶ doméstica da naturalização da violência e da espiral de assassinatos, uma construção social a qual venho denominando “pedagogia do feminicídio” (Castro, 2020). Mesmo sem regras formais, escritas, essa violência 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) com a omissão e reforço do Estado.

É nos lares brasileiros que ocorrem 54% dos abusos sexuais⁷ em meninas e eles são cometidos por parentes próximos (pais, avôs, tios, padrinhos e/ou primos), padrastos e/ou vizinhos de acordo com dados do Mapa da Violência (2019). É no lar que inicia um ciclo de violência sexual invisível, pois o abuso⁸, na maior parte dos casos, ainda é mantido em segredo pelas famílias. Estima-se que no Brasil, apenas 10% dos casos de estupro sejam registrados na polícia. Durante a pandemia esses números cresceram, já que as vítimas estão confinadas, sendo obrigadas a conviver com os abusadores.

A violência vai além do abuso sexual, como é o caso da violência psíquica e/ou moral contra crianças e adolescentes. 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, institucional, que acontece quando o Estado brasileiro 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. Desde cedo meninas, adolescentes e

⁵ Relatório Mulheres e Saúde.

⁶ Para buscar na história a gênese da violência que durante muitos anos foi inclusive considerada “legal” juridicamente, vale a pena ler o livro de Zanello (2018) e o livro de Federicci (2017).

⁷ Considera-se aqui como qualquer contato ou interação entre uma criança ou adolescente e alguém em estágio psicosssexual 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 (Habizang, et al., 2009)

⁸ Em seus diferentes níveis.

mulheres vão naturalizando esse ciclo de violência contínua, reforçadas pelos homens e também por mulheres da família. Dentro da pedagogia do feminicídio, é ensinado desde cedo - principalmente em famílias religiosas conservadoras - que a mulher “é inferior, que tem obrigação de servir; que tem de obedecer aos homens, pais, irmãos e marido”, seja na hora de falar ou no cuidado para toda vida.

É em casa que meninas, adolescentes e mulheres vivenciam o ódio contra as mulheres e o processo de secundarização feminina de diferentes maneiras. Isso pode ocorrer através de humilhações e grosserias e/ou comparações entre irmãos e familiares. Um ódio que muitas mulheres reproduzem 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”. Segundo, Butler (2002), o discurso torna-se o dispositivo pelo qual a identidade de gênero e as questões de gênero se constituem e, ao mesmo tempo, constitui a possibilidade de materialização da resistência por meio da linguagem.

Sobre a Pedagogia do Feminicídio

A ideia de uma pedagogia do feminicídio (em termos de construção de uma violência que chega ao ápice com o assassinato) foi construída e naturalizada com a contribuição do pensamento acadêmico⁹, das leis e do comércio ocidental até o século XVII – ou seja, durante 1.600 anos - foram escritos oficialmente por homens para os homens e, embora muitas mulheres tenham participado desse processo, elas foram apagadas da história¹⁰. Esse pensamento oficial foi reforçado 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 lar.

O controle da sexualidade feminina passou a garantir uma fonte de geração de mão-de-obra dócil, útil e abundante, com incentivo a geração de filhos e aumento populacional para realizar projetos de reforma social. O controle da sexualidade também incluiu a criação do dispositivo¹¹ materno, do qual fala Zanello (2018), louvando e incentivando a “natureza” maternal das mulheres e reforçando suas “aptidões” para o cuidado, seja da casa, do marido, dos filhos ou de familiares enfermos ou idosos.

⁹ Vale a pena ler o trabalho de Grada Kilomba (2019, p. 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 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.

¹⁰ Sugiro a leitura de “Por Uma História do Possível”, de Susane Oliveira (2012). A autora, a partir da corrente teórica da História do Possível, mostra que muitas histórias e descobrimentos realizados por mulheres foram silenciados, apagados ou omitidos da história oficial a partir do século XIX por historiadores vitorianos

¹¹ 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.

Enquanto o espaço público era ocupado pelos homens, o espaço privado, da casa, era marcado como “essencialmente feminino”¹². Segundo Zanello (2018: 128), as mulheres se afirmaram como “função”: de esposa e de mãe, passando a existir somente em relação ao outro. 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), constituindo o que autora denominou como dispositivo materno.

O dispositivo materno Zanello (2018) é central nos processos de constituição e subjetivação das mulheres. É uma forma de desempoderamento e de violência contra as mulheres. Esse dispositivo permite compreender as dinâmicas e processos subjetivos e sociopolíticos relacionados ao cuidado, colocados socialmente como inerentes à mulher, sendo realizado diariamente, de forma invisível e gratuita.

Por outro lado, revela a dificuldade da mulher em 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 cuidado de si. Neste texto, o cuidado é visto como um direito humano¹³, a exemplo de Pautassi (2018).

Dentro de casa a “função” da mulher é cuidar dos outros e das atividades domésticas, um cuidado que é gratuito, invisível, e, portanto, “inexistente”, um *não-trabalho* (Castro, 2020). No ambiente público, essa pedagogia da secundarização, que reforça a invisibilidade, inclui pelo menos três níveis no âmbito público: 1) o mercado, 2) a academia e 3) a política.

Nível 01 – Mercado - Durante a pandemia, a diferença salarial entre homens e mulheres¹⁴ foi ampliada e o espaço feminino no mercado, reduzido. Segundo estudo realizado pela Comissão Econômica para América Latina e Caribe (CEPAL, 2020)¹⁵, órgão da Unesco, o mercado de trabalho para as mulheres sofreu um retrocesso de 10 anos. 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 têm uma sobrecarga de trabalho doméstico três vezes maior do que os homens.

No Brasil, o retrocesso foi de 30 anos, segundo o IBGE. Até o segundo semestre de 2020, as mulheres representaram 46,3% da força de trabalho. O índice considera as mulheres que trabalham e pro-

¹²Essa 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 santificando - esse sentimento.

¹³“El Cuidado Como Derecho. Un Camino Virtuoso. Un Desafio Inmediato”. Disponível *online*.

¹⁴ Existem 104 milhões de brasileiras, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística/ IBGE (2019). Em termos de mercado elas 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 (2019). Essa diferença é ainda mais gritante quando se tratam de mulheres indígenas, estrangeiras e mulheres trans.

¹⁵ Estudo “La Autonomia Económica de las Mujeres. La recuperación Sostenible e Igualdad”. Disponível *online*.

curam 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 pandemia¹⁶.

Nível 02 - Academia - Em 2019, dos 63 reitores brasileiros de universidades públicas, apenas 19 eram mulheres. Ou seja, existe apenas 30% de representação feminina. Pesquisa realizada em 2019 pelo Instituto Internacional para a Educação Superior na América Latina e no Caribe (Iesalc), vinculado à Unesco, revela que apenas 18% de universidades públicas na Região são comandadas por mulheres¹⁷, mesmo que no caso brasileiro, as mulheres sejam maioria como estudantes, professoras ou pesquisadoras¹⁸.

Nível 03 – Política - 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 Senado¹⁹. A média percentual de mulheres eleitas para a Câmara de Deputados e Senado mostra a fraca posição do Brasil: Argentina (40%), Bolívia (52%), Equador (39%), Peru (27%), Chile e Uruguai (24%) e Brasil (em 2018, havia somente 11% mulheres eleitas)²⁰.

Sobre Saúde Mental, Cuidado e Autocuidado

A Organização Mundial da Saúde (OMS) (2004) afirma que saúde mental é um estado de bem-estar nos diversos âmbitos de uma pessoa: subjetivo, intelectual e emocional, assim como a possibilidade de construção de competências individuais e coletivas. Nesse trabalho considera-se que o cuidado e o autocuidado são parte importante do constructo emocional da saúde mental e estão diretamente relacionados.

Para Boff (1999, p.11), o cuidado se encontra na raiz primeira do ser humano, é um modo-de-ser essencial. O autor afirma também que "cuidar é mais que um ato; é uma atitude. Portanto abrange

¹⁶ 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.

¹⁷ 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.

¹⁸ 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.

¹⁹ 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).

²⁰ Contraditoriamente, o número de mulheres que atuam politicamente no Brasil 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 (51,7%, segundo IBGE, 2018) e do eleitorado nacional (52,5%, de acordo com o Tribunal Superior Eleitoral (2018).

mais que um momento de atenção, de zelo e desvelo. Representa uma atitude de ocupação, preocupação, de responsabilização e de envolvimento afetivo com o outro" (p. 33).

Na sociedade patriarcal a ética do cuidado²¹ foi deturpada em uma ética feminina algo que seria “inerente a natureza feminina” e, enquanto trabalho invisível e gratuito, relacionado ao “amor filial” ou ao amor pela família. No entanto, a ética do cuidado permite questionar a cultura que opõe os gêneros, responsabilizando apenas a mulher sobre o cuidado da casa, do marido, dos filhos e dos familiares idoso e doentes. Uma sobrecarga física e psicológica que vêm adoecendo mulheres cuidadoras que acabam por deixar de lado o cuidado de si.

Em meio a sobrecarga cotidiana de trabalho de casa²² e de cuidado de familiares de diferentes gerações, as mulheres se esquecem de si mesmas. Além disso, esquecem-se desse esquecimento, o que as impedem de “cuidar de si”. As pessoas nessas condições mantêm-se distante de si com sua consciência localizada em outras coisas que não ela mesma. Foucault (1996)²³ apontava que as mulheres necessitariam voltar para si para depois voltar-se para o mundo, caracterizando o duplo-retorno da concepção ética.

As Rodas Virtuais e Laços Sociais

Embora na sociedade patriarcal exista uma série de dispositivos de poder²⁴ que tentam dobrar a mulher e controlar sua subjetividade e desejo, os sujeitos sociais conseguem encontrar formas de escapar destes mecanismos de poder ao cuidar de si. Exemplo disso é o projeto virtual de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas do Espaço Lobeira, desenvolvido pela ONG CFEMEA. Entre os meses de março a junho de 2020, foram realizados encontros virtuais semanais durante 1h30 através da plataforma Zoom. Além disso, as ativistas tinham um espaço de fluxo comunicacional grupo de WhatsApp. O grupo abria espaço para as informações sobre as rodas *online*, sobre os temas tratados nos encontros, com compartilhamento de músicas, vídeos, textos e/ou poemas apresentados durante a roda, assim como trabalhos produzidos pelas mulheres durante os encontros. Durante a

²¹ A concepção ética baseada no cuidado defende que certas características devem ser desenvolvidas por todos os seres humanos, entre elas, a habilidade de cuidar. Seres humanos não precisam se dissociar de si mesmos tendo em vista a determinação patriarcal de corresponder ao estereótipo do “homem másculo”. Ou seja, a ética do cuidado, ao dar espaço aos sentimentos morais, tais como, amor, entendimento mútuo, empatia, entre outros, não é uma abordagem feminina, mas possibilita uma abordagem feminista da ética, que visa a transformação da própria sociedade patriarcal, como ocorre com as rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas.

²² Em muitos casos, acrescido do trabalho fora de casa fazendo com que as mulheres tenham duplas e até triplas jornadas.

²³ Segundo Foucault, o cuidado de si mesmo é visto como um sinal de liberdade já que parte da consciência e de um conjunto de decisões que tomamos durante a nossa vida. Também é constituído como um pilar das relações sociais e individuais e na prática de um conhecimento adquirido. O pensador francês observa a importância do corpo-mente como uma unidade transcendente e singular. Foucault afirma que existimos para gerar autoconsciência e responsabilidade sobre a nossa própria vida. A ética consiste, para Foucault, no direcionamento da própria subjetividade reflexiva para si visando formas de se reinventar, de se elaborar a própria vida.

²⁴ 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.

semana, as participantes também publicavam materiais relacionados aos temas tratados e as suas experiências, pessoais ou coletivas.

A ONG realizou rodas virtuais abrindo espaço de fala, escuta e acolhimento para mulheres ativistas contarem, escreverem e/ou pintarem sobre suas questões de trabalho, solidão, vivências durante a pandemia, cuidado dos outros, compartilhando também as experiências de autocuidado e ativismo. As rodas virtuais adaptaram o modelo presencial²⁵ que já vinham ocorrendo desde 2015²⁶.

Oliveira e Djordjevic (2015), do grupo de coordenação do CFEMA, acreditam que

“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 sexismo, 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”. (Oliveira & Dordevic, 2015, *on line*)

Como complemento às rodas, o CFEMEA produz documentos sobre cuidado e autocuidado e disponibiliza esses materiais em suas mídias digitais. Segundo Butler (2002), o discurso – neste caso o virtual - 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. Por isso, a ocupação de espaços *online* para multiplicar propostas e reflexões feministas, entre elas as que incluem o cuidado e autocuidado entre ativistas, podem ser significativas para ampliar a participação das mulheres na vida social e reforçar o olhar sobre si. Trata-se de uma forma de ciberativismo²⁷, ou melhor, ciberfeminismo, em um país com graves diferenças sociais, educativas, com diferenças gritantes de infra-estrutura e acesso às tecnologias digitais e com um crescente cerceamento ao direito à diferença. Para além do WhatsApp e do uso das salas virtuais, o CFEMEA oferece ao público site na internet com materiais produzidos gratuitamente, assim como no Instagram no Twitter e no Facebook.

Nesses espaços virtuais mulheres de diferentes gerações colaboram para criar vínculos e fortalecer laços sociais entre as ativistas. O conceito de laço social, aqui visto como a possibilidade que as relações entre mulheres ativistas, embora estabelecidas apenas pelo olhar mediado por uma tela,

²⁵ De acordo com o site do CFEMEA, a ONG vem promovendo cursos, debates, encontros, formações e rodas de autocuidado e cuidado entre mulheres ativistas, trazendo elementos dos grupos de autorreflexão que inauguraram a segunda 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.

²⁶ Neste ano a ONG 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.

²⁷ Neste artigo o ciberativismo é 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, apud Reis; Alves; Loureiro, 2013, p. 6)

possam reforçar o autocuidado. Laço social foi o termo cunhado por Lacan²⁸ em sua leitura daquilo que Freud chamava de vida social para designar qualquer acontecimento que envolvesse a atitude do sujeito em relação aos outros. A psicanalista Scherry Turkle (1997b) também refletiu sobre os laços sociais. Turkle, por exemplo, afirmou que os mundos virtuais podem ajudar na resignificação de aspectos de si, acreditando que as redes sociais digitais constituem poderosos elos da corrente relacional.

Os discursos, sejam eles presenciais ou virtuais, servem de fundamento para o laço social, pois cada um implica uma articulação do campo de sujeito com o campo do Outro, o que reflete o princípio de todo laço social. Também possibilitam a criação de redes de afeto, identidade, pertencimento e comunidade. No caso das rodas virtuais de cuidado e autocuidado, isso aconteceu pelas participantes terem em comum: 1) O movimento de mulheres, 2) Uma mesma visão política do mundo, 3) Questões ligadas ao cuidado e autocuidado e 4) A partilha de sentimentos, às vezes contraditórios, relacionados à pandemia, ao futuro e/ou ao cenário político-econômico do país.

Sobre a Estrutura das Rodas Virtuais

As ativistas foram convidadas por *email* a participar das rodas virtuais. Nem todas as participantes tinham experiência anterior em rodas presenciais de cuidado e autocuidado e nem todas as mulheres se conheciam entre si. A maioria se conheceu através de uma tela de computador ou celular durante os encontros *online* realizados entre maio e junho de 2020. Ao começo das rodas semanais, as participantes recebiam as informações sobre as combinações da roda, sobre como proceder durante e depois dos encontros.

Entre as combinações do grupo virtual está a garantia de que o que é comentado na roda, fica na roda. Ou seja, cada história é respeitada e mantida dentro da roda. Também é garantido que o grupo escuta, mas não julga nem dá conselhos. Cada participante conta a sua experiência e fala na primeira pessoa (ex: Eu penso). Todas as mulheres têm direito à fala e quando uma participante se manifesta, as demais escutam. Os microfones ficam fechados durante toda a roda e somente são abertos quando alguém vai falar.

Dessa maneira, o grupo, mesmo sem contato presencial, se torna um espaço de confiança, no qual é possível se sentir à vontade para partilhar experiências pessoais. Também colabora para a troca de experiências cotidianas sobre cuidado e autocuidado, para a defesa sobre possíveis violências de grupos conservadores, para ampliar o espírito coletivo de “estar juntas”, mesmo fisicamente separadas e para se amparar mutuamente, multiplicando as práticas de cuidado e autocuidado entre ativistas de suas comunidades de origem.

²⁸ Essa noção aparece na sua teoria dos discursos (*O Seminário, livro 17, O avesso da Psicanálise* - 1969- 70)

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 mãos²⁹ para o encontro virtual das segundas-feiras.

No caso da primeira roda virtual do Espaço Lobeira³⁰, 07 mulheres, das 16 que estavam ativas no grupo de WApp colaboraram para a construção dos encontros virtuais em diferentes momentos durante os três meses em que a roda aconteceu, estimulando a construção participativa dos encontros. 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 atividades criativas³¹.

Essas 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. As atividades são realizadas para estimular as participantes a se concentrarem na atividade, a falarem sobre seus sentimentos e a relação com o ativismo³². Depois que a atividade/tema do dia fica pronta, as mulheres são convidadas a relatar sobre o que produziram/escolheram, mas não há obrigatoriedade de fala. As participações podem ocorrer através da fala, da música, da escrita, da poesia, de um desenho ou pintura.

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 também 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, uma das participantes da roda 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”.

Nem Tudo São Flores na Vida *Online*

Com a chegada do Covid-19 e da necessidade de isolamento social, as mulheres, com acesso a internet e às tecnologias, foram obrigadas a desenvolver novas habilidades digitais. Buscaram novas formas de comunicação em temas que envolvem cultura, educação, serviços, como banco *online*,

²⁹ Papel, caneta, lápis de cor, canetas coloridas, entre outros materiais.

³⁰ Cada roda virtual é dividida em cinco partes: Chegança; Roda da Conexão; Roda do Aquecimento; Roda do Sentir/Pensar; Roda da Partilha e Roda do Aconchego. Mais detalhes ver a Cartilha sobre Rodas Virtuais de Cuidado e Autocuidado do CFEMEA disponível no site da ONG.

³¹ Baseadas nas rodas de mulheres da ONG Arcana.

³² Exemplo: o poema “Se Eu Fosse Eu”, de Clarice Lispector Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=ht9VcJcI20Q>.

informação, manifestação política, debates e/ou encontros afetivos no mundo virtual. Também tiveram de aprender a lidar com as fragilidades do universo digital, em um país com grandes diferenças em termos de acesso à internet e aparelhos utilizados.

A vivência das rodas de mulheres, por exemplo, mostrou que nem todas as ativistas se adaptaram ao mundo digital. Duas mulheres³³ 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 inicialmente foi um empecilho para algumas mulheres, principalmente aquelas que moram no entorno de Brasília ou em bairros mais afastados, dada a queda da conexão, as diferentes velocidades de internet utilizadas, assim como pela possibilidades tecnológicas dos equipamentos usados. Tais dificuldades³⁴ mostram a necessidade de acesso livre e gratuito à internet para garantir a fluidez do trabalho virtual em todo o país. Para manter a fluidez das rodas virtuais, enquanto uma das coordenadoras mantém o ritmo dos trabalhos, outra coordenadora, em geral responsável pela parte *online*/tecnológica, ajuda a participante com problemas no privado³⁵.

A organização e participação nas rodas virtuais de mulheres ativistas foi parte das novas habilidades construídas semanalmente, de forma individual e coletiva. Nos encontros, as participantes eram estimuladas a participar da organização das próximas rodas virtuais, de maneira horizontal e circular. Como conta Guacira Oliveira (2020), 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”.

Considerações Finais

As rodas virtuais do Espaço Lobeira/CFEMEA 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 demorou mais a aparecer. Na primeira expe-

³³ Na primeira roda virtual 20 mulheres participaram. Duas tinham trabalho online no mesmo horário e não puderam continuar. Outras duas não se adaptaram e saíram depois de dois encontros. 16 mulheres seguiram participando até o final, com uma média de 10 a 12 mulheres presentes por roda.

³⁴ 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 de segurança e escolheu a *Big Blue Button*.

³⁵ Em relação à sala virtual foi levado em consideração a estabilidade da plataforma entre as participantes. Segundo uma das participantes, “a riqueza da troca nas rodas virtuais é grande e poderosa. A internet pode afastar inicialmente por um lado, mas aproxima de uma outra maneira e não é preciso sair de casa”.

riência 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 até então conhecido, baseado no abraço, no carinho e no beijo, como acontecia 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. Em geral, as coordenadoras da roda virtual começavam os relatos para estimular a fala das ativistas. Outras vezes participantes com mais experiência começavam os relatos. Assim como o direito a palavra é garantido, a fala é sempre opcional, ocorrendo em um ambiente seguro, de confiança mútua. Depois de se acostumarem ao mundo digital, as manifestantes passaram a se manifestar semanalmente.

O grupo virtual passou a ser reconhecido pelas mulheres ativistas como um espaço confiável onde podiam: 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 entre as mulheres participantes e com outras ativistas em uma comunidade que compartilha laços sociais e referências comuns de sentir e perceber o mundo. Nessa comunidade *online*, as mulheres isoladas pela pandemia também abrem as portas do seu mundo privado.

As ativistas tornaram público - através das tecnologias digitais - partes do ambiente doméstico. Isso ocorre nas áreas íntimas como quartos. Também ocorrem em outras mais “públicas” como cozinhas, salas, escritórios, algo que não ocorreria tão facilmente em tempos pré-pandemia, em tempos de encontros presenciais que ocorrem em espaços públicos, como a sala Lobeira da ONG CFEMEA.

Em meio a sobrecarga cotidiana de trabalho de casa e de familiares, do *home office* e do isolamento social obrigatório 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 ou outros grupos sociais. Nesse sentido, as rodas virtuais de cuidado e autocuidado permitem um deslocamento para olhar para si, sem perder a dimensão coletiva.

Como comentou uma das participantes da roda virtual, “o autocuidado é uma grande lupa dentro da gente. Quem se olha e se vê, se cura”. Embora não seja uma terapia, as rodas virtuais de cuidado e autocuidado contribuem para a saúde mental das mulheres ativistas. As trocas de experiências, recordam Muñoz, Serpa Jr., Leal, Dahl & Oliveira (2011) estimulam as participantes a construir novas narrativas sobre o fenômeno que causa dor e colaboram para desvelar diversas maneiras de lidar com o sofrimento. Algo que no caso das rodas virtuais de cuidado e autocuidado entre mulheres ativistas ocorre no nível individual (subjetivo) e também no coletivo. Com isso, as rodas virtuais, ampliam seu caráter de resistência, seu caráter transformador e seu caráter transgressor ao ultrapassar a fronteira entre o pessoal e o político.

Referências bibliográficas:

- BOFF Leonardo. **Saber Cuidar: Ética do humano - compaixão pela terra**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999
- BUTLER, Judith. **Problemas de Gênero: feminismo e subversão da identidade**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.
- _____. **Cuerpos que importan: sobre los límites materiales y discursivos del sexo**. Nova York: Paidós, 2002.
- CARTA CAPITAL. Quem Foi Audre Lorde e o que Ela nos Ensina Sobre Autocuidado Feminino. Disponível em <https://www.cartacapital.com.br/diversidade/quem-foi-audre-lorde-e-o-que-ela-nos-ensina-sobre-autocuidado-feminino>. Acesso em: 14 agosto 2020.
- CASTRO, Cosette. “Mídias Digitais, Cuidado e Autocuidado no Movimento de Feminista como Estratégia de Participação”. In RIBEIRO, Alexandro (org). **Comunicação, Política e Atores Coletivos**. Curitiba: Ed. Atena, 2020. Disponível em <<https://www.atenaeditora.com.br/post-artigo/39063>> . Acesso em: 02 março 2021.
- _____. Mídias Digitais, Cuidado e Autocuidado no Movimento Feminista como Estratégia de Participação. (**Paper**) Congresso INTERCOM, 2019. Belém: Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. Disponível em <http://portalintercom.org.br/anais/nacional2019/resumos/R14-2008-1.pdf>. Acesso em: 08 maio 2020.
- CASTRO, Cosette e BARBOSA FILHO, Andre. **Brasil 4D, Interatividade, Convergência e Participação na TV Digital**. Brasília: Ed. Senac, 2018.
- CHAMBERLAIN, Prudence. **The Feminist Fourth Wave: Affective Temporality**. London University: London, 2017.
- CEPAL. **Informe La Autonomía Económica de las Mujeres. La recuperación Sostenible e Igualdad**, 2021 Disponível em <https://www.cepal.org/es/publicaciones/46633-la-autonomia-economica-mujeres-la-recuperacion-sostenible-igualdad>. Acesso em: 01 março de 2021.
- CFEMEA. Página web. <<https://www.cfemea.org.br>> . Acesso em: 10 novembro de 2020.
- CFEMEA. Autocuidado e Cuidado entre Ativistas: Uma estratégia para fortalecer as lutas das mulheres, 2018 (**Documentos CFEMEA**). Disponível em < <https://cfemea.org.br>> . Acesso em: 18 setembro 2020.
- CFEMEA. **Cartilha Sobre as Rodas Virtuais de Cuidado e Autocuidado entre Mulheres Ativistas**, 2020. Disponível em <<https://www.cfemea.org.br>> . Acesso em: 01 dezembro 2020.
- COMUM . Mini-Manual de Autocuidado para Mulheres na Linha de Frente, 2018. Disponível em <http://www.comum.vc/manualdeautocuidado>. Acesso em: 14 abril 2019.
- FOUCAULT, Michel. **História da Sexualidade I: a vontade de saber**. Rio de Janeiro: Graal, 1993
- _____. **Microfísica do Poder**. Rio de Janeiro: Graal, 1996.

- IBGE. **Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílio**, 2018. Disponível em < <https://ibge.gov.br> > . Acesso em: 18 setembro 2020.
- HABIZANG, Luiza *et al.* Abuso sexual infantil e dinâmica familiar. Aspectos Observados em Processos Jurídicos. *In: REVISTA Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Vol. 21, no. 03, 2005. Disponível em <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722005000300011&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em> 10 janeiro de 2021.
- HINE, Christine. **Virtual Ethnography**. London: Sage, 2000.
- LACAN, Jacques. **O Seminário, livro 17: o avesso da psicanálise**. Rio de Janeiro: Jorge Zaar, 1992.
- LORDE, Audre. **Irmã Outsider**. Belo Horizonte: Ed. Autêntica, 2019.
- IPEA. **Mapa da Violência**, 2019. Disponível em <https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=34784 . Acesso em: 10 de outubro de 2020.
- MUÑOZ, Nuria *et al.* Pesquisa Clínica em Saúde Mental: o ponto de vista dos usuários sobre a experiência de ouvir. *In: REVISTA Estudos de Psicologia*. Natal, vol. 16, no. 01, jan/abril, 2011. Disponível em https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2011000100011&script=sci_arttext. Acesso em: 05 junho 2020.
- OLIVEIRA, Guacira e DJORDJEVIC, Jelena. **Cartilha Cuidado Entre Ativistas: tecendo redes para a resistência feminista**, 2015. Disponível em < <https://www.cfemea.org.br> > . Acesso em: 18 setembro 2019.
- OMS (2018). **Relatório Mulheres e Saúde**, 2018. Disponível em < https://www.who.int/eportuguese/publications/Mulheres_Saude.pdf > . Acesso em: 18 setembro 2020.
- PAUTASSI, Laura. El Cuidado Como Derecho. Un Camino Virtuoso. Un Desafio Inmediato. *In: REVISTA de la Facultad de Derecho de México Tomo LXVIII, Número 272, Septiembre-Diciembre 2018* Disponível em <http://www.derecho.uba.ar/investigacion/documentos/2019-laura-pautassi-el-cuidado-como-derecho.pdf>. Acesso em outubro de 2020.
- REIS, Ligyane, ALVES, Elaize e LOUREIRO, Camila. (2013). Ativismo de Sofá: O movimento feminista no Facebook. *In: Congresso INTERCOM*, 15, 12-14 jun. 2013. Mossoró-RN. (**Anais**). Mossoró: Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, (*paper* impresso).
- TURKLE, Sherey. Multiple subjectivity and virtual community at the end of the Freudian century. *In: SOCIOLOGICAL Inquiry*, 67(1), 1997b.
- ZANELLO, Valeska. **Saúde Mental, Gênero e Dispositivos – cultura e processos de subjetivação**. Curitiba: Apris, 2018.