



**Fundação Oswaldo Cruz
Instituto Nacional de Saúde da Mulher,
da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira**

**NARRATIVAS SOBRE RACISMO E SOFRIMENTO PSÍQUICO:
OLHARES SOBRE VÍDEOS PRODUZIDOS POR MULHERES NEGRAS
E COMPARTILHADOS ONLINE**

Glauca Helena de Paula Santiago

**Rio de Janeiro
Junho de 2023**



**Fundação Oswaldo Cruz
Instituto Nacional de Saúde da Mulher,
da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira**

**NARRATIVAS SOBRE RACISMO E SOFRIMENTO PSÍQUICO:
OLHARES SOBRE VÍDEOS PRODUZIDOS POR MULHERES NEGRAS
E COMPARTILHADOS ONLINE**

Gláucia Helena de Paula Santiago

Tese apresentada à Pós-Graduação Saúde da Criança e da Mulher (PPGSCM) como parte dos requisitos para obtenção do título de Doutora em Saúde Coletiva.

Orientadora: Prof^a Dr^a Paula Gaudenzi

**Rio de Janeiro
Junho de 2023**

CIP - Catalogação na Publicação

SANTIAGO, GLAUCIA HELENA DE PAULA.

NARRATIVAS SOBRE RACISMO E SOFRIMENTO PSÍQUICO: OLHARES SOBRE VÍDEOS PRODUZIDOS POR MULHERES NEGRAS E COMPARTILHADOS ONLINE / GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO. - Rio de Janeiro, 2023.

155 f.

Tese (Doutorado Acadêmico em Saúde da Criança e da Mulher) - Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira, Rio de Janeiro - RJ, 2023.

Orientadora: PAULA GAUDENZI.

Bibliografia: f. 138-150

1. GÊNERO. 2. RACISMO. 3. SOFRIMENTO PSÍQUICO. 4. REDES SOCIAIS. 5. SAÚDE MENTAL. I. Título.

AGRADECIMENTOS

Aprendo, cada vez mais, que a alegria se produz nos encontros. E, agradeço a todos aqueles que compuseram comigo, sabendo ou não, as linhas desta pesquisa. Não seria possível sem cada um dos que vieram junto, pelo sorriso, pela presença, pela mão estendida, pela cerveja gelada, pelo copo d'água, por estar.

A possibilidade de andar junto continua produzindo novas e melhores realidades.

Sorrindo, os reverencio.

E, assim, deixo meus agradecimentos àqueles que caminharam comigo:

Aos meus pais Silvia Gongora e Fábio Santiago, sem vocês nada faria sentido.

Ao meu irmão Fábio Augusto, que sempre me ensinou a importância de estar junto e de apostar nos sonhos.

Ao Pascoal Escobar, por criar comigo possibilidades, brechas, encantamentos e pirilampos de futuro. Sorrir junto ainda que na distância física.

À Paula Gaudenzi, pela orientação e acompanhamento nos trajetos da pesquisa.

À banca examinadora Cláudia Bonan, Roberta Gondin, Tainá Santos, Danichi Mizoguchi e Roseli Rocha pela presteza e zelo na leitura deste trabalho.

À Melissa Oliveira, pelas participações precisas e generosas durante as atividades do Doutorado.

À Izabela, Ana Paula, Luiza Campanholi, Fátima e Elizabete Gongora que me mostram que em família também se cria fôlego.

À Bárbara Freitas, pela amizade-casa, a leitura atenta em cada percalço dos caminhos deste Doutorado e pela aposta conjunta de observar cuidadosamente os fazeres da Saúde Coletiva.

Aos amigos amados: Rachel Taranto, Mayara Del Bem, Rômulo Galvão, Fernando Duarte, Felipe Ferreira, Luísa Alves, Laís Amado, Taína Oliveira, Mônica Cabral, Edwalton, Karyna Couto, Livia Zimbardi - o que se reverencia é construção coletiva.

À Mayra Abreu, Luísa Alves e Rayssa Carvalho, por trazerem um quentinho colorido para terras baianas.

À Cristiane Carpio e Maria Isabel, pela camaradagem durante as aulas de Doutorado, do enfrentamento das dificuldades de se tecer uma tese em meio a pandemia e pelas trocas sobre a sofrida vida acadêmica.

À Valentina, Elefante, Marrom, Biscoito e Baguera, por me mostrarem que amor independe da espécie.

Meia lágrima

Não,
a água não me escorre
entre os dedos,
tenho as mãos em concha
e no côncavo de minhas palmas
meia gota me basta.

Das lágrimas em meus olhos secos,
basta o meio tom do soluço
para dizer o pranto inteiro.

Sei ainda ver com um só olho,
enquanto o outro,
o cisco cerceia
e da visão que me resta
vazo o invisível
e vejo as inesquecíveis sombras
dos que já se foram.

Da língua cortada,
digo tudo,
amasso o silêncio
e no farfalhar do meio som
solto o grito do grito do grito
e encontro a fala anterior,
aquela que emudecida,
conservou a voz e os sentidos
nos labirintos da lembrança.

Conceição Evaristo (2014)

RESUMO

O presente trabalho discute os efeitos subjetivos do racismo, buscando compreender como mulheres negras que assistem ao conteúdo digital produzido por outras mulheres negras nas redes sociais relacionam essa experiência com a possível elaboração do mal estar. Para tanto, discutimos as nuances do racismo à brasileira, os impactos da ideologia do branqueamento e do mito da democracia racial na subjetivação de pessoas negras buscando compreender os efeitos subjetivos de uma cultura em que o racismo é estrutural. Observando as nuances do racismo à brasileira, compreendemos que à mulher negra são renegadas as possibilidades de cuidar do outro e de si, colocando o cuidado colonial como aquele destinado às mulheres negras, mas buscamos a subversão dessa aposta. As mídias sociais, em especial a plataforma de compartilhamento de vídeos YouTube, foram o ponto de partida para nossa discussão. Entrevistamos dez mulheres negras que assistem vídeos, compartilhados no *YouTube*, sobre racismo e sofrimento psíquico e produzido por outras mulheres negras e buscamos compreender como elas se relacionam com tal experiência. Trata-se de uma pesquisa qualitativa em que realizamos entrevistas com base nas Histórias de Vida, compreendendo as narrativas como campos de força, capazes de produzir alguma elaboração do sofrimento experienciado pelas mulheres. Analisamos que as redes sociais foram palco da politização do mal estar, promovendo o letramento racial e a compreensão de que o racismo produz sofrimento psíquico e que para enfrentá-lo é preciso tanto cuidar de si, quanto promover ações de cuidado que sejam coletivizantes e produtoras da sensação de aquilombamento, ao se darem conta de que mulheres negras são vítimas de uma dupla opressão: machista e racista.

Palavras-chave: sofrimento psíquico, racismo, saúde mental, gênero.

ABSTRACT

The present work discusses the subjective effects of racism, seeking to understand how black women who watch digital content produced by other black women on social networks relate this experience to the possible development of malaise. To do so, we discuss the nuances of Brazilian-style racism, the effects of the ideology of whitening and the myth of racial democracy on the subjectivation of black people, seeking to understand the subjective effects of a culture in which racism is structural. Observing the nuances of Brazilian-style racism, we understand that black women are denied the possibilities of caring for others and for themselves, placing colonial care as that intended for black women, but we seek to subvert this apostasy. Social media, in particular the video sharing platform YouTube, were the starting point for our discussion. We interviewed ten black women who watch videos, shared on YouTube, about racism and psychic suffering and produced by other black women, and we sought to understand how they relate to such an experience. It is a qualitative research in which we conducted interviews based on Life Stories, understanding the narratives as fields of force, capable of producing some elaboration of the suffering experienced by women. We analyzed that social networks were the stage for the politicization of malaise, promoting racial literacy and the understanding that racism produces psychic suffering and that to face it, one must both take care of oneself and promote care actions that are collectivizing and productive. from the feeling of belonging, when they realize that black women are victims of a double oppression: sexist and racist.

Key words: psychic suffering, racism, mental health, gender.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	7
NO MEIO DO CAMINHO: UMA PANDEMIA.....	10
INTRODUÇÃO	15
1. MARCOS TEÓRICOS.....	22
1.1 RACISMO À BRASILEIRA : UMA INTRODUÇÃO	22
1.2 “E, NÃO SOU EU UMA MULHER?” FEMINISMOS NEGROS EM FOCO.....	27
1.3. RACISMO, CULTURA E EFEITOS SUBJETIVOS	32
1.4 PRÁTICAS DE CUIDADO: DIFERENÇAS DE GÊNERO, HERANÇAS COLONIAIS.....	38
1.5 PRÁTICAS DE CUIDADO, QUILOMBOS E AQUILOMBAMENTO DIGITAL	42
2. CAMINHOS TEÓRICO - METODOLÓGICOS	49
2.1 PESQUISA QUALITATIVA	52
2.1.1 Pesquisa qualitativa e o encontro com o ambiente digital.....	54
2.1.2 Dinâmicas da Web 2.0 e criações de si	55
2.2 AS NARRATIVAS	64
2.2.1 Histórias de vida.....	69
2.3 APRESENTAÇÃO DAS MULHERES ENTREVISTADAS	72
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	76
3.1 “ <i>SÓ QUE ELAS NÃO ESTAVAM FALANDO SOBRE ELAS, ESTAVAM FALANDO DE MULHERES PRETAS, E ENTÃO ISSO ME ATRAVESSA</i> ”	77
3.2 “ESSA COISA DA INTERNET, SABE?” - CIBERCULTURA E REPRESENTATIVIDADE.....	86
3.3 “ O SENTIMENTO É DE REVOLTA” DOS AFETOS RAIVA E ANGÚSTIA, ALÍVIO....	95
3.4 “ <i>ACHO QUE O LETRAMENTO RACIAL PASSA POR AÍ, SABE?</i> ”.....	99
3.5 “ALGUMA COISA QUE SAI DAS REDES E VAI PARA A VIDA VIVIDA”	104
3.6 “ <i>EU COMECEI A ME OLHAR COM MAIS CARINHO...</i> ”	107
3.6.1 “ <i>Aí eu fui entendendo, né, que o que eu tinha que fazer é estar junto das mulheres negras</i> ” - da investigação sobre os processos de aquilombamento no cotidiano	119
3.6.2. “ <i>Eu sentia que eu precisava escrever</i> ” - sobre automeação, escrita e produção de cuidado	128
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	132
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	138
ANEXO 1 - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP	151

APRESENTAÇÃO

É tempo de formar novos quilombos, em qualquer lugar que estejamos, e que venham os dias futuros, a mística quilombola persiste afirmando: “a liberdade é uma luta constante”
(EVARISTO, 2020)

Essa pesquisa tem início quando consigo retomar o meu processo de afirmação racial. Quando torna-se possível, me afirmar negra. Ou, parafraseando Lélia Gonzalez, quando abandono o lugar de mulata e consigo problematizar essa categoria de maneira que algumas questões que antes eram naturalizadas passam a ecoar com mais força.

Durante minha adolescência fui formulando, com bastante dificuldade, o que era ser uma mulher negra de pele clara. O fato de ser filha de mãe branca e pai negro me localiza como privilegiada dentro do esquema racista e colorista brasileiro, mas, também, colocou alguns obstáculos ao ato de me afirmar negra.

No momento em que eu vivia esse processo não havia tantas possibilidades de acesso à discussão sobre identidade racial. No início dos anos 2000, não era tão fácil encontrar discussões sobre o assunto no interior do país, onde eu morava, sendo bastante escasso e restrito apenas às famílias com alta renda. Ademais, na escola em que realizei tanto o Ensino Fundamental quanto o Ensino Médio não existiam discussões sobre a problemática racial brasileira. No entanto, havia apenas dois outros alunos negros além de mim e de meu irmão na escola e éramos todos apontados naquele ambiente como “os filhos da faxineira”. No meu âmbito familiar essa discussão era inexistente.

Hoje, com a popularização da internet e das redes sociais nela contidas, é possível encontrar diversos relatos de mulheres negras que compartilham as experiências acerca do processo de afirmação de sua identidade racial nos mais diversos espaços que frequentam. Sendo assim, esse projeto emerge das minhas inquietações particulares sobre o processo de afirmação de uma identidade racial e de questionamentos sobre quais os efeitos do compartilhamento das narrativas sobre si que algumas mulheres negras realizam. Por experiência própria, sei o que era não ter com quem compartilhar minhas dúvidas sobre minha identidade racial ou não ter com quem trocar sobre o incômodo de ser chamada de “exótica” pelas professoras da escola ou de mulatinha pelos adultos da família. Na minha família, o único debate em que raça aparecia para mim, ainda que em algum lugar nebuloso, se dava pelo

fato de que na adolescência, no bairro negro de uma cidade do interior de Minas Gerais em que minha avó morava, eu e meu irmão éramos considerados “mais bonitos” e isso nada tinha a ver com beleza em si, tratava-se, apenas, do fato de sermos mais claros que os outros adolescentes do bairro.

Nos idos de 2015, quando comecei a consumir vídeos no *YouTube* de apresentadoras negras, experimentei um alívio imediato por ver alguma vivência semelhante à minha sendo narrada por uma pessoa que até então eu não conhecia. Quando assisti pela primeira vez ao vídeo “A mulata que nunca chegou”, produzido por uma das *youtubers* que foi muito comentada pelas entrevistadas desta tese, compreendi que alguma coisa da minha experiência era coletiva, e só com esse pontapé inicial que consegui nomear, vagarosamente, o meu incômodo com aquilo que até então eu não tinha ferramentas para problematizar.

Até esse momento, na escola particular em que estudei ou na Universidade Federal em que estava me graduando em Psicologia, a discussão racial era inexistente. Embora houvesse um único professor negro na graduação, eu não cheguei a cursar nenhuma disciplina com ele pois ele entrou na Universidade no ano em que eu me formei e não consegui cursar nenhuma disciplina com ele. Durante minha graduação de Psicologia, o debate sobre os efeitos psicológicos do racismo não estava presente.

Minha experiência como trabalhadora da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) possibilitou o atendimento de diversas mulheres negras ao longo de minha atuação como psicóloga dos serviços de saúde mental. Pude, nesse contexto, ouvir diferentes narrativas em que era esboçada uma proximidade entre racismo e sofrimento psíquico, o que despertou o interesse de me aprofundar nessa questão, sobretudo por compreender que se tratava de um assunto ainda pouco abordado durante minha trajetória pessoal de formação. Nesses relatos pude ouvir, entre outras coisas, sobre uma sensação de inferioridade experienciada pelas mulheres negras por não se encontrarem na imagem de mulher ideal.

As narrativas do viver apresentadas por essas mulheres ampliaram meus sentidos sobre cuidado em saúde mental orientado pela noção de atenção psicossocial, que compreende que a atenção ao sujeito deve ser realizada em seu contexto de vida. Surgiu em mim, então, um incômodo em relação à formação dos profissionais de psicologia. O encontro com mulheres que traziam experiências tão intimamente ligadas à relação corpo/espço urbano que eram majoritariamente demarcados por experiências raciais me afetou, enquanto mulher e profissional. Entendi que a formação profissional que me foi ensinada era pensada a partir de um sujeito único, tido como universal e que este sujeito tinha características brancas, europeias, de classes médias e urbanas.

A experiência de clinicar em um Coletivo de Atenção à Saúde Mental voltado para a atenção de mulheres negras me aproximou de algumas questões que eram veladas em meus outros locais de trabalho como psicóloga. E, mais uma vez, vieram à tona as memórias em relação às teorias aprendidas no espaço de formação e o fato de que em nenhum momento haviam sido pensados ou trazidos para discussão outros modos de vida que não o da classe média, urbana e branca. Que atenção psicossocial é possível proporcionar quando a formação privilegia as questões referentes a um único modo de estar no mundo?

O encontro com as mulheres negras dentro da clínica me despertou o interesse para as formações subjetivas, o mal estar psíquico e as produções de vida, além de outras possibilidades de compreender os processos saúde-doença. Quais seriam as diferentes possibilidades de produção de cuidado de si? Como as mulheres percebem e nomeiam o sofrimento psíquico que experienciam? Seria óbvio para essas mulheres a relação entre racismo e sofrimento psíquico?

Pessoalmente, sempre tive uma relação distante das redes sociais. Para mim, assistir a vida de alguém na rede me causava angústia e compartilhar a minha própria vida nesse espaço digital era, por si só, uma experiência geradora de sofrimento. Quando eu me aproximei dos coletivos negros nos espaços que fui compondo ao longo de minha jornada, me causava estranhamento a ideia de que as redes sociais poderiam ser aliadas nesse percurso. No entanto, eu sabia, que o encontro com alguns dos vídeos sobre racismo tinha aberto possibilidades de diálogo que eu nunca tinha tido antes. Minha relação com as redes sociais era, então, extremamente ambígua, mas tendia para uma desvalorização dessas ferramentas.

Após o advento da pandemia de Covid-19, ficou impossível imaginar a não existência da comunicação pelas redes sociais. As virtualidades tomaram nosso cotidiano com imensa força, os encontros passaram obrigatoriamente a acontecer de maneira *online*.

No momento histórico em que vivemos, as redes sociais se inscrevem em nosso cotidiano como mais uma ferramenta de formação de subjetividade, o que me convocou a olhá-las de uma forma mais atenta: quais são as novas problemáticas que se apresentam na atual interação entre os sujeitos e o meio digital?

Nesse sentido, sucedeu-se a realização de uma análise das narrativas do encontro de mulheres negras com o conteúdo produzido, no YouTube, por outras mulheres negras sobre racismo e o sofrimento psíquico dele oriundo.

NO MEIO DO CAMINHO: UMA PANDEMIA

*Mas é preciso ter força, é preciso ter raça
É preciso ter gana sempre
Quem traz no corpo a marca, Maria, Maria
Mistura a dor e a alegria.
(Milton Nascimento)*

Em março do ano de 2020, os rumores já eram incontestáveis, as notícias sobre a presença do novo Coronavírus em nossos arredores estavam se ampliando cada vez mais e, portanto, a sensação de que algo muito novo e inimaginável estava para acontecer era forte. Havia certa gravidade no ar, uma tensão produzida pelo não saber. Alguma coisa estava fora da ordem. No fim de semana de 15 de março daquele ano, o Brasil entrou em estado de quarentena devido às consequências da pandemia mundial provocada pelo Covid -19.

Naquele momento, ninguém sabia exatamente quais seriam as consequências para nossa realidade imediata. Havia medo. Medo de perder pessoas queridas, medo de viver um tempo em que os encontros estivessem suspensos. Medo de adoecer. Medo de que as previsões sobre o despreparo do governo brasileiro em relação à saúde pública tornassem realidade. Medo pela ausência de futuro. Medo pela suspensão do presente. Medo pelas notícias da elevação dos números de mortos pela doença nos arredores do mundo.

Muito se ouvia falar em restrições. Era preciso deixar de circular pelas cidades, era preciso se afastar das pessoas queridas, usar máscaras – ainda que ninguém soubesse, naquela altura, onde adquiri-las; repensar as atividades cotidianas, fazer as compras pelo telefone; não se poderia nem mesmo ir às praias e cachoeiras. O espaço público estava cerceado. O comércio começou a funcionar com restrição de horários. Serviços compreendidos como não essenciais fecharam as portas. Para nós, moradores do interior do país, as notícias das capitais chegavam e com elas a sensação de maior desalento: a cada vez que aumentavam o número de casos por lá, diziam que no interior o caos iria reinar. Que os leitos do SUS eram ainda mais insuficientes nesses pequenos municípios e que, caso o vírus chegasse, precisaríamos estar preparados para o pior.

E, de fato, o vírus chegou. No município de Itatiaia foram mil infectados logo no primeiro mês de contagem. Não sabíamos da magnitude e brutalidade da experiência que se aproximava, mas ouvíamos com bastante preocupação as previsões vindas de instituições como a FIOCRUZ que diziam que o Sistema Único de Saúde entraria em colapso nos meses seguintes

caso uma quarentena bastante rígida não fosse implementada no país. Ouvíamos, também, o então presidente da República afirmar que se tratava apenas de uma “gripezinha” e que nenhum brasileiro deveria se preocupar, que haveria, sim, mortos, mas que se tratava de um evento comum à vida e que nada poderia ser realizado por parte do Governo Federal.

Em 29 de setembro de 2020, os jornais alardeavam que o mundo havia atingido a triste marca de um milhão de mortos pela epidemia de COVID-19, na mesma data o Brasil já alcançava a triste marca de 143.886 vidas perdidas pela mesma doença.

Durante os meses iniciais da pandemia, experimentamos de maneira radical a incerteza sobre os planos e projetos futuros. Havia três meses que eu havia me mudado do Rio de Janeiro para a cidade de Itatiaia, para assumir um cargo público como psicóloga da Rede de Atenção Psicossocial daquele município. Deixei o Rio de Janeiro com o intuito de estar na cidade a cada quinze dias para realizar as disciplinas do Doutorado em Saúde Coletiva e também para rever a minha rede afetiva, que ainda estava toda naquele município.

Assim, o início da pandemia foi para mim o início de um período de isolamento concreto, uma vez que eu ainda não tinha rede afetiva estabelecida em Itatiaia e, devido ao isolamento social imposto pelo governo brasileiro, as empresas de ônibus tinham suspenso o transporte de passageiros intermunicipais, de maneira que eu não podia nem me deslocar para o interior de São Paulo, onde mora minha família, nem para a cidade do Rio de Janeiro, onde estavam meus afetos. Logo, nesse momento minha rede de suporte se transformou em uma experiência virtual: só eram possíveis encontros mediados pela tela do celular, através da internet.

A ida ao CAPS-AD, lugar onde eu trabalhava como concursada da Prefeitura, transformou-se na única ida para fora de casa durante um certo tempo. No entanto, o ambiente do trabalho parecia cada vez mais transformar-se em algum tipo de expressão do medo. Foram suspensos os atendimentos por tempo indeterminado, mas fazia-se necessária por parte da prefeitura a presença física de todos os profissionais na unidade pois supunha-se que “o pior aconteceria em qualquer momento”.

Em meio àquela temporalidade habitada pelo caos e o medo, me perguntava, qual o sentido de escrever uma tese? Qual o sentido de pensar a construção de pensamento na academia em meio a uma pandemia mundial? Como tocar minha própria vida e manter os projetos que já tinha com aquela nova doença pairando?

Algumas questões tornaram-se ainda mais gritantes no ano de 2020. O vírus Sars-COV-2 explicitou algumas de nossas principais desigualdades. A realidade da distribuição das vítimas da pandemia no Brasil ilustra como se distribuem as desigualdades sociais no país e o quão

pouco avançamos em relação à superação do racismo. Logo no mês de maio de 2020, quando os países iniciaram a divulgação dos dados referentes ao número de casos e óbitos pela doença, viu-se que em países com um passado colonial, como o Brasil e os Estados Unidos, o contingente de negros mortos pela epidemia era gritante, de maneira que, a pandemia tornou-se mais um episódio para ilustrar o regime necropolítico a que população negra está submetida (OLIVEIRA et al., 2020).

Williams e Collins (2001) afirmam que a segregação urbana racial compõe uma das mais fortes influências para as desigualdades em saúde, pois o lugar onde o sujeito habita determina seu acesso à educação, emprego e oportunidades. Como nos lembra Kilomba (2019), em bairros segregados onde a população negra é maioria, existe a dificuldade de acesso a itens básicos como saneamento básico e água. Além disso, há proximidade excessiva entre as habitações, o que nesse momento histórico torna-se por si só um agravante pela exposição ao risco de contaminação pelo novo Sars-Cov-2. Vale lembrar que a possibilidade de afastar-se do trabalho no período de quarentena foi um privilégio em nosso país, já que a maior parte da população negra sobrevive dos trabalhos informais. Esse grupo teve a necessidade de se manter trabalhando ainda que a recomendação fosse de distanciamento social e teletrabalho (OLIVEIRA et al., 2020). Portanto, pode-se afirmar que o racismo condiciona a possibilidade de adoção ou não de medidas preventivas ao Covid-19.

A minha realidade enquanto mulher negra e atuante no Sistema Único de Saúde também foi radicalmente afetada por aquela pandemia. Em um primeiro momento, o descaso com os trabalhadores ficou bastante nítido, éramos obrigados a trabalhar em uma rotina normal, sem poder exercer a prática do distanciamento social e sem o oferecimento de equipamentos de proteção individual. O cenário na Prefeitura Municipal onde atuei como psicóloga foi mudando de desenho à medida que os casos da doença começaram a aumentar. Os psicólogos lotados na RAPS eram destinados a atender emergências em saúde mental de qualquer caso referente à Covid, de maneira que a carga horária de trabalho aumentou ainda que o atendimento a essas emergências fosse realizado em regime domiciliar através de uma linha telefônica disponibilizada pela Prefeitura.

Houve um episódio bastante grave no mês de maio de 2020, momento em que Maria*, psicóloga do Centro de Atenção Psicossocial para Transtornos Mentais Graves (CAPS II), faleceu devido à infecção pelo coronavírus. Naquele momento, a prefeitura ainda não havia tomado nenhuma medida preventiva relacionada à saúde física de seus trabalhadores, ainda que já soubesse de agravantes da doença, como a existência de doenças crônicas como hipertensão e diabetes e o fato de ser idoso. Ambos os fatores estavam presentes na vida de Maria, que ainda

assim fora impedida de se afastar do cotidiano do serviço para manter-se em isolamento em relação à Covid, uma vez que figurava como grupo de risco.

Maria adoeceu por Covid-19 e, quando o fato chegou ao conhecimento dos colegas de equipe, eles divulgaram uma nota de pesar e informaram que a paciente fora impedida pela gestão de manter os cuidados recomendados para sua saúde no momento. Quando os gestores em saúde do município souberam do caso, os trabalhadores foram coagidos a apagar a nota de pesar, alegando que a mensagem poderia afetar negativamente a imagem da Prefeitura.

Após esse episódio, houve uma denúncia anônima sobre a exposição dos trabalhadores da Rede de Atenção Psicossocial de Itatiaia, a aglomeração de profissionais e o não cumprimento dos afastamentos dos trabalhadores que estavam nos grupos de risco. Somente após essa denúncia a Prefeitura optou por colocar os trabalhadores em escala e fornecer EPIs.

A rotina de trabalho no CAPS AD onde atuei, no entanto, tornou-se mais longa e cansativa que no momento anterior à pandemia, uma vez que os casos de abuso de substâncias psicoativas aumentaram de maneira vertiginosa no período de isolamento. Outra questão se apresentou para mim: como manter o processo de elaboração de uma tese sobre sofrimento psíquico quando eu mesma me encontrava tão vulnerável? Poderia o processo de escrita desse trabalho transformar-se em um ato de autocuidado? Como transformar a realização pessoal contida no processo do Doutorado em algo que pudesse ser revertido para a sociedade?

Eis que o processo de produção dessa pesquisa de tese foi um lugar de algum tipo de refúgio entre o aumento vertiginoso do número de infectados pela doença e os reflexos do desgoverno do Presidente do país em meio à crise de Saúde Pública. Pensar um conhecimento que parta do reconhecimento do racismo como um fator de exclusão e morte de populações inteiras me permitiu seguir.

O caminho em um Doutorado Acadêmico durante a pandemia mundial de coronavírus fez sentido, uma vez que a doença, mais uma vez, ratificou a crueldade do racismo existente no mundo todo e explicitou que, no Brasil, estamos ainda bastante distantes de condições igualitárias de saúde para todos os sujeitos.

Ao iniciar a trajetória nesse programa de Doutorado Acadêmico, meu desejo era realizar uma pesquisa de campo abordando as questões do sofrimento psíquico com a população negra de uma comunidade rural. No entanto, algumas questões éticas referentes ao meu cotidiano de trabalho, na época, na saúde pública e a possibilidade de contágio com o Coronavírus tornaram esse projeto inviável. Afinal, se estava trabalhando no SUS, na linha de frente da Saúde Pública, estava em constante risco de exposição ao Sars-Cov-2. De maneira que ir ao encontro de uma população rural isolada dos grandes centros naquele momento seria compartilhar com aquela

população o risco ao qual eu me expunha. Assim, optei por modificar o percurso de minha pesquisa a fim de que essas questões éticas fossem respeitadas.

Produzir um conhecimento em Saúde Coletiva que seja racializado, de alguma forma, me permitiu pensar em algum respiro possível. Apontei, e sigo apontando, para o horizonte da luta. Apontei para as questões que, enquanto sociedade, insistimos em silenciar. É preciso falar sobre racismo. É preciso pautar o racismo na Academia. É preciso escancarar o racismo existente no SUS. É preciso reconhecer que o racismo atua como agravante nas desigualdades em Saúde. É preciso investigar a relação entre racismo e saúde mental. É preciso continuar lutando porque foi dessa maneira que os afro-brasileiros constituíram sua história e vivem produzindo vida e arte apesar das dores e das dificuldades do racismo institucional existente neste país.

O momento histórico e político que o mundo atravessa, com a expansão das extremas direitas, se atualiza também no Brasil, onde temos um discurso contrário aos direitos das minorias ganhando cada dia mais espaço, onde temos um jovem negro sendo assassinado a cada vinte e três minutos. Como diria Milton Nascimento, a busca é por conseguir rir quando se deve chorar, por afirmar o reconhecimento de que há uma gente que não vive, apenas aguenta. E é por essa gente que mistura a dor e a alegria, que a construção desse projeto de tese ganha sentido.

INTRODUÇÃO

*Se ao menos o medo me fizesse recuar,
pelo contrário,avanço mais e mais
na mesma proporção desse medo
É como se o medo fosse uma coragem ao
contrário.
(Conceição Evaristo)*

Como, nós mulheres negras, somos atravessadas pelas narrativas de outras mulheres negras sobre a vivência do mal-estar oriundo do racismo? Por que acompanhamos os testemunhos da dor de outra mulher, com a qual não temos proximidade? Tocada por esse questionamento, me aventurei a investigar as diferentes maneiras como mulheres negras se relacionam com os conteúdos produzidos por *youtubers* negras sobre racismo e o sofrimento psíquico dele advindo.

Partimos da compreensão do sofrimento como um fenômeno individual e coletivo que emerge no interior das redes sócio-históricas, que ativa a busca de sentidos compartilhados e que promove diferentes efeitos de solidariedade, de medo, de recusa, de exclusão (BARROS, 2004). A subjetividade é aqui compreendida, à maneira de Michel Foucault (1996), como uma construção advinda das relações de poder presentes em dado momento histórico imbricadas com as diversas tecnologias que operam em cada período. Nesse sentido, o sujeito não é entendido como instância de fundação, mas como efeito das forças que o atravessam.

As mulheres negras experimentam em seu cotidiano uma condição de, no mínimo, dupla vulnerabilidade, uma vez que são oprimidas tanto pelo racismo quanto pelo machismo. São mulheres que vivenciam em seu cotidiano experiências de violências (tanto aquelas que são rapidamente reconhecidas e nomeadas como tal, quanto aquelas que não são assim nomeadas, mas são experimentadas como violência psíquica, que marcam profundamente suas histórias e contribuem para o adoecimento psíquico. O racismo é violento, sobretudo, ao realizar a internalização compulsória dos *ideais de Eu* condizentes aos sujeitos brancos e, assim, os sujeitos negros internalizam a auto rejeição e o auto-ódio, e disso decorre grande parte do sofrimento psíquico característico da população negra (SOUZA, 2021).

Grada Kilomba (2019) afirma que a despersonalização que as subjetividades negras experimentam surge sobretudo do não reconhecimento de si mesmo, já que a branquidade é compreendida como norma hegemônica e como ideal de Eu. Nessa mesma direção, Nogueira (2021) afirma que as condições históricas e sociais produzem efeitos simbólicos no corpo negro,

o que acaba por gerar condições peculiares na constituição subjetiva de negros e negras que podem produzir condições singulares de sofrimento psíquico.

O racismo é uma ideologia pautada na crença de existência de raças que são naturalmente diferentes e hierarquizadas, sendo algumas classificadas como boas e outras como ruins (MUNANGA, 2004). Dessa maneira, características mentais, culturais e intelectuais são compreendidas como um *continuum* direto de fatores biológicos de um determinado grupo racial e o indivíduo é avaliado apenas como pertencente a esse grupo, sem a possibilidade de existência enquanto sujeito singular.

Vale ressaltar que o racismo à brasileira é fortemente marcado pelo mito da democracia racial e pela teoria do embranquecimento. Sabemos que o branqueamento, que ocorre tanto no âmbito prático como subjetivo, é o conjunto de normas e valores associados aos brancos e que passa a ser encarado como o que é bom e deve ser seguido (Piza, 2010). O branqueamento é, então, responsável por muito do sofrimento que aflige os sujeitos não brancos. Em relação ao mito da democracia racial, trata-se da compreensão coletiva de que não haveria conflito racial no Brasil, uma vez que diferentes povos viveriam de maneira respeitosa e em harmonia.

Munanga (2017) afirma que a recusa, a negação e o silêncio referentes ao racismo são as principais singularidades que o mito da democracia racial gerou em nosso país. Assim, o racismo à brasileira seria para o autor um crime perfeito uma vez que mata fisicamente e mata também pelo silêncio que produz.

Outra singularidade do contexto brasileiro se dá na duração da escravidão: foram trezentos e oitenta e oito anos em que os afrodescendentes foram submetidos aos extremos da negação de sua humanidade. Hoje, os reflexos desse período podem ser encontrados no quadro de desigualdades sociais, no fato de que a população negra apresenta os piores índices sociais, menores índices de escolaridade e renda, um menor acesso à saúde e serviços sociais, além de possuírem as condições mais precárias de moradia e trabalho (ALMEIDA, 2019). Segundo o Atlas da Violência 2018 (FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA, 2018), os negros aparecem 2,5 vezes mais do que os brancos dentro das taxas de homicídio.

As práticas racistas operam a partir da transformação das diferenças em desigualdades, produzindo subjetividades marcadas pela inferiorização e pela subalternização, o que acaba por produzir um terreno fértil para o emergir do sofrimento psíquico. Atualmente, o racismo tem sido um pouco mais debatido no cenário midiático brasileiro, no entanto, por se tratar de uma maquinaria perversa, histórica política, e multifacetada, suas práticas também se reinventam diariamente, configurando aquilo que Mbembe (2018) chamou de nano racismo, que são os

pequenos atos racistas intrínsecos ao cotidiano que muitas vezes passam despercebidos, e, no entanto, operam vulnerabilizações psíquicas.

Lima (2020) nos coloca que:

é impossível enfrentar o debate dos modos de vidas de mulheres negras e/ou racializadas, sem enfrentar as questões raciais, entendendo a raça como uma ficção materializada nos corpos e processos de subjetivação que são singulares, atravessados pela questão pigmentocrática, e também pelas interseccionalidades com os territórios de origem, mas marcados pelo comum da exclusão em diferentes processos sociais (p. 81)

Faz-se necessário, então, além de se disponibilizar a escutar as mulheres negras sobre suas experiências de vida, reconhecer as dinâmicas sociais produtoras dessa violência e caminhar na direção do combate a essa violência. É preciso, ainda, identificar o racismo como algo estrutural e institucionalizado em nossa cultura, permeando todas as áreas da vida dos brasileiros.

O Racismo Institucional no Brasil se expressa, em uma de suas dimensões, na manutenção de funcionamento e lógica racistas dentro de instituições de cuidado, como por exemplo nos serviços de saúde do Sistema Único de Saúde (SUS). Nas palavras de Kalkman et al. (2007):

o fracasso coletivo de uma organização para prover um serviço apropriado e profissional para as pessoas por causa de sua cor, cultura ou origem étnica. Ele pode ser visto ou detectado em processos, atitudes e comportamentos que totalizam em discriminação por preconceito involuntário, ignorância, negligência e estereotipação racista, que causa desvantagens a pessoas de minoria étnica (p. 12)

No caso das práticas do racismo institucional dentro das organizações brasileiras, pode-se afirmar que ele se direciona preponderantemente às populações negras e indígenas, principalmente por nosso processo histórico e social já desnudado até aqui. São efeitos desse funcionamento: a invisibilidade de algumas doenças com maior prevalência entre negros e indígenas, a não existência do debate racial dentro dos aparelhos de formação, a dificuldade do acesso a serviços de saúde e também aos insumos necessários para o acompanhamento de uma doença já identificada (LOPES, 2005).

A outra questão que se presentifica nesta tese é a respeito das narrativas enquanto formadoras de subjetividade e possibilidades para elaboração de nossos contextos de vida. Em consonância com Spindola e Santos (2003), acreditamos que uma narrativa tem função descritiva e também avaliadora, uma vez que enquanto relata sobre determinada experiência o sujeito tem uma oportunidade de refletir sobre aquele momento. Nas palavras das autoras: “O

sujeito não relata simplesmente sua vida, ele reflete sobre ela enquanto conta” (SPINDOLA; SANTOS, 2003, p. 8)

Realizamos, então, um estudo sobre as narrativas de mulheres negras sobre sua experiência de assistir a conteúdos sobre racismo e o sofrimento psíquico dele oriundo produzido por outras mulheres negras. A aposta em utilizar a narrativa como instrumento de pesquisa passa pela aposta em trabalhar com as Histórias de Vida trazida pelas mulheres que aceitaram participar desse estudo. O cotidiano emerge aqui como disparador de questões e possibilidade de aberturas de significados, podendo apontar pistas para melhor observarmos as práticas sociais que nele estão contidas.

É importante observarmos que a popularização da internet e suas redes sociais vem provocando mudanças no nosso comportamento. Em relação à complexidade do racismo no Brasil, é importante observarmos as maneiras como a temática surge nessas redes e se há alguma possibilidade de enfrentamento dessa questão sendo tecida nesse ciberespaço.

Kon (2017) afirma que toda dor pode ser suportada se sobre ela puder ser contada uma história, e nesse sentido observamos que as narrativas sobre racismo e mal-estar produzidas por mulheres negras nas redes sociais podem ter algum efeito de elaboração desse sofrimento. Partindo dessa perspectiva, entramos em contato com mulheres que consomem esse conteúdo para analisar as dinâmicas que ocorrem nesse encontro.

Nas últimas décadas, a sociedade ocidental tem atravessado um turbulento processo de transformações que vão além da chegada da internet e de seus universos digitais que promovem diferentes formas de conversação. Segundo Sibilía (2016), são muitos os sinais de que estamos vivendo um processo de corte histórico que modifica um determinado regime de poder para o aparecimento de outro projeto político, cultural e histórico. Neste sentido, Gilles Deleuze (1992) chama de Sociedade de Controle aquela que tem como principais características a produção ininterrupta de bens de consumo e o capitalismo exacerbado, que é apoiado por tecnologias eletrônicas e digitais e tem como uma de suas principais ferramentas a publicidade.

Dentre essas ferramentas inovadoras que compõem a sociedade atual, tem-se a internet e as inúmeras alterações no comportamento social que surgiram a partir da popularização de seu uso. Dessa maneira, compreendemos que o panorama social vem sofrendo inúmeras mudanças que também influenciam a produção das diferentes possibilidades de ser e estar no mundo. Assim, nos perguntamos: como essas mudanças refletem nos processos de subjetivação? De que maneiras elas nutrem uma nova construção de si? Há efeitos que refletem em novos olhares para o sofrimento psíquico? Surgem estratégias de resistência em relação aos danos causados pelo racismo cotidiano?

As desigualdades no acesso ao ambiente digital no Brasil compreendem um dos importantes desafios a serem superados. De acordo com a pesquisa TIC Domicílios (2021), realizada pelo Centro Regional e Estudos para Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic) em 2019, 46 milhões de brasileiros não têm acesso à Internet. Segundo essa pesquisa as principais razões para tal consistem no preço elevado e na falta de aparelho celular ou computador. Os dados sobre a população mais pobre do país revelam que apenas metade das casas da classe D e E têm acesso à internet, é importante ressaltar que o maior número de mulheres negras brasileiras encontra-se nas classes D e E.

No entanto, Braga (2018) constata em seu estudo que nos últimos anos houve uma crescente expansão da utilização das redes sociais por mulheres negras, principalmente das mais jovens, que compartilham experiências, trajetórias e práticas de beleza nas plataformas digitais. Haveria efeitos de ressignificação das experiências cotidianas nesse ato de compartilhar com um público desconhecido?

Não há dúvidas de que forças históricas como o racismo e o machismo imprimem suas marcas na formação da subjetividade, o que é abordado por Kilomba (2019), Fanon (2008) e Munanga (2004). Portanto, interessou-nos analisar a narrativa de mulheres negras sobre seus encontros com os conteúdos produzidos por *youtubers* negras acerca de racismo e sofrimento psíquico. O ato de falar tem um efeito estruturante e reparador, sobretudo quando sua fala é reconhecida por um outro (KOHN, 2017). Haveria, então, algo de reparador no ato de assistir às narrativas de outras mulheres sobre racismo e o sofrimento psíquico dele oriundo?

A história singular de cada sujeito pode servir como ferramenta de apoio, uma vez que, ao assistir o relato de uma experiência semelhante à sua, é possível que os sujeitos compreendam os efeitos das práticas sociais em relação ao seu sofrimento e não mais se julguem responsabilizados, individualmente, por este. A dimensão da racialização da experiência do sofrimento psíquico foi fundamental na experiência das entrevistadas.

A historiadora Beatriz Nascimento (2018) afirma que o termo quilombo deixou de ser encarado apenas como um lugar geográfico e se transformou em uma categoria política, uma vez que a junção dos movimentos negros possibilitou um novo olhar para o termo. Assim, o verbo aquilombar seria a possibilidade de acolhimento afetivo por sujeitos feridos pelas marcas do racismo.

Com essa questão em jogo, nos perguntamos se as vivências das mulheres negras que consomem conteúdo sobre racismo e sofrimento psíquico produzido por outras mulheres negras produzem algum efeito de aquilombamento, no sentido dado por Evaristo (2016), de um

movimento coletivo de pessoas negras que se cuidam e acolhem suas feridas causadas pelo racismo institucional (EVARISTO, 2016).

Com base no acima exposto, realizou-se uma pesquisa qualitativa pautando o sofrimento psíquico oriundo do racismo e o encontro das mulheres negras com as narrativas publicizadas no *YouTube* sobre o tema. Escolheu-se colocar em questão o hábito tão corriqueiro em nosso cotidiano de “seguir” determinada pessoa e acompanhar as narrativas que ela produz e compartilha sobre a própria intimidade, abordando, entre outras coisas, a vivência de mal-estar.

Embora o uso de redes sociais seja um fenômeno bastante presente em nossa sociedade, o campo da Saúde Coletiva não tem se debruçado de maneira efetiva sobre as múltiplas possibilidades de efeitos desse uso mesmo na vida dos sujeitos, e tampouco o campo se debruça sobre o sofrimento psíquico oriundo do racismo. Acreditamos que observar esse encontro entre redes sociais, produção de subjetividade e sofrimento psíquico oriundo do racismo seja urgente para o enfrentamento das iniquidades em saúde presentes no Brasil contemporâneo.

É urgente que abandonemos a noção universal de sofrimento psíquico, que sabemos que trata esse sofrimento a partir de uma experiência branca, e possamos diferenciar essa experiência de maneira a melhor compreendê-la. O que se apresentou no campo da pesquisa é a necessidade de racializar o sofrimento psíquico para que se possa experienciar um certo alívio a partir da compreensão das questões sociais referentes ao racismo e de seu efeito sobre o próprio mal-estar.

Investigamos, então, a potência das redes sociais em relação a produzir espaço de fala para mulheres negras, que eram sub representadas na grande mídia. Debruçamo-nos sobre o que as narrativas das entrevistadas trouxeram sobre o tema, e sobre a questão da multiplicidade de vozes presente na cibercultura.

Entendendo com Isildinha Baptista Nogueira (2017) que “É preciso que tenhamos acesso a formas de fortalecimento de nossas estruturas psíquicas” (p. 125), nos perguntamos se o acompanhamento de narrativas sobre a experiência de outras mulheres negras sobre racismo e sofrimento psíquico ocupou um lugar central para que seja possível para as participantes da pesquisa lidar com o sofrimento. Foi importante poder acompanhar os relatos de outras mulheres sobre experiências racializadas de enfrentamento ao mal-estar? A partir disso, como encararam as próprias experiências? De quais maneiras até então perceberam mudanças em seus cotidianos?

Neste mesmo sentido, nosso interesse foi investigar se os vídeos sobre racismo e sofrimento psíquico contidos na plataforma *YouTube* favoreciam a ocorrência de processos de aquilombamento. Em relação a isso, observamos as narrativas trazidas pelas entrevistadas,

analisando se acompanhar as narrativas da influenciadoras negras sobre a temática era capaz de favorecer tais experiências.

Esta tese se propõe a investigar o encontro entre o racismo e o sofrimento psíquico dele oriundo e as instigantes possibilidades de subjetivação que se apresentam com a popularização das redes sociais: novas práticas narrativas, novas maneiras de organização coletiva, novos gestos de enfrentamento ao racismo e ao machismo. O fato de que algumas mulheres negras optam por tirar do silêncio suas experiências de mal-estar oriundo do racismo, nos interessa enquanto possibilidade de auxílio para que outras mulheres negras também façam o mesmo. É justamente por isso que essas narrativas constituem um campo de estudo para a Saúde Coletiva: pela possibilidade que carregam de aproximar o campo das questões relativas ao sofrimento psíquico e observar o impacto do racismo sobre ele.

1. MARCOS TEÓRICOS

1.1 RACISMO À BRASILEIRA : UMA INTRODUÇÃO

A modalidade de escravização que existiu no Brasil, mesmo compreendendo que foi bastante variada entre si, foi sinônimo de dominação e desigualdade política (GONÇALVES FILHO, 2017), sendo o Brasil o país em que esse regime durou mais tempo, entre os anos de 1535 e 1888. Nesse período consolidou-se a visão da população negra como força de trabalho (COSTA, 2012).

Historicamente, dos escravizados foi retirada a possibilidade de comungar de seus ritos, de sua terra, das histórias de seu povo. Sua origem, seu corpo e seu futuro de maneira geral não lhes pertenciam. A norma vigente estabelecia quem eram aqueles considerados objetos, passíveis de compra e venda, e vistos como força produtora de trabalho. Naquele momento, as leis determinavam quem era objeto e quem era gente; quem trabalhava e quem administrava o trabalho. Determinava, também, o que era e o que se esperava dos negros e quem era e o que se esperavam, dos brancos. A fronteira entre negros e brancos estava delimitada de maneira assertiva (COSTA, 2012).

É comum a noção de que havia homogeneidade entre os negros escravizados no Brasil, no entanto, Munanga (2009) afirma que vieram para o Brasil pessoas fenotípica e antropologicamente diferentes, que compunham diversos grupos étnicos e linguísticos, pois para o Brasil vieram africanos de diferentes regiões da África, desde o extremo leste do continente até da região central e montanhosa. Foram sequestrados mais de seis bilhões de negros africanos para o Brasil, o que significa que naquela época cerca de 40% do comércio internacional de africanos eram destinados à manutenção do sistema escravagista brasileiro (GOMES, 2005).

As diferenças trazidas por Munanga (2009) eram utilizadas pelos colonizadores para criar rivalidades entre os diferentes povos africanos e evitar uma resistência unificada. No entanto, Reis (1996) salienta que foram justamente as diferenças entre os negros escravizados que permitiram que afirmassem sua dignidade diante de um regime que os definia como coisas.

Por meio de diferentes tipos de organização, os escravizados conseguiram formular algumas maneiras de enfrentamento ao sistema escravagista, que incluíam estratégias subjetivas e, também, políticas. A resistência dos negros, juntamente com a atuação do

Movimento Abolicionista somou-se ao contexto internacional, que fora influenciado pelos ideários da Revolução Francesa. Assim, não era mais desejável a manutenção do regime da escravidão, e a elite brasileira já demonstrava bastante interesse na vinda dos imigrantes europeus para o país. Com isso, em 1888, foi promulgada a Lei Áurea, que estabeleceu uma nova conjuntura para os negros no país, definida pela liberdade.

No entanto, o cenário pós-escravagismo ainda oprimia os negros, em uma nova configuração. De objeto e força de trabalho, os negros passaram a ser encarados como gente livre e inferior (COSTA, 2012). Apesar da aprovação da lei, houve pouca alteração econômica e social e nenhuma garantia de inserção dos negros no mercado de trabalho ou favorecimentos por parte do Estado para que pudessem ter acesso a terra. No entanto, a elite brasileira temia que os negros produzissem algum tipo de revolta semelhante àquela ocorrida no Haiti (REIS, 2004).

Dessa maneira, as elites lançaram mão do aparato acadêmico e cientificista para conseguir a manutenção da inferioridade social dos negros brasileiros. A abolição veio, então, acompanhada do pensamento higienista que trazia o debate racial para o país e considerava os pretos racialmente inferiores, degenerados, com tendências ao vício e às imoralidades. Logo, deveriam ser excluídos da sociedade devido ao perfil de violência e doenças mentais. Reflexo desse pensamento foi a internação massiva da população negra nos grandes hospitais psiquiátricos (COSTA, 2012).

O processo de construção de uma identidade nacional, que ocorre conjuntamente com a sedimentação do Brasil República, foi orquestrada a partir da negação coletiva do passado colonial (COSTA, 2012). Assim, “foi necessário institucionalizar a desmemória coletiva sobre as origens étnico-raciais brasileiras” (GUIMARÃES, 2019, p. 21).

Segundo Leite (2007), na transição entre os séculos XIX e XX, o Brasil vivia a busca pelo ideal da nação predominantemente branca e lançava mão de duas tecnologias fundamentais: o branqueamento e a ideologia da democracia racial. O branqueamento seria compreendido, de acordo com Piza (2000), como o conjunto de normas, atitudes e valores atribuídos ao universo branco e que as pessoas não brancas utilizam para serem reconhecidas como pertencentes a uma identidade racial positiva. As pessoas não brancas o fazem porque do ponto de vista estético, moral, intelectual e cultural é “menos ruim” ser um quase não negro ou um quase branco (COSTA, 2012). No caso do negro (preto e pardo), em função do cotidiano racista, não se reconhece como negro ou utiliza recursos conscientes e inconscientes de recusa a qualquer vestígio da negritude em seu corpo.

A ideologia do branqueamento, como traz Gonzalez (2020) para se referir aos aparelhos ideológicos, como escola, família, meios de comunicação e etc., que veiculam valores que apontam para uma suposta superioridade branca, impõe sobre a pessoa negra uma necessidade de adequação, uma vez que será mais apreciado a cada passo que der em direção ao afastamento de sua negritude. Guimarães (2005) nomeia de “racismo derivado” o processo em que os mestiços tenderiam a se afastar dos negros de pele mais escura que a sua, através de discriminações e formas de inferiorização diversas. O racismo derivado levaria os negros mestiços a rejeitarem em si mesmos as características que os aproximam da negritude e, por consequência, menosprezá-las naqueles que são reconhecidos como mais negros que eles.

Além disso, a outra face do racismo à brasileira é composta pela noção de democracia racial. O termo surgiu em 1930 a partir das descrições realizadas por Gilberto Freyre (2006) sobre o cotidiano da Casa Grande e da Senzala, o autor colocou indígenas, negros e portugueses no mesmo patamar como raças fundadoras do país, no sentido da contribuição cultural daquilo que veio a chamar de brasilidade. O ideário da democracia racial afirma a existência de negros e indígenas, mas ao mesmo tempo as nega, através da noção de mestiçagem. A ideia é que as três raças estariam contidas em cada um de nós, o que nos levaria a uma situação racial pacífica na qual não seriam necessárias discussões das desigualdades raciais experienciadas por negros e indígenas. Freyre (2006) aliviou qualquer sentido de opressão existente dentro de uma sociedade escravista e com isso divulgou o ideal da miscigenação e a ideia de um país que teria superado o trauma resultante dos anos de escravização.

Apenas décadas depois de publicado, o trabalho de Gilberto Freyre (2006) foi reconhecido como fundador do mito da democracia racial, uma vez que firma a noção de equilíbrio racial no Brasil e invalida qualquer tentativa de discussão sobre o racismo no país. Segundo Agier (1992) esse mito vagarosamente transformou-se em uma imposição, instituindo o silenciamento da discussão sobre diferenças raciais em nosso país.

Ao longo dos anos o mito da democracia racial permitiu, em um de seus aspectos, que expressões da cultura negra, como samba e capoeira fossem entendidas como cultura nacional. Tal fato não apenas esvaziava o sentido de resistência negra contido nessas práticas, como também acabava por excluir os negros de suas próprias criações, uma vez que nos ambientes oficiais onde era possível assistir tais expressões culturais não se desejava a presença de pessoas negras.

Foi Gilberto Freyre (2006), em sua obra, o autor que popularizou o fato de referir-se aos negros com o adjetivo de moreno. Segundo Freyre, o moreno poderia ser usado para referir-se a pessoas “pardas, pardas amareladas, amarelas ou pretas evitando a indelicadeza de chamar

um sujeito de negro” (FREYRE, 2006, p. 52). O moreno, com seu hibridismo físico e cultural, representaria uma possibilidade para que o Brasil vivesse em um mundo civilizado. Freyre (2006) afirmou que o moreno, enquanto categoria, era capaz de criar a representação de um projeto moderno de país.

Segundo Kaes (2005), a instauração de uma categoria intermediária representa a atenuação do conflito entre categorias distintas, tendo a função psíquica e social de articulação e de criação de vínculo. No entanto, com a valorização de uma categoria intermediária tem-se a atenuação do conflito entre pólos antagônicos e, nesse sentido, a categoria do moreno atenuaria o conflito entre brancos e negros. Em relação ao mito da democracia racial, a colocação do moreno enquanto categoria intermediária tende a atuar como algo que silencia o conflito racial existente no país, uma vez que não se afirma o que é branco e o que é negro. O mito da democracia racial busca construir a noção de que as raças coexistem pacificamente, e tenta, inclusive, apagar dos registros o período em que negros e negras foram escravizados pela elite branca. Nesse caso, a categoria do moreno também atua para que negros de pele clara não se reconheçam enquanto população negra.

As ideologias do embranquecimento e da democracia racial representam alguns dos mecanismos da sustentação daquilo que é conhecido como racismo à brasileira. Ambos desempenham funções referentes à convocação para a miscigenação, pois enquanto a democracia racial silencia as dificuldades e diferenças a partir da cor, a ideologia do embranquecimento atua como dispositivo que tem como efeito o extremo desconforto da condição de ser negro, fazendo com que o negro procure se identificar como branco, miscigenar-se com ele no intuito de diluir suas características raciais (CARONE; BENTO, 2003).

No que se refere ao mito da democracia racial, a existência fenotípica do negro poderia estar assegurada desde que fosse negada em termos linguísticos e simbólicos. Se a união entre preto/pardo e branco resulta no que se convencionou chamar de moreno, essa ideologia atua como uma ode à mestiçagem. E, nesse caso, a mestiçagem pode ser compreendida como uma ação a serviço do racismo e como um ataque aos negros (COSTA, 2012).

Se a mestiçagem apontou o caminho para nivelar todas as diferenças étnicas, raciais e culturais que prejudicava a construção do povo brasileiro, se ela pavimentou o caminho não acabado do branqueamento, ela fincou e marcou de maneira profunda o inconsciente e o imaginário coletivo do povo brasileiro (MUNANGA, 2004, p.139)

Segundo Guimarães (2005), é possível afirmar que foi a partir da negação do racismo no Brasil que o país teria se tornado uma nação politicamente apresentável aos olhos da economia internacional. Em outros termos, foi o mito da democracia racial que facilitou a criação da imagem internacional de que o Brasil é um país acolhedor, caloroso, coeso, inclusivo e mestiço e, assim, criou-se um importante interdito: não se pode falar sobre o racismo.

Em síntese, o Brasil vem desde o início do período da República incrementando tecnologias para negar suas desigualdades raciais. Usualmente o debate racial é vencido pelo debate acerca das desigualdades econômicas, que são gritantes, e atingem todos os grupos raciais do país. Quando se afirma que as desigualdades sociais vividas pelos negros são de cunho econômico, negam-se as desigualdades raciais existentes no país, que conduzem e perpetuam o negro como pobre (HASENBLAG, 1996).

Nogueira (2006) apresentou um pensamento importante para a compreensão da discriminação racial no Brasil, ao diferenciar duas vertentes de preconceitos raciais: o preconceito de marca e o preconceito de origem. O preconceito de origem estaria relacionado à ancestralidade negra, ainda que não sejam reconhecidos sinais corpóreos evidentes, bastaria uma ligação ancestral com uma pessoa negra para que a pessoa fosse considerada afrodescendente e, portanto, experimentasse sofrimento devido a discriminações raciais. O preconceito de marca, por sua vez, seria ativado pela dimensão do sensível, isto é, pelos sinais corpóreos relacionados e reconhecidos como traços negróides. Segundo Nogueira (2006), o preconceito de marca é o mais encontrado no Brasil, tendo como característica ser um preconceito relacionado ao fenótipo.

Para Munanga (2017), o racismo à brasileira adquire configurações próprias também devido a outro elemento fundamental. Segundo o autor, apesar de vagorosamente haver o reconhecimento social de que vivemos em um país racista, o silêncio é uma marca dessa prática nacional, o que acaba por induzir à interiorização e à reprodução irrefletida de valores discriminatórios, reforçando a violência cotidiana à qual submetemos o outro. Segundo Gaudenzi (2021), o ato de negar violência racista traz efeitos para a subjetividade de quem a sofre, de quem a atua e em todo o universo social que atravessa. Para aquele que sofre, a impossibilidade de narrar e transmitir suas experiências, reforça a dor sentida uma vez que não há espaço para processar – e ultrapassar – as experiências traumáticas.

Nesta tese, estamos preocupadas sobretudo com as experiências de racismo vividas por mulheres negras, suas implicações subjetivas e suas estratégias de sobrevivência. Por esse motivo, é importante situar para o leitor as especificidades das experiências das mulheres negras no Brasil e o movimento de crítica aos feminismos que não consideravam a raça como um

marcador fundamental das experiências das mulheres negras no Brasil e no mundo. As opressões e violências vividas por estas mulheres têm características peculiares e se diferenciam em muitos aspectos das violências sofridas pelas mulheres brancas. Precisamente por compreendermos que há uma localização interseccional das mulheres negras e sua marginalização estrutural (AKOTIRENE, 2021), faremos a seguir uma breve apresentação dos feminismos negros.

1.2 “E, NÃO SOU EU UMA MULHER?” FEMINISMOS NEGROS EM FOCO

O que nós conquistamos não foi porque a sociedade abriu porta, mas porque forçamos a passagem
(Conceição Evaristo)

Compreendemos a grandeza dos feminismos negros e a amplitude do tema, sendo assim buscaremos nesse ponto fazer um recorte da temática para compor com a construção dessa tese. Nesse caminho, conversamos com algumas das feministas negras afro diaspóricas, mas com a certeza de que o tema é maior e mais amplo e que para maiores conhecimentos sobre o mesmo é preciso uma elaboração mais profunda,

As obras de feministas brancas costumam denunciar a centralidade das discussões de gênero em torno das vivências das mulheres brancas, ignorando as nuances sociais de raça e classe social que se traduzem em desigualdades para as mulheres negras. Compomos esse subtópico com eixos comuns para pensar as ações e reações de diferentes mulheres negras contra as múltiplas formas de violência e opressão que afetam suas vidas a partir de seus contextos políticos, sociais e econômicos.

Segundo Collins (2019), o marco inicial do que se convencionou chamar de feminismo negro é o discurso de Sojourner Truth, no ano de 1851, nos Estados Unidos. Sojourner foi uma afro-americana conhecida pelo ativismo realizado em prol do abolicionismo em seu país e também pelo reconhecimento das diferenças existentes entre as mulheres negras e brancas. Nascida ainda no regime escravocrata estadunidense, fugiu para o Canadá com seu filho mais novo e retornou aos Estados Unidos realizando atividades políticas. As reflexões e teorias organizadas pelas mulheres afro-americanas, a partir do enfrentamento das pequenas (e grandes) violências do cotidiano foram, então, aprofundado de maneira coletiva durante uma coletividade de mulheres na cidade de Ohio.

Sojourner Truth causou surpresa ao erguer-se no palco e apontar o viés de classe e raça no movimento de mulheres, afirmando que nem todas as mulheres do mundo eram brancas ou tinham as possibilidades materiais desfrutadas pela classe média. Apresentou, então, o fato de que, por se tratar de uma mulher negra, no seu caso uma ex-escrava, suas reivindicações eram diferentes daquelas a que as mulheres brancas ansiavam e que os pontos de onde partiam eram bastante diversos (COLLINS, 2019).

Tomar uma mulher negra americana como a referência inicial ao que se denomina Feminismo Negro não é, de maneira alguma, uma vontade de homogeneizar as diferenças de pensamento contidas no feminismo negro, apenas trata-se de jogar luz a uma experiência de uma das mulheres negras reconhecidas pública e mundialmente. A autora foi pioneira em introduzir o conceito de interseccionalidades, e demonstrar a partir de estudos de casos que as mulheres negras estão submetidas, simultaneamente, a um conjunto de opressões.

Collins (2019) sugere que as autoras negras são fundamentais para compreendermos o que se chama de feminismo negro, já que são as primeiras a reconhecerem criticamente as diferentes opressões que recaem sobre as mulheres negras. A autora afirma também que, ao revisitarmos os discursos históricos das componentes dos movimentos de mulheres negras, temos o dever ético de descobrir e analisar as ideias que porventura foram silenciadas devido ao contexto histórico e político. Nas palavras de Collins (2019): “(...) nem todas as mulheres negras estão no meio acadêmico. Por outro lado, nem todas as mulheres negras são altamente instruídas, sobretudo as que trabalham em faculdades e universidades [...] são, por isso, automaticamente intelectuais” (p.52).

Nesse caminho, uma das principais diferenças do feminismo negro em relação ao feminismo hegemônico encontra-se em incluir as mulheres que historicamente eram desconsideradas por não ocuparem o lugar de intelectuais (COLLINS, 2019). São apresentadas as histórias de resistência e luta de mulheres da periferia, moradoras de comunidades vulneráveis, cantoras e poetisas. Nessa perspectiva toda mulher negra é considerada.

Davis (2018) aponta que o feminismo negro nasceu de um esforço coletivo em demonstrar que raça, classe e gênero são inseparáveis. Segundo a autora, o mais importante para compreender esse movimento é a noção de que ele se compõe das conexões entre racismo e machismo. Segundo a autora, o que provoca o nascimento do feminismo negro é um embate entre o movimento sufragista e o movimento abolicionista, uma vez que as mulheres negras não eram ouvidas por ambas as lutas.

Em relação ao movimento de mulheres negras brasileiras, é possível afirmar que são pioneiras no campo da intersecção das lutas. Embora o termo “interseccionalidade” tenha sido

cunhado pela jurista norte-americana Kimberlé Crenshaw apenas em 1989, com foco em raça e gênero, a ideia das opressões cruzadas e indissociáveis de gênero, raça e classe já fazia parte do repertório discursivo das mulheres negras brasileiras desde os anos das décadas de 1970 e 1980, período em que muitas integrantes do que viria a se constituir como um movimento autônomo começaram suas atividades, em uma dupla militância junto a coletivos de mulheres e de negros brasileiros (PEREZ; RICOLDI, 2018).

Nascimento (2018) afirma que devido ao caráter patriarcal e paternalista de nossa sociedade foi atribuído à mulher branca o papel de esposa do homem, mãe de seus filhos e dedicada a eles. Desse modo, um certo papel de mulher tornou-se universal, como aquele que refere-se ao ócio, ao ser amada, respeitada e idealizada naquilo que aquele ócio era capaz de representar. A autora recupera que nos tempos da escravização, a mulher negra era vista como uma trabalhadora não só nos afazeres domésticos que mantinham a casa grande, mas também nos campos, nas atividades de corte e de engenho. A mulher negra escravizada era comercializada não apenas por seu potencial trabalhador, mas também pelo potencial gerador de novos filhos, novos escravos, ou seja, era valorizada pela função de reprodutora de novas mercadorias. Dessa forma, a autora apresentou elementos que até então não eram considerados pelo movimento feminista brasileiro, uma vez que era composto apenas por mulheres brancas (NASCIMENTO, 2018).

Ainda hoje, segundo Ribeiro (2017), a principal crítica apresentada ao feminismo hegemônico é em relação à universalização da categoria mulher. A autora afirma que em diversos momentos o feminismo hegemônico restringe as diversas possibilidades de ser mulher, reivindicando uma estrutura universal ao falar de mulheres sem que se leve em consideração as nuances e diferenças impostas por raça, orientação sexual, território em que se habita, entre outros marcadores sociais (RIBEIRO, 2017).

Nesta mesma direção, Gonzalez (1988) entende que uma das questões que mais empobreceram o feminismo dito universal foi o abandono da questão racial. A autora aponta que, no caso brasileiro, é inegável que o feminismo enquanto teoria e prática teve um papel fundamental nas lutas e conquistas e expandiu as possibilidades de ser mulher em nosso país. Porém, para a autora, o movimento feminista brasileiro até os anos da década de 1980 tem um caráter racista por omissão, uma vez que desde sua origem há uma visão eurocêntrica que guiou suas ações (GONZALEZ, 1988).

Gonzalez (1988) incita a reflexão sobre o racismo dentro do movimento de mulheres no Brasil, a partir das categorias “infantil” e “óbvio-saber adulto”, donde a categoria infantil seria referente àquelas que não são sujeitos de seu próprio discurso, uma vez que elas não falam, mas

falam por elas. Seria esse o caso das mulheres não brancas ao serem faladas, definidas e classificadas por um sistema ideológico que as infantiliza. Já a categoria do óbvio-saber adulto referia-se à identificação imaginária com algumas figuras, às quais se atribui um conhecimento que elas não possuem (como pai, mãe, professor, analista, entre outros). Seguindo a perspectiva de Franz Fanon no que se refere à psicologia do colonizado em relação ao colonizador, a autora identifica que as mulheres brancas se reconhecem como a categoria universal de mulheres e se julgavam capazes de representar e explicar as experiências de qualquer mulher, nesse caso a experiência da mulher negra seria ser explicada por aquela que possuía o óbvio-saber, que se via como a representação da mulher universal, a mulher branca.

As mulheres não brancas, por sua vez, diriam-se representadas pelo feminismo hegemônico, uma vez que um dos efeitos do que González (1988) chama de neocolonialismo é, entre outras coisas, o não reconhecimento do racismo e do colonialismo nas práticas ditas libertadoras ou a percepção de práticas opressoras como libertadoras. Lélia Gonzalez era reconhecida por sua forte presença militante em que costumava afirmar que, dentre as profundas desigualdades existentes no continente americano, a que se inseriu de maneira mais contundente foi a desigualdade racial. A autora afirmava ainda que a desigualdade racial age como um efeito de dupla discriminação sobre as mulheres não brancas, rejeitando e inferiorizando o duplo caráter de sua condição biológica – racial e sexual – e, portanto, as mulheres não brancas seriam as mais oprimidas e exploradas dentro de uma região que é patriarcal e racista.

Ao descrever as singularidades do regime capitalista vigente na América Latina, Gonzalez (1988) define que as diferenças são aqui transformadas em desigualdade, fazendo com que as mulheres não brancas experienciam uma condição de tripla discriminação dada sua posição de classe, raça e sexo.

Faz-se importante retomar aqui alguns dos papéis sociais designados às mulheres negras, que foram muito bem observados por Lélia Gonzalez. Segundo a autora, a mulher negra foi responsável pela identidade cultural brasileira. Enquanto escravizada, a mulher negra esteve em diversos tipos de trabalho, que iam desde o campo até o doméstico. No primeiro caso, foi ela quem estimulou os companheiros para a revolta, a fuga e formação dos quilombos. E, enquanto escravizada doméstica, ela mantinha um contato direto com seus senhores, passando por tudo que esse contato implicava, “desde a violência sexual e os castigos até a reprodução da ideologia senhorial” (GONZALEZ, p. 1988, 2020).

Observamos que a categoria da “Mãe Preta” é comumente compreendida como o tipo de mulher acomodada, que aceitou a escravidão de maneira passiva e religiosamente seguia as orientações do senhor. No entanto, a autora salienta que a noção de passividade na figura da Mãe

Preta é um erro conceitual, pois uma vez que havia muita humilhação e dor nessa realidade foi necessário desenvolver o que a autora denominou de resistência passiva. Com o fato de habitar a intimidade da família branca, a mãe preta foi figura imprescindível para a elaboração dos valores da cultura brasileira. Dessa maneira, foi ela quem transmitiu para o brasileiro branco a cultura negro-africana da qual ela era a representante, contando histórias para a família foi essa figura responsável por africanizar o português brasileiro, chamado por Gonzalez (2020) de Pretugues. A mulher negra como mãe, de maneira real ou simbólica, foi central na transmissão dos valores culturais negro-brasileiros.

Outra categoria detalhada por Gonzalez (2020) foi a da mulata, cuja exaltação em momentos de festa seria a própria imagem do mito da democracia racial. Segunda a autora, em sociedades onde havia a escravização, os negros e negras eram descritos como hipersexualizados, sendo eles apontados como os responsáveis por desviar a sexualidade comedida da família colonial. Esses dados foram, então, interpretados de maneira a responsabilizar a mulata pela suposta hipersexualização, logo, não eram reconhecidos ou problematizados os estupros realizados pelos senhores brancos e desumanização a que as mulheres escravizadas estavam expostas. Gonzalez (2020) retoma a categoria da mulata que em alguns momentos festivos, como no Carnaval, seria reverenciada e hipersexualizada, mas que após esse momento do ano é submetida a inúmeras violências.

A autora retoma o ditado popular “branca para casar, mulata para fornicar e negra para trabalhar”, e afirma que ele ilustra a maneira como a mulher negra é encarada pela sociedade brasileira. Isto é, sendo apenas um corpo que trabalha e é extremamente explorado economicamente e também é visto como um corpo que oferece prazer, sendo explorado sexualmente e sua sensualidade não seria nunca tomada como beleza propriamente dita, uma vez que a negra seria considerada exótica. Em relação à mulata, é imprescindível dizer que sua beleza está sempre marcada por algo impulsivo ou animalizado e nunca como uma beleza pura, ou uma beleza nos gestos, característica que seria exclusividade das mulheres brancas.

Essas problemáticas contribuíram, por um lado, para que as mulheres não brancas não se sentissem representadas dentro do Movimento Negro. De fato, as feministas negras identificavam que os companheiros de movimento por vezes reproduziam práticas sexistas do patriarcado dominante e acabavam por excluir as mulheres dos espaços de tomada de decisão do movimento. Por outro lado, como vimos, as mulheres negras tampouco se reconheciam dentro do Movimento de Mulheres, já que as mulheres brancas reproduziam as práticas de exclusão e dominação racista. Lélia Gonzalez (1988) afirmava que as mulheres não brancas

eram para as feministas hegemônicas classificadas como descoloridas ou desracializadas e alocadas na categoria “popular”.

No que se refere às mulheres negras brasileiras, Carneiro (2011) denomina de asfixia social a experiência delas que, devido à conjugação do racismo com o sexismo, vivenciam efeitos negativos em todas as dimensões de sua vida, inclusive na dimensão psíquica, com sequelas de ordem emocional e rebaixamento da autoestima - internalização da inferioridade. A esse respeito, desenvolvemos o subtópico que se segue.

1.3. RACISMO, CULTURA E EFEITOS SUBJETIVOS

A evolução das teorias raciais no Brasil poderia ser tomada como exemplo de como o racismo foi se modificando à medida em que determinadas questões entravam em voga: em um primeiro momento era importante validar cientificamente a inferioridade do negro e para tanto utilizavam-se as teorias eugenistas de Nina Rodrigues e seus parceiros, teorias estas que pregavam a superioridade da raça branca e buscavam delimitar aspectos científicos que aproximassem as pessoas negras da criminalidade. Quando o racismo científico perdeu credibilidade a ideologia da democracia racial popularizou-se.

Este racismo que se pretende racional, individual, determinado, genotípico e fenotípico, transforma-se em racismo cultural. O objeto do racismo já não é o homem particular, mas uma certa forma de existir. Os “valores ocidentais” reúnem-se singularmente ao já célebre apelo à luta da “cruz contra o crescente”. (FANON, 2008, p. 79)

Embora a desvalorização a partir de características fenotípicas, como o formato do crânio, não tenha desaparecido completamente, a elas foram somadas as demais tecnologias racistas incorporadas pelo Estado brasileiro a fim de que a desvalorização do negro surgisse como um efeito secundário da cultura.

Segundo Filho (2005), preconceito, racismo e discriminação constituem aquilo que Freud (1996) nomeou em *O mal estar da civilização* de “narcisismo das pequenas diferenças”, aquilo a que o outro se assemelha, mas recusa, formando o terreno da estranheiridade e gerando hostilidade entre os homens. De fato, segundo Sales (2018), a maioria dos estudos psicanalíticos que tratam da temática do racismo faz referência à dificuldade humana de se relacionar com o diferente em cada sujeito justamente naquilo em que identificaria traços de si mesmo. Muitos estudos também abordam o racismo como manifestação do ódio e da inveja à forma como o outro goza, além de identificarem o discurso social como algo que fomenta o racismo.

A autora, no entanto, argumenta que há ainda uma quarta forma de compreender o racismo brasileiro em sua “cordialidade” que se relaciona com o mecanismo psíquico da clivagem e não com o recalque, como nos casos anteriores. Seguindo o pensamento de Jo Gondar (2018), Sales (2020) indica que a discriminação racial no Brasil nunca foi totalmente reconhecida e, portanto, o material a ser recalçado – apartado da consciência – não está disponível. Portanto, o que se dá, no caso brasileiro, seria uma clivagem, um mecanismo mais primitivo que o recalque e que, ao contrário deste, não pressupõe conflitos e sim, permite a ocorrência de duas correntes opostas sem que haja embate.

Apesar da relevante discussão sobre o que está em jogo no racismo na sua relação entre cultura e subjetividade, para os fins desta tese, interessam-nos mais os efeitos psíquicos do racismo do que propriamente compreender os mecanismos produtores de práticas racistas. Dessa perspectiva, é fundamental reconhecer, como refere Isildinha Baptista Nogueira (2021), que o significante “cor negra” está inserido em um arranjo histórico, semântico, político e econômico que destituiu o lugar do negro e de suas conquistas ao não reconhecer como legítimas suas vidas e conquistas. O negro, diz a autora, se constituiu subjetivamente a partir das marcas da cor a nível inconsciente; marcas estas que carregam o signo “negro” que comporta inúmeros significados, entre eles de uma condição de *não ser*. Ao desejar recusar o significante *pele negra*, tenta-se negar o lugar do *não ser* mas com isso nega-se a si mesmo pela negação do próprio corpo.

Em algumas sociedades, como é o caso da brasileira, há uma nuance bastante específica do racismo na cultura, que hoje é denominada por alguns estudiosos como racismo institucional (WERNECK, 2008), que, grosso modo, consiste na elaboração de novas roupagens em relação às atitudes orientadas pelo preconceito de cor, sendo práticas cotidianas oriundas da institucionalização do pensamento e das atitudes racistas.

O racismo institucional reduz as possibilidades de conversação entre pessoas e instituições, e diminui a autoestima dos usuários não brancos, contribuindo negativamente na saúde mental daqueles que acessam essas instituições. Em termos de saúde mental, podemos afirmar que as pessoas negras têm grandes sofrimentos psíquicos decorrentes do racismo que vivenciam e dos efeitos perversos da ideologia do embranquecimento. Almeida (2019) afirma que ainda que os negros atualmente não tenham experienciado a escravização, os efeitos violentos do período são sentidos em sua subjetividade, uma vez que vivemos em um país antinegro, onde se imputa um ideal do eu do branco nos negros, impossibilitando que o negro olhe para si mesmo como digno de valor.

Nas palavras de Souza (2021):

A partir do momento em que o negro toma consciência do racismo, seu psiquismo é marcado com o selo da perseguição pelo corpo-próprio. Daí por diante, o sujeito vai controlar, observar, vigiar este corpo que se opõe à construção da identidade branca que ele foi coagido a desejar. A amargura, desespero ou revolta resultantes da diferença em relação ao branco vão traduzir-se em ódio ao corpo negro (p.6)

Para Veiga (2019), seguindo a perspectiva de Souza (2021), a experiência da negritude é construída a partir do ódio que a branquitude projetou sobre suas vidas desde a escravidão até os dias de hoje. Esse ódio seria introjetado nas subjetividades negras, gerando um processo doloroso de auto-ódio. O autor salienta ainda que essa engrenagem subjetiva de introjeção do afeto do outro como seu é análoga ao que ocorre com a vítima de um abuso ou outra violência: a vítima sente-se culpada pelo evento. A culpa e o auto-ódio seriam presentes na vida dos negros enquanto atravessam o trauma do racismo, o que, segundo Veiga (2019), acarretaria a sensação de inferioridade, de desqualificação, de não reconhecimento de seu valor e em algumas fobias que acompanham a negritude.

Segundo Filho (2005), há em todo sintoma neurótico aspectos do social que marcam os significantes do sujeito, ou seja, os sintomas são marcados pela realidade histórica. Cada sujeito, negro ou não negro, carregaria consigo as marcas do escravismo presentes em quase dois terços da história de nosso país. Para o autor, é importante que o profissional da Psicologia se questione sobre os aspectos do social e do político que marcam a realidade de seu paciente, assim como identificar quais os conteúdos do fantasma do racismo que encontram sustentação na realidade histórica uma vez que social e político compõem as dimensões subjetivas de todos. Dessa perspectiva o autor afirma que é possível o sintoma ser social, e, de fato, segundo Koltai (2000), “o sintoma seria justamente aquilo que impede o sujeito de responder às exigências de seu tempo” (p. 15), ou seja, impede o questionamento e o rompimento com as moralidades colocadas em seu tempo. O que o sintoma determinaria, nesse caso, seria uma maior uniformização da vida cotidiana, atingindo tanto as formas de desejo como de gozo.

Ao construir sua tese, Tiago Filho (2005) sintetiza que o inconsciente pode não ter cor, nem sexo mas o sofrimento do sujeito provocado pela discriminação tem cor, classe social e sexo, além de outros marcadores sociais. Gaudenzi (2019), na mesma direção, aponta que afirmar que o inconsciente é singular em seu modo de organizar o gozo, as pulsões e as fantasias de cada sujeito, marcando que o sujeito da enunciação é sempre único, guiado por desejos particulares, não é sinônimo de negar as especificidades das vivências e experiências de certos grupos sociais. No caso das pessoas negras, suas vidas são marcadas, como afirma Grada Kilomba (2019), pelas feridas do colonialismo. Quando se sobrepõem opressões de raça e

gênero, como é o caso das mulheres negras entrevistadas nesta pesquisa, Kilomba afirma ser difícil reconhecer em detalhes o impacto específico da raça, assim como do gênero, porque eles estão intimamente entrelaçados. A autora fala em racismo genderizado, seguindo Essed (1990) para marcar a especificidade da opressão sofrida por mulheres negras, que é estruturada por percepções racistas de papéis de gênero e que provocam efeitos subjetivos específicos.

Filho (2008) traz à baila a apresentação do caso clínico de Maria, para ilustrar experiências comuns de mulheres que sofrem racismo. Maria, como várias outras mulheres negras, sofre do racismo direcionado, entre outras coisas, aos signos sociais referidos à negritude. A mãe, que é mulata filha de negro e branco, rejeita as características negras da filha – a voz e o olhar maternos marcam em sua constituição o valor da brancura como algo que é bom e merece ser valorizado: a cor da pele, cabelos, comportamento. A mãe de Maria rejeita em si própria as características negras e transmite essa decepção à filha, tanto que uma das fortes lembranças de Maria é sobre mãe dizendo: “Vamos dar um jeito nisso aqui!” ao se referir ao seu cabelo crespo. O corpo e os cabelos de Maria são marcados pelo não reconhecimento da mãe: sem vaidade, sem sensualidade e temendo se ver no espelho. Maria cresceu tendo vergonha e rejeitando o próprio corpo, assim como todas as marcas de negritude que reconhecia nele: cabelos crespos, nariz chato, ancas largas, pele preta. É sobre esse corpo que surge um sintoma agressivo: arrancar os cabelos até sangrar e doer.

A perseguição e o desprezo ao próprio corpo também podem ser compreendidos como um dos efeitos psíquicos oriundos do racismo. Sales (2018) afirma que para a existência de uma estrutura psíquica saudável o corpo deve ser compreendido como uma fonte de vida e prazer, de tal forma que os sofrimentos que ele venha a trazer para o sujeito (como um adoecimento, por exemplo) sejam necessariamente atribuídos a agentes externos. No entanto, desde o momento que o sujeito negro se defronta com o preconceito racial, ele passa a estabelecer uma relação de perseguição com o próprio corpo (SOUZA, 2021), de maneira que passa a desprezar sua cor e seu próprio corpo.

O cabelo não é um elemento neutro no conjunto corporal, pois a cultura o transformou em uma marca de pertencimento racial (FILHO, 2008). No caso dos negros, ele é um sinal que marca a negritude em seu corpo, tornando-se um traço identitário. No sistema escravagista, raspar o cabelo era uma das muitas violências aplicadas ao corpo negro, uma vez que muitas etnias africanas compreendiam o cabelo como uma marca identitária que dignificava o sujeito.

Aqui, é importante recorrermos à discussão elaborada por Nogueira (2021) sobre a significação social do corpo negro. A autora discorre que na rede de significados do imaginário

social sobre o corpo negro aquela que prevalece é a imagem do indesejável, do inaceitável, daquele que contrasta com o corpo ideal, que seria o branco.

O sujeito negro traria em si mesmo a “marca do corpo negro”, que expressaria aquilo que é visto culturalmente como negativo. O sujeito negro seria, então, agredido pelas representações sociais que transformam sua aparência em algo que é socialmente recusado. “O negro se vê condenado a carregar na própria aparência a marca da inferioridade social” (NOGUEIRA, 2021, p. 67). Dessa maneira, o corpo significa para o sujeito negro a marca daquilo que lhe excluiu socialmente. Em uma tentativa de salvar-se, agredir o próprio corpo poderia ter o sentido de agredir aquilo que o desumaniza, no entanto, seria um processo destinado ao fracasso. Capturado pela cultura hegemônica branca instauraria-se um processo em que o sujeito negro sofreria do próprio corpo, uma vez que esse tornou-se culturalmente a representação de sua inferioridade.

Uma das importantes contribuições dos estudos de Filho (2008) diz respeito à ilustração dos casos clínicos em que os pacientes sofrem dos efeitos psíquicos oriundos do racismo. Souza (2021) que também realizou uma pesquisa com a apresentação de casos, aponta que há uma dimensão do sofrimento psíquico como efeito do encontro entre os negros e a cultura racista em que estão inseridos. O racismo consistiria, então, um dos componentes culturais do país de maneira que um dos efeitos do encontro entre os sujeitos negros e essa cultura seria, justamente, o sofrimento psíquico. Dentro desse sofrimento psíquico existiriam tanto o auto ódio quanto o sentimento de culpa e ambos teriam como uma de suas causas o racismo.

Jôse Sales (2018) afirma que diante da violência racista o sujeito dificilmente sairá ileso, de maneira que o ego é potencialmente afetado e precisa recorrer a inúmeros mecanismos de defesa. Diante da ameaça externa, o ego seria a primeira instância psíquica a sofrer danos. A autora, em diálogo com Fanon, afirma que “ a defesa de inibição do ego decorrente da discriminação racista é semelhante a um comportamento fóbico, na qual o ego abre mão de diversos investimentos libidinais e se retrai” (Sales, 2018, p. 66).

Para Fanon (2008), a inibição egóica decorrente do racismo estaria destinada ao fracasso, uma vez que o sujeito não poderia se satisfazer em seu isolamento egóico. Assim, ele experienciaria um constante embate, o desejo de estar em contato com o outro, mas o sofrimento por esse outro o discriminar.

A saída psíquica de adotar o modelo do branco também não poupa sofrimentos para o sujeito negro, pois mais cedo ou mais tarde ele se defronta com a impossibilidade de ser semelhante a um branco. Para Fanon (2008), essa saída levaria ao desmoronamento psíquico do ego, de maneira que o sujeito deixaria de ser um agente, deixaria de exercer sua ação sobre

o mundo, apenas existindo, dessensibilizado. Portanto, o racismo privaria o sujeito negro de exercer alguma ação sobre o social, levando-o a voltar-se para o seu interior, reconhecendo-se como impotente e isolando-se.

Entendendo que o racismo promove processos de exclusão e invisibilidade social, levaria os sujeitos negros a viverem o traumático, o que, para Sales (2018), ameaçaria as possibilidades de existir do ego, tornando-se fragilizado e enredado em um circuito mortífero, principalmente devido ao fato de que o meio social seria incapaz de acolher ou mesmo reconhecer esse sofrimento, haja vista a problemática do silenciamento sobre as questões referentes ao racismo na sociedade brasileira.

Sales (2018) afirma que outro dos efeitos psíquicos do racismo seria a vergonha de si. Para a autora, esse sentimento indicaria uma descontinuidade entre a maneira como o sujeito se vê e o jeito que ele imagina que deveria ser. Ao pensar a vergonha pelo viés narcísico, é preciso reiterar a importância da alteridade nos processos subjetivos, isto é, é preciso observar a relação que o sujeito estabeleceria com o outro. Para Venturi e Verztman (2012), o sentimento de vergonha diz respeito à pressuposição de que outro percebeu alguma coisa que não deveria ter sido vista.

Nesse sentido, alguma marca de identificação passa a representar o sujeito como um todo (SALES, 2018). A pessoa envergonhada imaginaria que aquela característica que a define seria rejeitada pelo ideal compartilhado pelo grupo social. Para Sales (2018), esse é um tipo de vergonha de si que faz com que o sujeito se identifique como um estranho em determinado grupo.

Nessa direção, o sentimento de vergonha de si é observável na população negra, uma vez que, conforme relatados nos estudos de Sales (2018) e Souza (2021), há uma sensação comum entre os negros que ascendem socialmente de que não deveriam estar em determinado lugar, como se os espaços frequentados pela elite fossem idealizados apenas para pessoas brancas.

A necessidade de “ser o melhor” é outro dos efeitos psíquicos oriundos do racismo. No estudo realizado por Souza (2021), todos os entrevistados diziam sentir que precisavam ser os melhores para que fossem aceitos socialmente. Nas palavras da autora:

o relacionamento entre o ego e o ideal do ego é vivido sob o signo da tensão. E como não ser, se o superego bombardeia o ego incessantes exigências de atingir um ideal inalcançável? (...) Nessa tentativa de realização - tão imperiosa quanto impossível - o ego lança mão de táticas diversas, cujo denominador comum se faz representar por redobrar

permanente de esforços, por uma potencialização obrigatória de suas capacidades (SOUZA, 2021, p. 71)

Souza (2021) aponta que um dos possíveis encaminhamentos para a ditadura superegoica sofrida pelos negros é a melancolia. Ocorreria, então, a falência do ego, gerando diminuição de autoestima, sentimentos de inferioridade e culpabilização de si mesmo.

1.4 PRÁTICAS DE CUIDADO: DIFERENÇAS DE GÊNERO, HERANÇAS COLONIAIS

A dimensão sócio-histórica do termo cuidado é debatida por alguns autores. Scavone (2005) descreve o cuidado como algo que se dá na esfera privada e também na pública, na medida em que é necessário para a vida íntima dos sujeitos e também produzido em algumas instituições como, por exemplo, as de saúde.

A autora pontua ainda que os cuidados femininos em relação à manutenção da saúde da família estão socialmente associados à dimensão do afeto, o que dificulta que o ato de cuidar seja reconhecido como algo pertencente ao campo do trabalho. Além do não reconhecimento do cuidado como trabalho, a autora chama atenção para a naturalização dos atos de cuidado, isto é, eles são muitas vezes compreendidos como inatos do universo feminino, o que dificultaria ainda mais o reconhecimento do cuidado exercido pelas mulheres como algo que foi construído como papel social das mulheres conectado à sustentabilidade e reprodução da sociedade e de suas hierarquias.

Na mesma direção, Guedes e Daros (2009) apontam que há uma naturalização do cuidar como algo inerente ao feminino tanto pela lógica machista da nossa sociedade quanto pela compreensão de que as práticas e gestuais que performam o cuidado sejam, em si, algo natural que não dependa do aprendizado social para ocorrer.

Nos estudos de gênero, o cuidado vem ganhando relevância justamente por sua polissemia. Segundo Tronto (2006, p. 87), o cuidado é uma atividade que “inclui tudo o que podemos fazer para manter, continuar e reparar nosso “mundo” para que possamos viver nele da melhor maneira possível”, o que inclui não apenas nossos corpos, mas também o meio ambiente. Para Bubeck (2002), em contrapartida, trata-se do “atendimento das necessidades de uma pessoa por outra, no qual a interação face a face entre quem cuida e quem é cuidado é um elemento crucial para a atividade como um todo” (p. 163), devido ao fato de que essa necessidade não é possível de ser atendida por si mesma. A autora compreende o cuidado ora como um conjunto de necessidades que não se limita ao indivíduo, ora como as necessidades

que não podem ser supridas pela própria pessoa – como no caso de bebês, que são dependentes de outrem.

As críticas feministas em relação à não compreensão do cuidado tipicamente feminino como um trabalho atravessa questões cruciais em relação à divisão econômica do mercado de trabalho e ao não reconhecimento das atividades exercidas pelas mulheres como dignas de serem reconhecidas e/ou remuneradas.

O histórico das práticas de cuidado feminino não se deu de forma semelhante entre todas as mulheres: as mulheres negras sempre estiveram em uma posição de desvalorização em relação ao cuidado por elas exercido (CARNEIRO, 2011). A figura da mãe preta como uma mulher negra doadora que existe para servir aos demais, ou a própria figura da ama de leite a partir da prática social da amamentação praticada por escravizadas negras, em que o fato de possuir uma ama de leite era visto como sinal de prosperidade ou riqueza, são exemplos disso.

Nesse caminho, compreendemos que uma das heranças deixadas pelo colonialismo para as mulheres negras foi o cuidado colonial, que é definido por Passos (2020) a partir de três características: a zona de não ser destinada aos negros, a experiência de que o corpo negro é um corpo matável e a compreensão de que o negro é um objeto estereotipado. O cuidado colonial constitui-se como uma armadilha para as mulheres negras, que por serem consideradas inferiores são tidas como incapazes de exercer o cuidado da mesma maneira que seria exercido por uma mulher branca, restando-lhes assim, um tipo de cuidado específico que possui as características do cuidado colonial.

Em relação ao processo de constituição do ser, a mulher negra se descobrirá como um “não ser” e passará a ter um encontro com uma “região extraordinariamente estéril e árida” (FANON, 2008, p. 26). Esse lugar foi dado pela branquitude para os negros e, com a intenção de superá-lo, as mulheres negras sofrem com a não possibilidade de realização de uma maternidade ao modelo branco (PASSOS, 2020). Tal fato é importante para pensarmos as questões referentes à idealização do cuidado feminino, porque essa noção sempre excluiu a mulher negra do imaginário de realização de uma maternidade ideal. Nesse caso, à mulher negra restaria apenas a condição de não ser uma mãe ideal, já que essa idealização de mulher corresponde às referências da branquitude.

O segundo traço do cuidado colonial refere-se à ideia de que o negro possui um corpo matável, isso é, um corpo que é passível de ser assassinado a qualquer instante. De acordo com os dados apresentados pelo Atlas da violência de 2018, em 2016, a taxa de homicídios de negros foi duas vezes e meia superior à de não negros (IPEA, 2018). Entre 2006 e 2016, a taxa de homicídios de negros cresceu 23,1%, sendo que, no mesmo período, a taxa entre os não negros

teve uma redução de 6,8%. Destacamos que a taxa de homicídios de mulheres negras foi 71% superior à de mulheres não negras (IPEA, 2018). Essa autorização do extermínio está assentada na concepção – que compõe o inconsciente coletivo – de que o negro é inferior (FANON, 2008). Ao ser considerado inferior, e portanto matável, o corpo negro torna-se passível de não ser cuidado. Logo, a noção de cuidado e negritude não se encontram.

O último traço referente ao cuidado colonial diz respeito ao negro ser um objeto estereotipado. Assim, a mulher negra é refém de um imaginário social em que reina a concepção de que as mulheres como ela possuem uma capacidade de suportar a dor muito maior do que as outras. Segundo Kelly, Lewis e Lyra (2021), há um imaginário racista em que reina uma suposta predisposição biológica das mulheres negras para suportar a dor. Para as autoras, ao atribuir às mulheres negras a capacidade de “aguentar mais dor” ocorre um assentimento deste sofrimento, tornando-o banal.

A pesquisadora Morgan (1997) afirma que durante o século XVII era corriqueiro retratar a resistência à dor das mulheres negras, tendo como exemplo o momento do parto, que era comparável ao da mulher branca, de maneira que as mulheres negras eram vistas como tendo uma facilidade natural para parir, o que levava à desassistência das mulheres negras durante a gestação e o parto. A autora também relata que a compreensão de que a mulher negra resistia à dor justificava que logo após o momento do parto, às mulheres escravizadas retornassem ao trabalho, executando serviços duros e braçais durante a amamentação de seus filhos. Davis (2016) afirma que ao atrelar a força à mulher negra como “algo natural”, se constituía um ser desprovido de humanidade que, portanto, poderia aguentar o trabalho excessivo e a reprodução forçada.

Dessa maneira, segundo Passos (2020), produzem-se processos de subjetivação que são marcados por essa fantasia e resultam em intenso sofrimento psíquico para as mulheres negras, que acabam por internalizar a insuficiência de seus cuidados, o que acaba gerando a sensação de um sujeito que está sempre aquém do esperado, de uma mulher que é insuficiente.

Os efeitos da noção de insuficiência das mulheres negras enquanto cuidadoras ou enquanto passíveis de serem cuidadas é o que Passos (2020) define como cuidado colonial. Isso é, o cuidado enquanto conceito hegemônico se aplicaria apenas para a branquitude e, para os negros, haveria o que a autora define como cuidado colonial, que diz respeito aos efeitos da concepção de humanidade inferior que é atribuída ao povo negro.

Portanto, apesar da compreensão comum de que o cuidado é necessário para a existência humana, como efeito do colonialismo, as mulheres negras estariam supostamente aquém da possibilidade de exercer com êxito esses cuidados para com seus próprios filhos, que são como

elas, tratados como coisas. O cuidado realizado por uma mulher negra seria passível de ser mercantilizado, como no caso das amas de leite, ou seja, transformado em mercadoria para ser exercido com as crianças brancas, que seriam vistas como merecedoras de zelo. As mulheres negras serviriam para fornecer condições para que a branquitude se desenvolvesse com tranquilidade.

A perspectiva de que a mulher negra não é passível de ser cuidada é discutida por Ribeiro (2017), que ao observar o processo de objetificação das mulheres negras afirma que elas se transformam em provedoras do cuidado mas não em alguém que mereça ser cuidada. Essa perspectiva é fundamental para os propósitos desta tese, na medida em que uma das perguntas que nos acompanharam durante todo o trabalho se refere a quais são as maneiras através das quais as mulheres negras realizam a subversão dessa perspectiva. Perguntamos-nos como as mulheres negras conseguem reinventar sua posição no mundo, se têm o cuidado como algo inerente em suas vidas e de que maneira o inserem em seu cotidiano.

Os movimentos feministas que criticaram o fato de a mulher ter que se restringir ao espaço doméstico estavam levando em consideração as experiências das mulheres brancas durante a segunda metade do século XX. De fato, as famílias compostas por mulheres e homens brancos estavam calcadas na compreensão de que os homens trabalhariam fora para garantir o sustento familiar e as mulheres realizariam a função de cuidar da casa e dos filhos. No entanto, nesse mesmo período, a realidade das mulheres negras já era diferente pois, mulheres e homens negros foram submetidos ao regime de escravização do qual era extraída sua força de trabalho. Mesmo após a abolição da escravidão, as mulheres negras não experienciaram, de maneira geral, a possibilidade de ficar apenas em casa colaborando com a criação dos filhos e manutenção da casa. A realidade doméstica de mulheres negras e brancas sempre foi bastante distinta.

Compreendemos, a partir da perspectiva do cuidado colonial, que as mulheres negras exercem sobretudo o cuidado de outros fora de seu círculo familiar afetivo, um trabalho invisível, não valorizado, mal remunerado e muitas vezes com caráter explicitamente exploratório. Até o momento, evidenciamos o que as mulheres negras fizeram historicamente e ainda fazem em relação à manutenção dos cuidados de outrem. Porém, como referimos anteriormente, Passos (2020) também denomina de cuidado colonial os efeitos da noção de que as mulheres negras não seriam passíveis de cuidado. Segundo a autora, o cuidado é necessidade ontológica do ser social, de ser cuidado por outro indivíduo, porém, como um dos efeitos da lógica imposta pela branquitude, as mulheres negras submetidas a zona de não ser têm dificuldade de compreender a si mesmas como alguém passível de ser cuidado.

Nesta tese, o interesse no que se refere ao cuidado está, sobretudo nas investigações sobre como cuidar das mulheres, em termos dos efeitos subjetivos do racismo e, fundamentalmente, sobre a possibilidade das mulheres negras cuidarem de si mesmas, o que entendemos que não está desvinculado do lugar que lhes é oferecido na cultura enquanto cuidadoras. Como esse cuidado é realizado? Como é compreendido? Qual a importância ou relevância desse hábito de cuidar de si? Há um compartilhamento de saberes em relação a esse cuidado?

No contexto brasileiro, altamente violento, de racismo estrutural e com especificidades dolorosas para a mulher negra, nos perguntamos como as mulheres negras que assistem a vídeos no *YouTube* sobre racismo e sofrimento psíquico vivenciam as práticas racistas, e nos perguntamos se elas reconhecem essas práticas e seus efeitos subjetivos, além de nos interessarmos pelas formas de cuidado que elas buscam/praticam para si mesmas. Perguntamos, ainda, se podemos compreender suas experiências no *YouTube* em relação ao racismo e ao sofrimento psíquico enquanto um movimento de quilombamento, no sentido dado por Brito, Santos e Matos (2020), que se direciona para a superação desse cuidado colonial. Haveria a possibilidade de superar o cuidado colonial a partir do encontro com a narrativa de outras mulheres negras que compartilham a maneira como se cuidam?

1.5 PRÁTICAS DE CUIDADO, QUILOMBOS E AQUILOMBAMENTO DIGITAL

Partindo da perspectiva decolonial, que tem como objetivo realizar uma produção de conhecimento que não tenha a episteme eurocêntrica como verdade, compreendemos o momento histórico presente como um entre-lugar, em que os efeitos de um passado colonial recente ainda se deixam ver e se desdobram, ao mesmo tempo em que coexistem com formas emergentes de existir no mundo.

Faz-se necessário apresentar o que é um quilombo, termo com conceito múltiplo, com diversas significações. Diz-se que é um conceito dos próprios africanos da etnia Banto e que quer dizer acampamento guerreiro na floresta. Em Angola, a palavra quilombo designa regiões administrativas. Utilizaremos aqui a noção de Clóvis Moura (1992), em que “a ideia de quilombo é compreendida como um fenômeno, como uma forma de organização que virá a ocorrer em todo lugar onde existiu a escravidão” (p. 156).

Considerando serem os quilombos uma das mais importantes formas de resistência à ideologia racista, através da busca pela manutenção da identidade coletiva e histórica de seu grupo (NASCIMENTO, 2018), nos anos da década de 1980 ressurgiu a discussão sobre a demarcação de terras e sobre a reforma agrária e, neste bojo, a ideia/conceito comunidade rural remanescente de quilombo vêm à tona. Essa noção envolve o conceito de apropriação/expropriação de terras envolvendo famílias negras e uma organização comunitária, tratando-se da luta pela permanência em determinado espaço físico e geográfico

Essa noção traz a ideia de que quilombo não se restringe a determinada condição biológica ou tipo de ocupação do espaço, e não se refere a um grupo estritamente homogêneo ou isolado, referindo-se, principalmente, a alguma trajetória em comum e dos esforços para continuidade do grupo (OLIVEIRA, 2014).

Beatriz Nascimento (2021) elaborou uma consistente pesquisa sobre a organização dos quilombos brasileiros e buscou compreender seus modos de organização e significações. Ao longo de sua pesquisa, a historiadora elaborava sobre a vastidão dos quilombos tanto em meios de gestão e sobrevivência quanto em relação ao que diferenciava um quilombo do outro. É importante ressaltar que o quilombo foi uma instituição no período colonial e imperial no Brasil, e que a autora defende que pouco se sabia sobre eles, tanto pela escassez de documentos oficiais quanto pelo próprio racismo que existia em alguns dos materiais até então elaborados sobre a temática (NASCIMENTO, 2021). Contudo, há na literatura especializada uma relação entre a criação de quilombos e a fuga da escravidão, o que a historiadora rebate afirmando que havia formas mais contundentes:

havia maneiras otimizadas de o negro livrar-se da escravidão como abortos, suicídios e assassinios de senhores. Há ainda na literatura sobre quilombos um dado visto como causa (...) que é um retorno à situação tribal, uma necessidade imanente de o homem voltar às ruas suas origens na África. Ou ainda o coroamento de um ideal inato de liberdade dos grupos comprometidos com o “quilombo”. É justo que pensemos que uma das aspirações do escravo seja a liberdade, mas não no sentido que a literatura interpreta porque essa interpretação está impregnada da ideologia liberal burguesa, o mesmo ideal que presume tenha levado a revolução francesa (p. 75)

O fato fundamental, para a autora, é que a opção por viver e criar um quilombo era a opção por uma vida comunitária e socializante. Segundo ela, o quilombo poderia ser uma orientação dos negros e negras para se conservarem no sentido histórico e de sobrevivência grupal. Ele se apresentava como assentamento social e organização que possibilitava o surgimento de uma nova ordem estrutural interna. Ou seja, havia para aquela população a

necessidade de se organizar de um modo que não fosse aquele especificamente estabelecido pelo colonizador, em um ato de rejeição a continuar comprometido com a ordem social dominante. A autora afirma, então, que, embora oficialmente o quilombo tenha terminado com a abolição da escravidão, ideologicamente ele permanece vivo como recurso de resistência e enfrentamento da sociedade que foi oficialmente instaurada após o treze de maio, embora não sofresse exatamente a mesma perseguição por parte do Estado, nem tivesse o mesmo nome e nem fosse reprimido da mesma maneira.

Interessa-nos o ponto de virada em que o quilombo deixa de representar uma instituição em si e passa a ocupar um lugar ideológico dentro da cultura negra brasileira. Para a autora: “É no final do século XIX que o quilombo recebe o significado de instrumento ideológico contra as formas de opressão.” (NASCIMENTO, p. 163. 2021). A partir do quilombo como conceito e ideologia, cria-se para a população negra um marco na sua capacidade de resistência e organização. Um dos achados do estudo de Nascimento é o fato de que a partir do quilombo a população negra pode inaugurar um movimento social ancorado na autoafirmação e recuperação da própria identidade cultural. Nas pesquisas realizadas pela autora, nota-se que a partir dos anos da década de 1970 o quilombo volta a ser um símbolo de enfrentamento ao colonialismo cultural, criando a busca por uma herança africana e buscando um modelo brasileiro que fosse capaz de reafirmar as identidades étnicas.

Abdias Nascimento (2019) traz como definição de quilombo a noção de reunião fraterna, livre e solidária de maneira que nesse ambiente fosse valorizada a convivência e a comunhão existencial. Para o autor, a sociedade quilombola representava um verdadeiro progresso na sociabilidade humana tanto em termos sociopolíticos quanto em termos de igualitarismo econômico. Ele afirma ainda que o quilombismo se conjugava com mecanismos operativos, com a prevalência de uma dinâmica coletiva de vida, o que levaria a uma completude do ser humano. Em relação às possíveis formas de resistência às mazelas enfrentadas pela população negra, o pesquisador afirmava que era necessária a promoção da cultura, das artes, das línguas, literaturas e afins. Desse modo, o autor também reconhece que a população negra poderia se beneficiar, coletivamente, de algum tipo de conhecimento científico que facilitasse a elaboração da experiência de quase quinhentos anos de opressão. Para Nascimento (2019), havia uma ênfase na comunidade, no viver de maneira coletiva, que foi compreendida posteriormente por negros e negras como um dos objetivos centrais para a continuidade da luta por melhores condições de vida de negros e negras.

Os estudos históricos sobre os quilombos e seus modos de existência e significado têm cada vez mais trazido luz sobre as formas de organização coletiva que regiam tais espaços e a

quebra com a lógica cultural estabelecida pelo colonizador. E é nesse sentido que David e Vicentin (2020) propõem a noção de processo de quilombamento como uma direção ético-política que exigiria um alargamento de todas as bases da existência, especialmente quanto às relações entre saúde mental e racismo, de maneira que as ações cotidianas busquem a equidade racial e a desinstitucionalização do racismo. Para os autores, essa atitude ético-política exigiria uma análise crítica permanente dos efeitos do racismo no cotidiano e dos efeitos do racismo nos processos de saúde mental.

Evaristo (2017) discorre que algumas estratégias de sobrevivência e criação de sentido para as muitas possibilidades de viver podem ser caracterizadas como “quilombamento”, trazendo o significado histórico de quilombo para o momento presente, afirmando que essa busca por uma alternativa às opressões do presente não é um fato que acabou no passado, mas, sim, algo que se perpetua no presente, com a resistência da cultura negra brasileira. Quilombamento seria, então, aquilo que se manteria presente nas características urbanas com um lugar de afeto, compartilhamento e acolhida.

Nesse caminho, pesquisadores como Santana e Sobrinho (2020) e Santos (2020) discorrem sobre a ocorrência de um processo mais recente de quilombamento, que por eles é denominado quilombamento digital. A partir da observação das redes sociais utilizadas por negros e negras, os autores afirmam que é possível “observar dentro dessas plataformas virtuais a reativação dos saberes ancestrais dos quilombos” (SANTOS, 2020, p. 32), embora hajam diferenças históricas, pois não há perseguição à organização da população negra, devido a práticas distintas, uma vez que as próprias plataformas têm características singulares de funcionamento, como a lógica de visibilidade direcionada por algoritmos. Para Santana e Sobrinho (2020), o que caracteriza o processo de quilombamento digital é o uso por pessoas negras de comunidades formadas no ambiente digital que contenham uma busca por identidade e conexão. Nesses casos, os autores afirmam que as relações entre os membros são criadas independentemente da distância física, acionando a ferramenta de aproximação de pessoas fisicamente distantes que é possibilitada pela internet. Os autores propõem que o encontro de negros e negras no ambiente digital favorece não apenas o diálogo entre lutas diferentes, mas, também, a própria possibilidade de construção de novos possíveis, uma vez que as redes sociais seriam uma ferramenta de fácil produção de conteúdo para quem desejasse.

Para Veloso e Andrade (2021), é importante observar que a noção de quilombamento transcende as questões físicas e geográficas, respondendo às novas organizações contemporâneas, que, embora coloquem a tecnologia de maneira intensificada no cotidiano, não deixaram de ter o racismo como um dos elementos estruturantes da sociedade. Portanto,

mesmo dentro das redes sociais, seria necessário que negros e negras se organizassem para, mais uma vez, ressitir a ideia de apagamento histórico que a branquitude impõe. Portanto, o aquilombamento digital seria uma perspectiva interpretativa para observar e analisar os acontecimentos da sociabilidade digital a partir de uma perspectiva quilombista (VELOSO; ANDRADE, 2021).

É fundamental observar a atualidade do fato descrito por Beatriz Nascimento (2019) sobre o uso político do conceito de quilombo e a maneira através da qual ele foi capaz de produzir realidades nas vidas de pessoas negras e também de operar como um horizonte político, isso é, como algo que representasse o lugar comunitário onde seria possível que negros e negras usufruissem de uma vida digna e respeitosa de maneira integral. A ideia contemporânea de aquilombamento contém um mensagem de resistência, de que é necessário continuar a luta, uma vez que o racismo ainda é intrínseco ao funcionamento das instituições brasileiras, mas, principalmente, que o encontro entre negros e negras com o intuito de formação de comunidade seria capaz de atuar contrariamente às violências racistas que se encontram na sociedade.

Assim, entendemos que a expressão *aquilombar-se* encontra ressonâncias em diferentes espaços no contemporâneo. Nas palavras de Brito, Santos e Matos (2020):

(...) no momento em que o negro se unifica, se agrega, ele está sempre formando um quilombo, está eternamente formando um quilombo, e o nome em africano é união. Ou seja, *aquilombar-se* pode ser compreendido como um movimento histórico, político e cultural que resgata e valoriza os saberes ancestrais como possibilidade de entender o presente e construir o futuro. É um movimento de deslocamento da condição de quilombola em si para quilombola para si

A forma de resistência aos embates cotidianos promovidos pelo racismo apontada pelo aquilombamento é também a proposta de produção de vida contida no contexto do Bem Viver. Sendo assim, nos perguntamos se a noção de Bem Viver como objetivo pode ser também encontrada no aquilombamento. É fundamental, então, observarmos o conceito de bem viver como algo que envolve um projeto de futuro ancorado em valores já experienciados no passado, agora revividos e valorizando a ancestralidade, as trocas, os diálogos e conversações, o vínculo comunitário e a noção de espiritualidades (PEIXOTO, 2022).

o Bem Viver é essencialmente relacional, de maneira que o que é central são as generosidades, reciprocidades, espiritualidades, afeto, festa, encontros face a face, a luta, o conflito, o reconhecimento das durezas do cotidiano e a organização para que estas sejam superadas. O Bem Viver é então uma noção essencialmente prática. Importante saber que o Bem Viver não é uma noção imóvel, fixada geográfica e temporalmente. É essencialmente uma noção prática. Desde que amparada em princípios fundamentais, que certamente tem variações culturais de acordo com diferentes lugares, a noção possui plasticidade e dinamismo, e seus sinais

podem ser reconhecidos de forma encoberta, não dita, reprimida em diversos contextos (PEIXOTO, 2022, p. 158)

A partir da pista apontada por Peixoto, reconhecemos na experiência dos processos de aquilombamento contemporâneo uma busca por aquilo que é chamado de Bem Viver: estar junto, construir coletivos e poder cultivar e afirmar a própria identidade (VIVEIROS, LIMA; DELL'ORTO, 2021). A busca por alternativas criativas e coletivas para os enfrentamentos do mal-estar causado pelo racismo nos permite aproximar a experiência de aquilombamento da busca pelo Bem Viver e essa aproximação está em consonância com o encontrado por Peixoto (2022) e Batista (2019).

Moura (1992) afirma que foi a partir dos quilombos que negros e negras puderam conquistar a cidadania, mas essa noção é para o autor a própria expressão do Bem Viver. No ambiente dos antigos quilombos ou na contemporaneidade, o protagonismo negro tem a ver com o “estar junto” com seus iguais num território de pertencimento, conquistado, criado, inventado e cultivado a partir de recorte do Bem Viver direcionado para o enfrentamento das violências racistas (PEIXOTO, 2022). O aquilombamento representa uma resistência criativa à opressão enfrentada no cotidiano, carrega portanto todo o processo histórico de lutas por justiça social e a busca pelo Bem Viver estaria presente nesse processo ainda que não seja mencionada por todos aqueles que afirmam e buscam aquilombar-se nos dias atuais.

Para Mignolo (2012), refletir sobre as estratégias de produção de vida negra no contemporâneo é observar as estratégias de superação do racismo que necessariamente apontam para o Bem Viver como algo a ser conquistado. Para o autor, a noção de Bem Viver aplicada e experienciada nas comunidades negras levaria a uma desobediência epistêmica que seria a condição para que os povos historicamente oprimidos reagissem, podendo afirmar suas visões de mundo e criando outros modos de vida. Nesse sentido, onde quer que venha a ser encontrada, a noção de Bem Viver traz consigo uma utopia, que permite que partindo de uma insatisfação com a realidade, pessoas organizadas projetem uma mudança passível de ser realizada no futuro (PEIXOTO, 2022).

Retomamos aqui a discussão em relação aos efeitos subjetivos do racismo e sua relação com o sofrimento psíquico, e nos perguntamos de quais maneiras os conteúdos compartilhados por mulheres negras no *YouTube* contribuem ou não para o enfrentamento dessa questão. Ademais, nos perguntamos quais os sentidos existentes em acompanhar as narrativas sobre sofrimento psíquico de outras mulheres negras nas redes sociais. Também nos interessa investigar se as redes sociais, devido ao grande poder de amplificação e divulgação de

discursos, funcionam como algo que propicie a ocorrência de processos de aquilombamento a partir das narrativas ali compartilhadas. Em um tempo em que a capilaridade da internet é incontestável, nos perguntamos se seria possível ali a formação de coletivos ou algo do gênero. Haveria essa sensação por parte de quem assiste aos vídeos, da criação de um espaço comum com quem produz esses conteúdos? E com outras pessoas que assistem aos mesmos vídeos?

2. CAMINHOS TEÓRICO - METODOLÓGICOS

Na trajetória desta pesquisa, buscamos compreender através das histórias de vida a relação que as mulheres negras que assistem a vídeos no *YouTube* sobre racismo e sofrimento estabelecem com o sofrimento psíquico por elas experienciado. Buscamos também ouvi-las em relação ao uso que fazem do espaço digital ao assistirem aos vídeos que foram compartilhados. Além disso, buscamos compreender os sentidos que mulheres negras que assistem a vídeos no *YouTube* sobre racismo e sofrimento atribuem para a experiência do racismo cotidiano.

Portanto, realizar entrevistas com as usuárias de redes sociais que assistem a vídeos sobre racismo e sofrimento psíquico é efeito de nosso interesse de compreender a relação que as mulheres estabelecem com o conteúdo elaborado por outras mulheres negras e compartilhado publicamente. Conforme a sugestão de Santana e Sobrinho (2022), buscamos analisar, também, se o processo de aquilombamento digital está presente e de quais maneiras.

O encontro com as mulheres se estabeleceu a partir do disparo de mensagens divulgando a pesquisa e chamando as interessadas, em dois grupos de *WhatsApp* em que a pesquisadora principal estava inserida, a saber: “Coletivo Negro de estudantes da FIOCRUZ” e “Audre Lorde – mulheres negras reunidas”. A mensagem disparada nos grupos de *Whatsapp* continha a seguinte informação:

*Oi, pessoal! Peço licença ao grupo para fazer um convite:
Me chamo Gláucia e há bastante tempo assisto conteúdos sobre saúde mental das mulheres negras na internet...
Sou uma mulher negra, formada em Psicologia e atualmente estou realizando uma pesquisa de Doutorado (que realizo no IFF/FIOCRUZ) e busco investigar como nos relacionamos com as publicações sobre racismo e sofrimento psíquico, buscando compreender nossos encontros com a produção de conteúdo nas redes sociais.
Minha pesquisa tem o título: Narrativas sobre racismo e sofrimento psíquico: a produção de conteúdo de mulheres negras em redes sociais.
Gostaria de convidar as mulheres negras que assistem vídeos na internet, no youtube, sobre o assunto para conversar comigo sobre o assunto!
Alguém topa?
meu email: glau_hps@yahoo.com.br e meu celular 21 981677020.
Agradeço muito desde já,
Grande abraço,*

A partir do disparo dessa mensagem, a pesquisadora passou a receber mensagens de mulheres interessadas em participar da pesquisa. Ao todo, vinte e cinco mulheres se disponibilizaram para participar, mas, a partir do primeiro contato em que era averiguada a disponibilidade de tempo da participante e a possibilidade de que as entrevistas fossem

realizadas, algumas delas desistiram da participação. Dez mulheres fizeram contato com a pesquisadora após o previsto para a finalização da etapa das entrevistas e portanto não puderam ser ouvidas. Foram marcadas quinze entrevistas, mas apenas dez chegaram de fato a ser realizadas – questões como queda de energia, agenda das entrevistadas, falta de internet no dia dificultaram a realização das cinco outras entrevistas. O número total de entrevistadas não foi calculado com base em critérios de amostragem probabilísticos já que a “amostra qualitativa ideal é a que reflete a totalidade de múltiplas dimensões do objeto de estudo” (MINAYO, 2013, p. 197). O critério utilizado para determinação do número de participantes foi a percepção de que os dados estavam saturados, ou seja, a partir do momento em que se percebeu uma certa redundância nas informações coletadas, compreendemos que não era mais relevante continuar a coleta de dados. (FONTANELLA; RICAS; TURATO, 2008).

No momento da entrevista propriamente dita, relatamos o objetivo da pesquisa e utilizamos uma pergunta disparadora: “Esta pesquisa tem como objetivo refletir sobre como as mulheres negras que consomem conteúdo sobre racismo e sofrimento psíquico se relacionam com essa experiência. Você poderia nos contar um pouco sobre sua experiência com esse tema?”, e a partir daí a entrevista acontecia de maneira que as participantes pudessem discorrer sobre a própria experiência com o assunto. A pergunta foi propositalmente aberta porque queríamos que as mulheres se sentissem à vontade para falar aquilo que mais lhes tocava no tema geral – racismo e sofrimento psíquico nos vídeos do *YouTube*. A maioria das mulheres começava discorrendo sobre quais canais de *YouTube* acompanhavam, como começaram a consumir esses conteúdos e como conheceram as apresentadoras negras em questão. A partir disso, narravam como se relacionavam com essa experiência e quais seus efeitos em seus cotidianos, o que aprofundaremos no capítulo dos resultados da pesquisa.

Os relatos, após serem gravados e transcritos, foram submetidos a uma leitura flutuante, em busca da tonalidade geral das histórias. Em seguida, delimitamos os temas mais recorrentes, e a partir deles investigamos os núcleos de sentido criados pelos sujeitos. E, por fim, realizamos a análise desses núcleos em consonância com a literatura utilizada nesta pesquisa. A narrativa obtida a partir dos relatos das Histórias de Vida nos proporciona uma maior aproximação do objeto a ser trabalhado, possibilitando a compreensão dos valores e sentidos que cada uma das entrevistadas utiliza para lidar com os acontecimentos do cotidiano, e os valores que mobilizam as mulheres que acompanham esses vídeos e canais de *YouTube*.

Bosi (1987) sugere que narrar a vida é uma maneira de se reapropriar dos acontecimentos cotidianos, refazendo os caminhos percorridos. Trata-se, portanto, de ampliar a possibilidade de inventar novos modos de ser no mundo, a partir do vivido e do encontro com

o outro; de incorporar o vivido. Assim, acreditamos que tal metodologia de pesquisa traz importantes benefícios para o trabalho ao permitir o acesso a experiências narradas sobre o sofrimento psíquico e o racismo cotidiano.

Segundo Gaujelac (1996):

narrar as histórias de vida é um processo que permite aos sujeitos reconstruir o passado, restaurando-o e fazendo uma vinculação com o momento atual, contém a possibilidade de reabilitar o que havia sido invalidado; possibilitam também ao sujeito sustentar o presente pela história incorporada, pela maneira que ela age sobre ele hoje, compreendendo em que a história é presente nele, o que lhe permite projetar um futuro situando-o em relação a esse passado (p. 15).

A busca por novos sentidos em relação ao vivido tem estado presente em todos os momentos da escrita desta tese, colocando em questão o próprio objeto: podemos falar em algo como um mal-estar compartilhado pelas apresentadoras de *YouTube*? Em relação a quem assiste aos vídeos, há elaboração de algum tipo de sofrimento psíquico? Em que medida assistir aos vídeos compartilhados no *YouTube* tem impacto no sofrimento psíquico? Além disso, como olhar para o mal-estar sem as lentes do *psi* formado dentro de uma perspectiva de um sujeito único – branco e europeu, de classe média – tido como universal?

Essas questões foram pensadas, e buscamos ao longo da pesquisa respondê-las, mas podemos rapidamente dizer que as mulheres que consomem esses conteúdos afirmam o impacto do racismo em suas subjetividades, como fomentador de sofrimento psíquico. Ademais, não é nosso intuito criar diagnósticos psicopatológicos para as narrativas por elas compartilhadas, nem tampouco partir de nosologias para olhar quais delas aparecem no campo. Nosso intuito é olhar para as dinâmicas das narrativas produzidas por elas: entre sujeitos e sujeitos, entre sujeitos e coisas, entre sujeitos e ideias, entre os sujeitos e a conectividade virtual. Isso porque entendemos que é aquilo que se dá *entre o eu e o outro* – as relações sociais – que criam existências alegres ou tristes. Paixões alegres ou tristes, como diria Espinosa (1983).

Sobre a análise dos dados, adiantamos, como refere Pope e Mays (2009), que começou no instante de sua produção e que esse movimento é inevitável nas pesquisas qualitativas. Essa análise incorpora igualmente, no caso desta pesquisa, não só as falas, as descrições do espaço e das interações lá observadas, mas também o contexto de sua produção, já que concordamos que os fenômenos não podem ser compreendidos fora de tal contexto (CAPRARA; LANDIN, 2008; BECKER, 1999). Em outros termos, diríamos que na elaboração do material escrito, a tese propriamente dita, pretende-se transparecer “os relatos de vida, as entrevistas em profundidade

delineiam um território bem conhecido, uma cartografia da trajetória – individual – em busca de seus sentidos coletivos” (ARFUCH, 2002, p. 17).

Uma vez que as entrevistas são compreendidas como fundamentais para atingir os objetivos da pesquisa, esta pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética e de Pesquisa, estando respaldada pelas decisões deste, pelo número de registro 53592321.7.0000.5269.

2.1 PESQUISA QUALITATIVA

A presente pesquisa possui um desenho qualitativo, abordagem essa que é aqui compreendida como basilar para quando se quer analisar o nível subjetivo e relacional da realidade social e é tratado utilizando o conjunto do universo, significados e signos dos atores sociais envolvidos na pesquisa, nesse caso, das mulheres negras que consomem conteúdo produzido por outras mulheres negras no *YouTube* (MINAYO, 2013). Trata-se de um método que é amplamente utilizado em pesquisas de Saúde Coletiva, por se caracterizar como a busca de um conhecimento aprofundado a partir da compreensão e do ponto de vista de quem presta a informação (DYNIEWICZ, 2014).

Corroboramos com Minayo (2003) ao afirmar que a pesquisa qualitativa busca responder a diferentes questões de maneiras bastante singulares. É um método que se preocupa com uma instância da realidade que não é passível de ser quantificada, isto é, trabalha-se com os universos de valores e crenças que correspondem ao sutil das relações e dos fenômenos, não podendo ser reduzido à operacionalização das variáveis.

O processo dessa pesquisa foi composto a partir da análise das Histórias de Vida recolhidas com as mulheres negras que se voluntariaram a participar, sendo assim, contou-se com a disponibilidade dessas mulheres e o interesse delas em relação ao consumo de conteúdos sobre racismo e sofrimento psíquico nas redes sociais. Aqui, caminhamos em consonância com Camargo (1994), que afirmou que para o melhor desenrolar de uma pesquisa cuja metodologia seja a análise de Histórias de Vida, o mais importante é contar com o interesse daqueles que participam e o desejo de querer falar sobre determinado assunto. Dessa maneira, compreendemos que as entrevistas são o caminho para o encontro com os universos particulares daquelas que consumiram os conteúdos sobre racismo e sofrimento psíquico, daquelas que dedicaram algum tempo de seu dia para assistir aos relatos sobre as experiências particulares de outras mulheres. Interessa-nos aí a riqueza das composição de valores, crenças e práticas que cada mulher poderá nos apresentar.

No decorrer dessa pesquisa, que se insere no campo teórico das Ciências Sociais e Humanas da Saúde, compreendemos que o objeto a ser investigado é atravessado pelas forças históricas que atuam sobre o contemporâneo. Assim, caminhamos com Minayo (2003) ao compreendermos que as investigações sociais precisam considerar a dinamicidade da cultura humana, respeitar a especificidade de cada período e observar a complexidade que existe dentro dos acontecimentos, que podem ser de curta, média ou longa duração, mas que contém os significados concretos e simbólicos de cada período.

Optar pela utilização da metodologia qualitativa significa, então, compreender que não há uma verdade a ser observada sobre cada momento ou recorte temporal. Significa, pelo contrário, “compreender a simultaneidade das diferentes culturas e dos diferentes tempos presentes em um só tempo, como algo que é real e enriquece a humanidade. Isso significa compreender o global e o local, convivendo e sendo ao mesmo tempo, mutáveis e permanentes” (MINAYO, 2003).

Uma pesquisa como essa, que objetiva analisar os efeitos do consumo de conteúdos publicizados nas redes sociais sobre racismo e sofrimento psíquico, deve lançar mão de uma metodologia qualitativa, pois como afirma Minayo (2003) aquilo que acontece dentro da sociedade é essencialmente qualitativo, haja vista que a realidade social compreende o próprio dinamismo da vida individual e também coletiva que possui uma multiplicidade de significados que transbordam dos modos de viver.

A pesquisa qualitativa nos oferece, então, a possibilidade de enumeração dos fatos e a oportunidade de puxar os fios emaranhados nos detalhes dos acontecimentos sociais. O qualitativo, enquanto método de compreensão da pesquisa, possibilita observar que “a realidade é mais complexa que qualquer teoria, que qualquer pensamento e qualquer discurso teórico ou político que tente explicá-la” (MINAYO, 2003). No entanto, é possível ao realizar uma pesquisa qualitativa em Ciências Sociais e Humanas da Saúde observar algumas das nuances do nó contemporâneo, refletir sobre elas e tentar transformar o conhecimento adquirido em algo que seja capaz de promover a aproximação com os diversos modos de estar no mundo e de favorecer o respeito às diversidades manifestadas na vida.

Desejamos que a análise aqui realizada, ainda que de forma incompleta, imperfeita e insatisfatória, possa contribuir com a observação de fenômenos históricos e que seja promotora de maiores possibilidades de estar no mundo, propiciando um maior reconhecimento das diferenças existentes em nós e nas multiplicidades do viver.

2.1.1 Pesquisa qualitativa e o encontro com o ambiente digital

A partir da perspectiva de Mauss (2003), podemos afirmar que o mundo digital é um fato social total, isto é trata-se de uma atividade que tem implicações em toda a sociedade, nas esferas econômicas, jurídicas, políticas e religiosas de maneira que organiza instituições e práticas de maneiras distintas (MAUSS, 2003). Portanto, as práticas de pesquisa também estão influenciadas pela digitalização do cotidiano e das distintas maneiras como vem acontecendo uma (re)adaptação de métodos de pesquisa e também a utilização das plataformas digitais para captação de dados (DESLANDES; COUTINHO, 2020).

A partir de 2010, houve a consolidação de campos de estudos como a Antropologia Digital e a Sociologia Digital, que já se estabeleceram como ferramentas importantes para a expansão de pesquisas na área da saúde. Observa-se que a ênfase das pesquisas em saúde no campo da sociologia digital tem sido direcionada para estudos que abordem a as mudanças na relação médico-paciente a partir dos artefatos e possibilidades criados pela popularização da Web 2.0 (DESLANDES; COUTINHO, 2020).

Se a pesquisa em ambientes digitais já vinha sendo uma área em expansão, ainda que se restringisse a grupos de estudos específicos dentro das temáticas da pesquisa social, a partir do momento em que a pandemia de Covid-19 demonstrou sua força e seus impactos no cotidiano, exigindo o distanciamento social como uma das principais ferramentas de prevenção e cuidado a saúde, instaurou-se também um efeito sobre as pesquisas sociais de cunho observacional e/ou etnográfico, já que as práticas grupais e/ou de entrevistas precisaram ser repensadas a partir das exigências impostas pela pandemia (KLUGE, 2020).

Deslandes e Coutinho (2020) apontam que a pesquisa qualitativa em ambientes digitais possui alguns aspectos particulares, principalmente no que diz respeito às estratégias de observação textual, uma vez que esse conteúdo deve ser compreendido de maneira ampla, incluindo texto, imagens, sons, paletas de cores, e também devem ser consideradas as redes de sociabilidade sustentadas e produzidas pela internet e o fato de que o compartilhamento na internet é passível de ser monetizado, o que gera um ambiente singular a ser analisado. Os autores afirmam que a sociabilidade passa a ser remodelada a partir dos diferentes possíveis usos dessas novas tecnologias digitais, de maneira que há o surgimento de um ambiente digital que pode borrar as fronteiras entre o que é real e virtual. Apontam, então, que as pesquisas sociais que utilizam a ambiência digital devem se atentar ao que cada sujeito atribui a uma dada plataforma como resultado de um conjunto de relações e teias de significados de uma dada cultura.

Cada uma das plataformas ou aplicativos digitais possui uma linguagem própria e códigos que servem naquela ambiência específica mas não em outras. Os lemas de cada plataforma parecem sugerir um desempenho discursivo aos seus partícipes. O *Facebook* pergunta “O que você está pensando?”, o *Tinder* questiona quem é você e o que tem de especial, o *Twitter* anseia ser um formador de tendências, o *YouTube* dá dicas para que o usuário consiga transmitir-se para o mundo. Ancoradas no *slogan* do *YouTube*, nos perguntamos se as maneiras com que as mulheres negras produtoras de conteúdo se transmitem para o mundo podem gerar novos movimentos de vida das mulheres negras que assistem a tal produção.

As pesquisas em ambiências digitais destacam-se por um duplo trabalho. Para além do encontro com as fontes de informação e como em qualquer pesquisa social *off-line*, é preciso levar em consideração a história de criação do site e/ou aplicativo e as intenções corporativas que o rodeiam para que se possa realizar uma análise mais completa, observando as ferramentas comunicacionais oferecidas.

2.1.2 Dinâmicas da Web 2.0 e criações de si

Segundo Castells (1999), podemos dizer que vivemos uma economia informacional global e que a multiplicidade de conexões e relações propiciadas pela comunicação digital no final do século XX fez surgir a sociedade em rede, definida como:

[...] revolução da tecnologia da informação; crise econômica do capitalismo e do estatismo e a conseqüente reestruturação de ambos; e apogeu de movimentos sociais e culturais, tais como libertarismo, direitos humanos, feminismo e ambientalismo. A interação entre esses processos e as reações por eles desencadeadas fizeram surgir uma nova estrutura social dominante, a sociedade em rede; uma nova economia, a economia informacional/global; e uma nova cultura, a cultura da virtualidade real. A lógica inserida nessa economia, nessa sociedade e nessa cultura está subjacente à ação e às instituições sociais em um mundo interdependente. (CASTELLS, 1999, p. 411)

Trata-se de uma sociedade global e que, embora a totalidade das pessoas no mundo não tenha acesso às redes de internet, todos são afetados pelos processos que ocorrem nelas. Diante disso, gostaríamos de observar que, segundo a pesquisa *Abismo Digital* realizada pelo grupo PWC em 2020, a disparidade racial no acesso à internet no Brasil é gritante. A pesquisa revela que, embora 81% da população brasileira acima de dez anos tenha acesso à internet, somente 20% conta com uma internet de qualidade. Outro ponto levantado é que 58% dos usuários acessam a internet exclusivamente através de telefones celulares, o que limita o uso de recursos

digitais para encontrar informação. O estudo mostra que o impacto da privação *online* atinge sobretudo as classes C,D e E e a população negra.

Tabela 1- Índice de Privação *Online* e os perfis de usuários

Índice de Privação On-Line e os perfis de usuários		
Perfil	Características predominantes de cada perfil (localização, dispositivo de acesso, escolaridade, classe de renda, gênero, idade ou raça)	Período médio do último mês em que teve dados disponíveis para acessar a internet
Plenamente conectados 49,4 milhões de brasileiros	Regiões Sul e Sudeste Celular pós-pago Acesso por notebook Escolarizados Classes A e B Branços	29 dias
Parcialmente conectados 44,8 milhões de brasileiros	Região Sudeste Menos escolarizados Classes C, D e E Negros	25 dias
Subconectados 41,8 milhões de brasileiros	Norte e Nordeste Celular pré-pago Menos escolarizados Classes D e E Negros	19 dias
Desconectados 33,9 milhões de brasileiros	Homens Não alfabetizados Classes C, D e E Idosos	0 dias

Fonte: PwC (2020)

A pesquisa TIC Domicílios do ano de 2021 demonstrou que o acesso das mulheres negras à internet é duas vezes superior ao acesso dos homens negros (TIC, 2021). A pesquisa ainda demonstrou que a faixa etária de mulheres negras que mais tem acesso à internet é entre 25 e 34 anos.

De acordo com União Internacional de Telecomunicações (UIT) cerca de 95% da população do planeta habita hoje áreas cobertas com rede celular e cerca de 84% possuem acesso à banda larga móvel. A tecnologia do 4G, que apresenta um rápido crescimento, está disponível para mais de quatro bilhões de pessoas em todo o globo. É a partir desses números que Eduardo Magrani (2018) apresenta o termo hiperconectividade, utilizado para referir-se à comunicação entre indivíduos, indivíduos-máquinas e máquinas-máquinas. Na mesma linha de outros pesquisadores, para Magrani (2018) essa hiperconectividade e interação contínua alterou a forma como agimos nas esferas públicas e privadas.

Portanto, apesar das diferenças radicais em termos de uso da internet, podemos afirmar que ela revolucionou de maneira contundente o modo como nos comunicamos. Para alguns

pesquisadores, como Sibilía (2016), a atual performance da internet modificou não apenas a comunicação, como alterou alguns dos pilares de nossa sociedade, provocando mudanças importantes no processo de formação da subjetividade. A autora aposta que a contemporaneidade, que é fortemente marcada pela proliferação dos dispositivos digitais, que transportamos conosco a maior parte do tempo, presencia uma importante alteração na genealogia das subjetividades (SIBILIA, 2016). Havia uma maneira de ser e estar no mundo antes da internet e outra(s) maneira(s) que se manifestam na medida em que os efeitos da interação sujeito e digital se apresentam? Quais os múltiplos sentidos de acompanhar narrativas pessoais publicadas na internet?

De acordo com Sibilía (2015), o maior acesso à internet propiciou um maior engajamento dos sujeitos nas redes sociais. Dessa maneira, também, acabamos por ter um grande acesso à intimidade alheia, aquilo que antes era oferecido apenas se habitassem círculos restritos de afetos ou laços familiares ou até mesmo pela invasão forçada à intimidade de alguém. O que ocorre é que, com a profusão das redes sociais, a intimidade é oferecida a desconhecidos. Portanto, nos perguntamos nessa tese como a profusão de narrativas pessoais nas redes sociais atravessam os modos de subjetivação? Como as novas mídias de massa, como o *YouTube*, bordeiam a formação de opinião? Há reflexos no cuidado à saúde mental a partir dessa maior exposição às redes sociais da internet?

Para Van Dick (2016), a conectividade proporcionada pela evolução da *web* tornou-se uma ferramenta cada vez mais importante, na medida em que métodos de codificação das informações pessoais contidas na sociabilidade *online* avançaram e transformaram essa sociabilidade em um atrativo que também é capaz de gerar lucros, que conforma um novo mercado eletrônico e também transforma em mercado as mídias sociais dos conteúdos gerados e consumidos pelos usuários. O autor afirma ainda que as plataformas *online* mais famosas da atualidade: *Facebook*, *Twitter*, *YouTube* e *LinkedIn*, ao mesmo tempo em que tiveram uma maior adesão de usuários, tiveram também uma explosão na possibilidade de gerar dinheiro. Tal fato nos é particularmente interessante por abrir uma discussão sobre o quanto produtores de conteúdo escolhem abordar determinada temática em prol de patrocínio e/ou uma possível parceria com marcas maiores, pois isso teria relação com a maneira como abordaram os conteúdos. No que diz respeito à nossa pesquisa, observamos que na medida em que as influenciadoras negras começaram a ser reconhecidas e patrocinadas por grandes marcas a temática da própria saúde mental foi paulatinamente ficando mais escassa em suas produções.

Vale ressaltar que a internet é uma grande mídia digital que permite a difusão da informação oferecendo diversos meios de compartilhamento de arquivos. Sabe-se que é um

espaço que não é neutro, possuindo características específicas que afetam produções, as relações sociais, a cultura e a economia global em larga escala (CASTELLS, 1999). A *web* configura um novo mercado e também um novo e complexo artefato para a formação de subjetividades. Aqui nos interessam os rastros que a popularização da *web* tem tido sob os processos subjetivos. Em outros termos, nos questionamos sobre o que está em jogo no ato de seguir alguém numa rede social, o que significa influenciar alguém, ou ser influenciado, como o uso da rede social afeta os modos de subjetivação.

Devido ao interesse de pesquisa, um dos usos da internet que nos interessa em especial é a exposição de si e do cotidiano de mulheres negras que abordam a questão racial e o enfrentamento do sofrimento psíquico. O início das atividades de compartilhamento do cotidiano com o público da internet ocorreu com o surgimento dos *blogs*, nos anos da década de 1990. Segundo André Lemos (2002), “os *blogs* rapidamente foram se tornando um sistema de publicação na internet de que qualquer pessoa pode facilmente dispor e começar a emitir seu diário pessoal ou informação jornalística” (p.17). Trata-se do início de um processo que se estendeu de forma avassaladora que foi o de pessoas comuns compartilharem sua intimidade, possibilitando a pluralização de vozes, permitindo a desassociação das mídias de controle e fornecendo a possibilidade de reeditar práticas antigas (CASTELLS, 1999; LEMOS, 2002). Os *blogs* são espaços de comunicação, geridos por blogueiros, profissionais ou não. Além disso, podem ser encarados como veículos de comunicação, credenciados por leitores, pela blogosfera, pela mídia tradicional e pelo mercado no qual estão inseridos – além de fonte de renda de seus autores. Não há restrições em relação ao gênero ou tema destes *blogs* que chamamos de *blogs* temáticos. (LEMOS, 2002)

A dinâmica presente nas plataformas de comunicação por redes sociais deu origem, ao termo *prosumer* (produtor + *consumer*), um vocábulo que tenta unir as singularidades de um sujeito que ao mesmo tempo em que é produtor de conteúdo digital é, também, consumidor e crítico do mesmo tipo de conteúdo. Segundo Burgess e Green (2009), um grande exemplo dessa especificidade de *web* é a plataforma de compartilhamento de vídeos *YouTube*, que se auto define como um site de “cultura participativa”, que valoriza a criatividade e autenticidade dos criadores de conteúdo.

A plataforma *YouTube* tornou-se o principal site de compartilhamentos de vídeos, com seu slogan “Broadcast Yourself”, que significa “Transmita-se” (CHEN, 2014). Trata-se de um site onde os usuários podem assistir e postar seus próprios vídeos, o que demonstra o potencial dessa plataforma no campo da comunicação, uma vez que possibilita a criação e distribuição de conteúdos criados por pessoas comuns (GOMES; KIUCHI; SILVA, 2018). Destaca-se entre os

impactos gerados por essa plataforma a migração do capital publicitário das mídias tradicionais para esse site, o que fortaleceu a divulgação de marcas e produtos em canais digitais por custos menores, quando comparado às mídias tradicionais, por meio de pessoas que apresentam vídeos nesta plataforma. Dessa maneira, o produtor de conteúdo se beneficia da monetização de seus vídeos, tanto por meio da própria plataforma que disponibiliza esta opção, como também em acordos com empresas que desejam que seu produto ou sua marca seja divulgada no conteúdo dos vídeos (PEREIRA, 2014).¹

Um dos importantes diferenciais das mídias digitais em relação aos tradicionais meios de comunicação de massa refere-se à dimensão de interatividade presente no fluxo da informação, ou seja, há a possibilidade de interação entre o público que consome o mesmo conteúdo, além da própria interação entre o criador do conteúdo e o espectador. Nesse sentido, o *YouTube* figura, também, como um fórum de discussão no espaço reservado aos comentários, o que ilustra o fato de que a comunicação nessa plataforma não acontece de maneira unilateral (KENNEDY, 2010).

No ano de 2006, a revista *Time* escolheu como personalidade do ano “Você”, objetivando se referir aos sujeitos comuns, com vidas ordinárias, mas que graças à popularização dos dispositivos conectados a rede de internet puderam a partir daqueles anos expor a trivialidade de seus cotidianos em sites como *MySpace*, *YouTube*, *Instagram*, *Reddit*. Esse fato registrou o alcance da Internet na vida de cada vez mais sujeitos, além de evidenciar que o compartilhamento de fatos da vida cotidiana a partir de algum dispositivo da *web* havia se transformado em um fato corriqueiro. Tal compartilhamento possibilita a interação com um número cada vez maior de pessoas, inclusive pessoas desconhecidas.

Nesse cenário das redes sociais e do surgimento daqueles que são reconhecidos como influenciadores digitais temos a atualização da lógica da celebridade, a qual atua como um dispositivo, possibilitando novos campos de atuação para os indivíduos que se encontram inseridos nessa rede de discursos. Segundo Ledbetter (2016), ao observar a lógica da influência digital compreendemos que há um modelo daquele que deve ser seguido, daquele que é tido como referência para determinados atos, com os influenciadores digitais tem-se a atualização da lógica da celebridade. Dessa maneira, as mídias digitais emergem como um espaço de validação existencial em que a visibilidade se torna um projeto de vida e um elemento de distinção. Santaella (2007) pontua a forte influência que a tecnologia digital exerce no cotidiano de quem a utiliza como mudanças nos hábitos de consumo e na interação com o espaço urbano.

¹ Assim como o *YouTube* outras mídias sociais também foram monetizadas na atualidade e os usuários das redes que possuem grande número de seguidores são atualmente reconhecidos como influenciadores digitais.

Para a autora, é necessário reconhecer que o modo como experienciamos o mundo hoje tem relação com o tempo que dedicamos à nossa sociabilidade no mundo *online* e dessa maneira seriam necessários mais estudos para compreender quais os atravessamentos vivenciados por aqueles que dedicam parte do seu tempo ao acompanhamento de conteúdo produzido por terceiros em redes sociais.

Vemos que há uma leitura bastante crítica em relação a captura desses movimentos de narrativas de si para as lógicas capitalísticas, como nos lembra Rolnik (1992) mas será que é possível usar esse espaço das narrativas digitais para criação de espaços em prol da superação de dificuldades coletivas? Isso a que chamam de proliferação de discursos identitários não seria a possibilidade de ecoar diferentes visões de mundo?

A popularização das novas tecnologias de comunicação e a ascensão das redes sociais como uma ferramenta de comunicação e mídia popular promoveu aquilo que Hollanda (2018) chamou de explosão feminista, possibilitando que as mulheres que antes eram silenciadas ocupassem um novo lugar, digital, para manifestar suas reivindicações. “A possibilidade de disseminação de ideias feministas propiciou maior acesso ao movimento e fez com que o protagonismo crescesse. Militantes e simpatizantes se construíram e consolidaram a partir de redes sociais e blogs” (AZEVEDO et al., 2016, p. 66).

Hollanda (2018) afirma que a partir das possibilidades existentes nas redes sociais, surge uma nova geração de mulheres organizadas a partir do desejo de afirmar a sua diferença, com estratégias próprias e formas de organização autônomas, que desprezam a necessidade de um representante, pois “escolhem se basear em narrativas de si, em experiências pessoais que ecoam coletivas” (HOLLANDA, 2018, p.12). Costa (2018) afirma que a novidade trazida pelas novas mídias é a possibilidade da multiplicação de vozes que se tornam comunicadoras. Segundo a autora, há uma intensa conexão entre a internet e os movimentos sociais, na medida em que as ferramentas tecnológicas permitem aos atores sociais tornarem-se sujeitos ao definir sua ação segundo seus próprios valores, independente de outras instituições ou grandes grupos midiáticos

a multiplicação das vozes proporcionada pelas redes permitiu um ganho significativo de visibilidades de correntes do feminismo até então pouco amplificadas, como o feminismo negro, trans ou lésbico. (...) A grande diferença hoje não está apenas na pauta do feminismo jovem, mas no encaminhamento dessas questões a partir da capacidade multiplicadora e articuladora da internet. Outro dado importante é que a rede potencializou uma estratégia feminista histórica, que se baseia na força agregadora do privado e das narrativas pessoais (COSTA, 2018, p.42)

Norteadas pelo pensamento de Castells (2003), acreditamos que as novas dinâmicas do viver afetadas pela presença ostensiva das redes sociais tenham impactos singulares nos diferentes grupos populacionais brasileiros. Costa (2018) pontua que o padrão comunicativo promovido pelas redes sociais teve um efeito particularmente significativo em indivíduos de baixa renda, nos movimentos das ditas minorias e nos países em desenvolvimento. Em relação à especificidade das mulheres negras, a autora afirma que o aumento do acesso do grupo à internet foi bastante significativo e que dos anos 2016 adiante a temática de gênero e raça ganhou uma repercussão expressiva a partir do uso das redes como um instrumento de comunicação com o grande público.

No entanto, nos perguntamos o que está em jogo nos processos de narrar sobre si, sobre as próprias experiências de vida, e nos processos de assistir a tais narrativas e, considerando os interesses desta tese, perguntamo-nos sobre as narrativas que abordam as experiências de racismo. Nesse sentido, nos propomos a abordar as maneiras como as narrativas compartilhadas por mulheres negras nas redes produzem sentido para aquelas que consomem esse conteúdo.

Uma das especificidades referentes às dinâmicas da *web* é justamente o fato de que as redes sociais e os demais serviços de publicação pessoal permitem aos sujeitos a exposição de sua vida, operando como um novo rol de possibilidades para a proliferação de vozes leigas, isto é, com o advento dessas tecnologias em rede qualquer pessoa que tenha uma câmera com acesso à internet pode publicar conteúdos online. Atualmente, a possibilidade de ser assistido por um público grande é bem maior que no período anterior aos anos 2000, pois naquela época o acesso à produção de conteúdo midiático era exclusividade de certos grupos jornalísticos. Hoje, expressar a própria opinião é uma possibilidade promovida pelas redes sociais. Ainda que nem todos os usuários das redes cheguem a ter um grande número de visualizações, a possibilidade de ser assistido por um grande público é aberta a todos que queiram publicar conteúdo nas redes.

Alguns autores como Van Dick (2016) e Sibilía (2015) afirmam que esse processo de proliferação das vozes leigas envolve a concepção e o surgimento de novas formas de subjetivação. Agamben (2014), por sua vez, observa que a chamada revolução tecnológica criou novas produções subjetivas, uma vez que quando um sujeito passa o dia todo navegando pela internet ele não se torna um sujeito específico – uma vez que consumiria apenas experiências de outrem. Já Sibilía (2016) aposta que as tecnologias digitais criam novas formas de lidar com o mundo, proliferando as possibilidades de experiências. A autora afirma a existência de uma

mudança daquilo que antes era tido como da ordem do pessoal, do interior de si para algo que deve ser trabalhado e cuidado na exterioridade, o que ela denomina de extimidade.

Sibilia (2016) chama a atenção para oposição entre intimidade e extimidade. Intimidade aqui é considerada a partir da concepção burguesa em que são valorizados os momentos de cada um consigo próprio, há uma valoração do que é interno e particular e pressupõe-se que esses sentimentos precisam de tempo e solidão para serem elaborados. É com a intimidade que o sujeito burguês pode “voltar-se para dentro de si, sondar, escavar seus recônditos mistérios, vivenciar sua subjetividade e externá-la somente para si, por meio de diários” (SIBILIA, 2016, p. 31).

Os diários eram, então, as ferramentas para a escrita de si, para a elaboração da subjetividade e havia algo que deveria ser mantido em segredo, tanto que boa parte dos diários eram fechados à chave e com cadeados. No entanto, Sibilia (2016) discorre que tal prática vem paulatinamente sendo extinta e dando lugar ao que ela nomeou de extimidade, isso, é a elaboração de si a partir da divulgação do que antes era tido como íntimo. Extimidade pressupõe a publicização do eu e, para a autora esse eu vai sendo elaborado a partir daquilo que escolhe mostrar. Falar publicamente de si em uma rede social é uma ferramenta de construção do eu, uma vez que os sujeitos estariam se moldando a partir do que imaginam que o outro deseja ver:

tentamos, insistentemente, mostrar um eu reconstituído continuamente pelas expectativas de um outro que também não é ele mesmo. E nesse aspecto, os dispositivos precisam ser problematizados: as tecnologias, embora não nos obriguem a utilizá-las de determinada forma, sugerem formas de sua utilização (SIBILIA, 2004, p. 13)

Compreendendo que a extimidade é, também, uma ferramenta subjetiva para a elaboração de si, nos interessamos sobre o que liga as narrativas expostas, que performam extimidade com a pessoa que assiste a essa narrativa. De qual maneira acompanhar a extimidade de outrem nos atravessa?

Questionamo-nos acerca das rupturas e continuidades ocasionadas pela sociabilidade digital. Para tanto, é fundamental refletirmos que desde o advento das “mídias desmassificadoras”, isso é, desde o surgimento da TV a cabo e do filme em videocassete, houve intensa proliferação da descentralização do conteúdo e de uma tentativa de não padronização do consumo, uma vez que diferentes criadores poderiam ser assistidos e os espectadores contavam com maior possibilidade de fontes de mídias (SANTAELLA, 2007). Assim, as características principais dos meios de produção de massa estavam sendo pulverizadas a partir

da maior possibilidade de criação de comunicação. Com o advento da Internet 2.0 tal questão foi radicalizada ao extremo pois houve a transformação daqueles que eram apenas espectadores também em produtores de conteúdo e, portanto, comunicadores – esse é o fato que possibilitou as mudanças mais profundas em nossa sociedade e é a isso que se chama Cibercultura. (SANTAELLA, 2007).

Para a pesquisadora Lúcia Santaella (2007), uma das mais importantes características da Cibercultura diz respeito à natureza necessariamente heterogênea que ela carrega, tratando-se de uma cultura descentralizada baseada em núcleos autônomos, uma vez que usuários acessam e adentram esse sistema a partir de diferentes partes do mundo e possuem a mesma possibilidade de alimentá-lo, isto é, de publicar conteúdo dentro dessa rede. É fundamental observar que a consequência da proliferação da cibercultura, para a pesquisadora, é a formação de comunidades virtuais e também de uma inteligência coletiva.

Santaella (2007) define inteligência coletiva como uma mente cuja história é contínua e cresce como um organismo desorganizado, que cresce para todos os lados e em todas as direções, nas palavras de Kerckhove (2009): “A internet é um cérebro coletivo, vivo, que dá estalidos quando estamos a utilizar, que nunca para de trabalhar, de pensar, de produzir e combinar.” (p. 253) Já as comunidades virtuais são definidas como fontes culturais e socializadoras, aldeias de atividades dentro da cultura promovida pelo digital. É o lugar onde grupos de pessoas mobilizadas por um mesmo interesse criam conexões e promovem trocas entre si. A heterogeneidade promovida pela Cibercultura foi fundamental para a diversificação das vozes narradoras da história.

Com o advento da Web 2.0 e a profusão do acesso à internet, pode-se observar que a participação das redes sociais na atualidade possui uma dimensão profunda, que é definida por Filho (2014) como capaz de operar tecnologias de subjetivação delimitadas como cuidado de si, autonomia e poder de comunicação. Essas tecnologias teriam a potencialidade de operar na subjetividade a partir do encontro entre redes sociais e sujeitos, e isso nos interessa ao observar a dinâmica do sofrimento psíquico relatado pelas mulheres que compõem o universo de nossa pesquisa. O autor observa ainda que, em relação aos usuários de redes sociais, cada um dos perfis ali existentes poderia representar um recorte singular das comunidades em rede que o usuário compõe, ou seja, as conexões que cada usuário de rede social consegue fazer dentro daquele espaço delimitado pela *web* são importantes por operarem em sua dinâmica subjetiva.

Outra importante reflexão se dá ao questionarmos se há alguma coisa que funciona como “cola subjetiva” entre consumidores das redes sociais e o conteúdo consumido. Ou seja, será que há uma produção coletiva de sentidos que permite que as entrevistadas signifiquem

suas experiências à luz das narrativas realizadas pelas produtoras de conteúdo? Para compor tal pensamento é preciso observar a financeirização das redes sociais, isto é, a maneira através da qual as produtoras de conteúdo são remuneradas por tal ofício.

Cláudio Filho (2014) apresenta a lógica social em que os usuários de redes sociais são compreendidos. Para ele, há uma capitalização da produção afetiva espontânea que é gerada nas redes. O autor afirma:

O usuário da rede social é a um só tempo, trabalhador/produtor, que cria, manipula e faz circular signos na rede; produto/mercadoria que pode ser “vendido” ou alugado para empresas em busca daquele perfil de consumidor; e veículo/medium que atua não somente como sua própria mídia mas, principalmente como veículo de publicidade não consentida. (p. 168)

Carter (2013) denominou de Economia dos *likes* o processo que ocorre nas redes sociais caracterizado pela geração de lucro para o produtor de conteúdo, no ato do usuário clicar no botão de “curtir”, ou seja, os botões de interação entre usuários da rede foram transformados em metas para o engajamento e financeirização daqueles que visam lucrar com esse conteúdo. Cláudio Filho (2014) afirma que a economia dos *likes* é o pilar principal da transformação do afeto em mercadoria. Há por meio das plataformas de redes sociais um estímulo a essa interação por parte dos usuários, mas ela se torna capitalizável – gerando lucros tanto para a própria plataforma quanto para terceiros.

A economia afetiva que caracteriza as redes sociais hoje pode ser compreendida como um combo estratégico entre regimes de fazer-falar e regimes de visibilidade máxima, de maneira que o resulta disso é um círculo que se retroalimenta, em que o usuário é estimulado a clicar e curtir e isso gera lucro àquele que produz o conteúdo, e ao mesmo tempo aquele que produz o conteúdo busca estimular a interação via cliques com quem a assiste para que o seus anúncios e sua página sejam cada vez mais valorizados.

2.2 AS NARRATIVAS

O presente estudo contém uma análise de narrativas de mulheres negras sobre sua experiência com o consumo de conteúdo sobre racismo e sofrimento psíquico nas redes sociais. De acordo com Meneghel e Iniguez (2007), as narrativas são um dispositivo fundamental na ressignificação das histórias de vida e na produção de sentidos para situações de doença, dor e injustiça, entre tantas outras experiências possíveis no cotidiano. Narrar seria uma oportunidade de ressignificar um acontecimento. Através do relato das histórias de vida, as mulheres nos

comunicam as maneiras pelas quais se relacionaram com as narrativas compartilhadas por influenciadoras negras e de qual maneira observaram os efeitos dessa prática em seu viver.

As narrativas atravessam o viver. São as narrativas e o ato de narrar que compõem, em diferentes instâncias, as singularidades do cotidiano. Desde o bebê até o idoso, todos se encontram enredados por narrativas (CASTELLANOS, 2014). As narrativas podem ser individuais, trazendo a experiência subjetiva de cada um ou até mesmo grandes narrativas contendo cosmologias sobre os mundos e as diferentes formas possíveis de compreendê-lo. Nas palavras de Castellanos (2014):

As pequenas narrativas estão presentes em diferentes contextos cotidianos, como família, escola, trabalho, consultório. Essas narrativas podem consistir em histórias curtas, produzidas em contextos interativos cotidianos; mas, também, podem orientar-se pela perspectiva biográfica. Em ambos os casos, podemos identificar instâncias de significação da relação eu/mundo. Aliás, a partir da modernidade, a dimensão biográfica torna-se uma forma central de organização narrativa de experiências pessoais e sentidos de ser e estar no mundo, de maneira mais ampla na sociedade (p. 1067).

Interessamo-nos pelas narrativas devido ao fato de que contêm uma possibilidade de adentrarmos o mundo de significados elaborado por alguém, trazendo a possibilidade de compreender a nuance de significados contidas em dada situação. Historicamente, o interesse pelas pequenas narrativas tem crescido bastante devido à compreensão de que há uma disputa de saberes em jogo nas “grandes narrativas”, que por vezes são afirmadas como as únicas possibilidades de compreensão de determinados fatos. “Há no atual contexto histórico uma fragilização de teorias científicas e quadros ideológicos que forneciam grandes narrativas” (LYOTARD, 2002, página 70).

Marcello Castellanos (2014) explica que no contexto de crise de legitimidade das instituições sociais (igreja, escola, família, etc.) houve também uma crise na estabilidade discursiva que era utilizada para pensar os problemas sociais de maneira generalista. Para o autor, essa situação de crise propiciou uma (re)construção identitária da sociedade a partir da compreensão da multiplicidade inerente a ela. Essa reconstrução refletiu-se, também, na incorporação dos estudos narrativos nas pesquisas qualitativas em saúde.

Retomando o processo histórico de uso de narrativas em pesquisas, sabe-se que inicialmente a Antropologia e a Sociologia utilizavam narrativas como instrumentos de acesso a determinado objeto de pesquisa:

as entrevistas realizadas com “informantes-chave” por Malinowski consistem em recursos para acessar informações sobre a vida social dos trobriandeses do início do século XX, em um quadro de referência da

antropologia social nascente. A Escola de Chicago, nas décadas de 1930-40, utilizou histórias de vida para entrecruzar dados biograficamente informados com dados relativos a amplos contextos sociais, visando a análise da sociabilidade urbana nascente na sociedade norte-americana. (CASTELLANOS, 2014, p. 134)

Nos estudos citados por Castellanos (2014), a narrativa era compreendida como uma técnica de pesquisa. Ao longo do século XX, após uma intensa proliferação de teorias sobre as histórias de vida, as narrativas passaram a ser tomadas como objeto de conhecimento de maneira que “cada parte da narrativa deve ser vista a partir de sua relação com o todo, de sua função para o desenvolvimento da questão organizada no enredo.” (CASTELLANOS, 2014, p., 140)

A novidade, acrescida ao campo da pesquisa qualitativa em saúde com a entrada das narrativas como objeto de conhecimento, é justamente o fato de que personagens e eventos precisam ser analisados como parte de um todo social em constante transformação. Nesse campo, é importantíssima a compreensão de que a coerência narrativa reside não na ausência de contradições daquele que narra, mas, sim, na presença de alguma continuidade nos fatos narrados.

Através das narrativas tem-se a mediação entre mundo “interior” e mundo “externo”, é possível observar a relação do sujeito no mundo (CASTELLANOS, 2014). Narrar é uma maneira de dar significado a uma experiência. Quando se conta e se interpreta uma experiência é a narrativa que cria uma relação de mediação entre aquele que conta é aquilo que se diz, o acesso ao mundo interior do contador se dá através da narrativa. As narrativas também se constituem como algo que possui estreita relação com a cultura daquele que narra, uma vez que o simbolismo só é possível de ser compreendido se observado a partir das imagens e sentidos existentes em determinados núcleos culturais, que acionam narrativas passíveis de serem culturalmente compreendidas em que são delimitadas e identidades, juízos, valores e que possibilitam uma aproximação de dado universo simbólico (CASTELLANOS, 2014).

No que se refere à entrada dos estudos da narrativa no campo das Ciências Sociais e Humanas da Saúde, Castellanos (2014) afirma que o fato ocorreu através dos estudos críticos à medicalização social, que fizeram vir à tona as diferenças das experiências observadas em cada narrativa singular em contraposição às grandes narrativas que eram apreendidas a partir das indústrias e dos grandes grupos farmacêuticos, isso é, era possível apreender nuances específicas sobre a relação de cada usuário com a medicação através da análise das narrativas singulares.

Helzerich (2004) afirma que as narrativas possuem um caráter de performance, dependem da situação e da relação estabelecida de maneira que não há neutralidade na produção

narrativa, uma vez que nem mesmo a linguagem pode ser compreendida como um instrumento comunicacional neutro. Assim, as narrativas são inscritas em simbolismos que não se constituem como sistemas fechados, mas sim como campo de possibilidade de agenciamento de novos sentidos. Vale ressaltar, também, a visão da psicanalista Kristeva (2002), que traz a compreensão de que é intrínseco ao humano a transformação da vida em narrativa, ou seja, é uma singularidade dos sujeitos humanos a possibilidade de transformar os eventos cotidianos em algo que pode ser narrado e assim conferir-lhes valor na medida em que são compartilhados com outros humanos.

Guimarães (2006) afirma que a narrativa pode ser compreendida como uma mediação entre sujeito e sociedade, um dispositivo que tem a potência de atuar como mediador dessa relação. A narrativa é, para o autor, a possibilidade de compreender o mundo pelo lado de dentro do sujeito e que só cria sentido quando a perspectiva relacional é observada, tornando-se preciso estar atento ao que se produz enquanto o sujeito é afetado pelo que narra e percebe a maneira como sua narrativa afeta outrem. Nesse sentido, a narrativa é compreendida pelo autor como um recurso para lidar com os acontecimentos, sejam de qualquer natureza, grandes, pequenos, intensos ou até mesmo os que passam como insignificantes.

Para Frank (2000), as narrativas consistem em um recurso para lidar com o sofrimento e reabilitar sujeitos adoecidos que tiveram sua identidade fragilizada em meio às vicissitudes do viver. Portanto, o autor afirma que está aí a potência de uma pesquisa em saúde: conferir sentido à narrativa produzida pelo sujeito que narra, valorizando o motivo pelo qual o mesmo optou por engajar-se nesse relato.

Na perspectiva da pesquisa qualitativa em saúde, é preciso considerar que ouvir uma narrativa sobre a vida de alguém implica testemunhar o sofrimento do outro através da escuta ativa (CASTELLANOS, 2014). Poderíamos dizer o mesmo quanto à escuta do sofrimento oriundo de outros processos, como é o caso do racismo. No entanto, compreendemos que ao se falar em testemunho se considera a experiência individual daquele que fala de si, para o sujeito que narra sua experiência o fato de ter alguém que acompanhe suas dores e ofereça a elas algum lugar subjetivo ainda que não as transforme pode ter efeitos transformadores. Contudo, observamos que assistir as narrativas produzidas por mulheres negras abertas para o público de maneira geral pode ser um processo ainda mais amplo na medida em que não houve exclusividade no direcionamento deste testemunho, e tal fato pode trazer a noção de que há mais sujeitos, além de si mesmos, interessados em determinada experiência. Aqui, suspeitamos, que o fato de a narrativa não ser direcionada a um único sujeito pode trazer a dimensão da coletividade que enfrenta determinada situação.

Cabe lembrar aqui o que é afirmado por Betts (2018) sobre a possibilidade de elaboração do sofrimento passar pela possibilidade de enunciar essa experiência. Assim, acreditamos que em relação ao sofrimento psíquico oriundo do racismo em uma sociedade que tende a silenciar a questão racial, como a brasileira, a experiência de acompanhar narrativas públicas de outras mulheres negras que viveram situações promotoras de dor devido ao racismo poderia levar a uma elaboração dessa questão. Betts (2018) afirma que:

Cabe lembrar aqui que não há sofrimento humano maior do que aquele que é silenciado. O sofrimento somente se humaniza quando pode ser trocado por palavras dirigidas a um outro significativo, que escuta e acolhe sua fala. Encontrar acolhida ao testemunho também no laço social é fundamental, pois o ser humano precisa da inserção no laço social numa rede identificatória compartilhada (p. 123)

Caminhamos em consonância com Laub (1991), que propõe o testemunho em três diferentes níveis: (1) o testemunho como a fala de quem sofreu a violência, (2) o testemunho de quem escuta e acolhe a fala do sujeito que sofreu a violência; e (3) o testemunho de quem escuta de forma implicada (posição do analista na transferência) o processo do testemunho em seus diferentes níveis. Nesta tese nos interessamos pelo testemunho das mulheres negras que assistem às narrativas de outras mulheres negras sobre suas próprias vivências em relação ao mal-estar oriundo do racismo.

Portanto, as narrativas das mulheres negras que assistem aos vídeos nos interessam porque elas contêm o ponto de vista de quem escuta a violência sofrida pelo outro. Em que medida acompanhar o relato de alguém sobre as maneiras com as quais lidou com a violência racista contribui para a elaboração das próprias experiências em relação à violência? Assistir a vídeos que contêm testemunhos sobre o sofrimento psíquico possibilita um novo olhar para com o próprio sofrimento?

As narrativas são potentes porque compõem nosso dia a dia. Narramos sobre os acontecimentos do cotidiano, narramos sobre como nos sentimos em determinada situação, narramos sobre uma desilusão amorosa, narramos as alegrias dos encontros. Narramos tanto sobre nós mesmos, quanto sobre as pessoas com quem nos relacionamos. Para Bamberg (2004), o ato de falar de nós de maneira narrativa é o que constitui a narrativa como uma importante ferramenta de produção de subjetividade. Ao contarmos uma história circunscrevemos acontecimentos sociais em determinado tempo e espaço geográfico, abrimos a possibilidade para a observação das relações ali estabelecidas.

Moutinho e De Conti (2016) afirmam que as narrativas são expressões dos processos de formação da subjetividade, uma vez que se apresentam como a possibilidade de construção de

sentido. Por se basearem nos fatos biográficos mas não se restringirem a eles, que sobre as próprias experiências de vida os sujeitos imaginam presente, passado e futuro e, portanto, constroem as histórias ao mesmo tempo em que produzem o sentido da experiência para eles próprios e para aqueles que os escutam. Ferreira e Grossi (2019) afirmam que:

Apreender a subjetividade não significa identificar formas através das quais ela se reconhece e é reconhecida. Implica apreender o processo de emergência das figuras que ela desenha. Constitui a própria trama uma vez que não possui um antes já dado. Trata-se da composição dos diversos universos que habitam cada existência em seu estar no mundo (p. 19).

Por sua vez, Bamberg (2004) afirma a existência de um duplo movimento de maneira que a partir das análises de narrativas podemos compreender as redes de significações que compõem os sujeitos como aquilo que os auxilia a se auto interpretar, mas, também, acaba por produzi-los.

A partir das narrativas teríamos, então, representações das paisagens afetivas mobilizadas para aquele sujeito. Seria possível observar as costuras de significado e sentido que compõem os processos subjetivos. Observam-se as costuras subjetivas através das narrativas mas, também, é no processo de narrar que a subjetividade vai se constituindo. Com isso, nos interessa observar como as mulheres entrevistadas constroem os múltiplos sentidos de assistir aos vídeos no *YouTube* sobre racismo e sofrimento psíquico, a partir de como elas narram esse acontecimento. O intuito é jogar luz às construções realizadas pelas participantes da pesquisa, coadunando Moutinho (2010) e Moutinho e De Conti (2016), a respeito da escuta atenta às múltiplas possibilidades de construção de sentido de si ao longo das narrativas.

2.2.1 Histórias de vida

Compreendendo que a pesquisa qualitativa se preocupa com uma realidade que não pode ser quantificada, uma vez que busca se ocupar das questões particulares de cada sujeito e trabalhar com universos singulares de crenças, valores e significados que dizem sobre relações e fenômenos sociais, é preciso escolher o método que auxiliará a realizar a coleta de dados e posterior compreensão e análise destes. Para cada objeto de trabalho há uma metodologia que melhor se adequa.

Para Santos e Santos (2008), os estudos em saúde vem buscando maior aproximação com os sujeitos, de maneira a ouvir sua voz e não os tratar como simples objeto fornecedor de

dados de pesquisa. Os autores afirmam que para saber da experiência do sujeito o instrumento mais importante seria a voz da própria pessoa, e para eles o melhor instrumento é observar as trajetórias individuais no âmbito das relações dos sujeitos, de maneira a conhecer as informações contidas na vida pessoal de um ou mais informantes.

Nessa pesquisa tomamos como objeto as narrativas de mulheres negras que consomem conteúdos produzidos por outras mulheres negras em redes sociais sobre racismo e sofrimento psíquico, de maneira que compreendemos que a metodologia que melhor auxiliaria a captar as singularidades de nosso estudo seria a abordagem das Histórias de Vida, de maneira que as entrevistadas tiveram a possibilidade de dissertar livremente sobre a temática.

Segundo Nogueira et al (2017):

há um caráter terapêutico nesse método e ético; uma dimensão interventiva, inscrita na escuta oferecida pelo pesquisador e no fato de que contar a história é recriá-la, é produzir uma leitura sobre as experiências vividas, produzir ressignificações e produzir uma escrita. O sujeito narrador da história não se limita, assim, a ser um “objeto” de pesquisa (p.32)

A metodologia da História de Vida é caracterizada pela obtenção de dados descritivos através do encontro direto entre pesquisador e a situação a ser observada. Há uma valorização do processo de colheita dos dados, de maneira que a informação obtida pelo entrevistado é priorizada e há uma preocupação em retratar o ponto de vista de quem diz, isto é, a intenção de compreender os sentidos que os participantes da pesquisa atribuem às coisas e à vida (SPINDOLA; SANTOS, 2003).

Segundo estudo realizado por Spindola e Santos (2003), o uso da metodologia da História de Vida foi introduzido nas pesquisas em Ciências Sociais através da Escola de Chicago, na década de 1960, no contexto em que buscavam construir um método de coleta de dados que pudesse valorizar as relações estabelecidas entre os sujeitos. Valorizava-se então aquilo que é relacional. Segundo as autoras, o objetivo é que através das histórias de vida seja possível compreender as singularidades do cotidiano daqueles que participam da pesquisa. Interessa mais aquilo que é trivial do que o extraordinário. Nas palavras de Cipriani, Pozzi e Corradi (1984):

através das narrativas de sua vida, o indivíduo se preenche de si mesmo, se obrigando a organizar de modo coerente as lembranças desorganizadas e suas percepções imediatas: esta reflexão do si faz emergir em sua narração todos os micro eventos que pontuam a vida cotidiana, do mesmo modo que as durações, provavelmente comuns aos grupos sociais, mas que dentro da experiência individual contribuem para a construção social da realidade (p.79)

Um dos interesses em trabalhar com as Histórias de Vida é, então, um estudo do cotidiano, compreendido como o lugar onde os acontecimentos podem transformar os sujeitos, tornando possível identificar grupidades a partir de práticas cotidianas (SPINDOLA; SANTOS, 2003). É importante salientar que as histórias de vida não falam sozinhas: é preciso compreender o contexto em que se desenvolvem, o tempo histórico e as forças que as atravessam, ou seja, é preciso um conjunto de sentidos que enredam o cotidiano.

Vale ressaltar que, como nos lembra Bertaux (1980), a história de vida não é uma memória fidedigna aos eventos que ocorreram em uma vida, mas uma construção de uma história para determinada vida, de forma que o sujeito apresenta os aspectos de determinado assunto que julga relevante para aquilo que está acontecendo no presente. Portanto, as histórias de vida compreendem para a autora um elemento de reconstrução, em que a pessoa que narra forma sua autoimagem em meio ao processo de narrar, construindo sua interpretação pessoal sobre os fatos que atravessaram sua própria vida. Trata-se de uma interpretação e representação que o sujeito faz destes fatos de acordo com suas crenças, valores e demais códigos.

Segundo Brioschi e Trigo (1987), os relatos de vida são algo que podem favorecer a compreensão dos efeitos da cultura em dado momento histórico, os autores esclarecem que no relato de vida não é o indivíduo em si o objeto de estudo, mas sim as relações nas quais ele se encontra enredado. O indivíduo torna-se aquele que fornece o relato de dado cotidiano, de dada cultura, de dada experiência cultural. Logo, por meio da escuta ativa das Histórias de Vida, pode-se compreender a prática social de um grupo e o uso de determinada atividade no mesmo grupo. Bertaux (1980) salienta que por mais individual que seja uma história de vida, é sempre o relato de práticas sociais, que salientam a maneira como o sujeito se relaciona com o mundo ao qual ele está inserido.

Camargo (1994) afirma que para transformar um conjunto de trajetórias individuais em unidade passível de ser analisada é preciso que os dados obtidos sejam analisados à luz de uma conjunção teórica que os torne inteligíveis. Para a autora, os padrões sociais emergiram através do determinismo das condições econômicas, de classe, etárias, profissionais, regionais e funcionais. Para tanto, é preciso seguir as etapas preconizadas por esse método.

Santos e Santos (2008) discorrem que na pesquisa que se utiliza da metodologia da História de Vida é preciso guiar-se por algumas etapas e que (1) não existe determinação prévia do número de entrevistas, de modo que o ponto de saturação dos entrevistados surge a partir do momento em que o pesquisador percebe não apreender nada de novo no que se refere ao objeto de estudo; (2) finda a realização das entrevistas ocorre a transcrição delas, o que pode ser feito

pelo próprio entrevistador e/ou por outros participantes da pesquisa – no caso deste estudo a transcrição foi feita tanto pela pesquisadora principal quanto por uma assistente de pesquisa.

Outro ponto importante quando realizamos a pesquisa com metodologia de História de Vida é a Análise Temática, que acontece após sucessivas leituras das entrevistas em que se busca descobrir quais os núcleos de sentido que compõem as narrativas de vida. Nessa etapa observam-se os conteúdos semânticos trazidos por aqueles que participam da pesquisa e também a frequência com que dado conteúdo aparece. Para realização da análise temática, é necessário que o material recolhido seja sistematizado e organizado:

as aproximações com as narrativas, anteriores ou posteriores, de uma mesma situação, devem ser efetuadas com um sublinhado ou com jogos de cores, organizando-se os elementos que trazem os suplementos de informação que será preciso integrar no texto, de forma que, sem perder o seu caráter próprio, ele dê conta, por enriquecimentos sucessivos, do máximo de fatos expressos (SANTOS;SANTOS, 2008, p.714)

A análise temática é realizada de modo a agrupar as partes que foram descartadas de cada um dos depoimentos recolhidos, observando o que mais chama atenção em cada um dos relatos e agrupando os destaques de acordo com as categorias que vão surgindo com essa busca. Vale ressaltar que a metodologia da história de vida propõe um extenso trabalho de construção e também de investigação, em que se espera que as ideias pré-concebidas possam ser abandonadas a cada novo olhar que se dá ao material destacado (CAMARGO, 1994).

As categorias de análise obtidas pelo método devem ser construídas a partir dos dados obtidos no campo. A proposta é que os fragmentos dos depoimentos não devem ser utilizados de forma isolada: “Um depoimento só pode ser compreendido dentro da história de cada sujeito.” (SANTOS;SANTOS, 2008)

2.3 APRESENTAÇÃO DAS MULHERES ENTREVISTADAS

É preciso iniciar a etapa de apresentação das participantes dessa pesquisa retomando o momento histórico em que as entrevistas aconteceram e suas especificidades. Esta pesquisa foi profundamente atravessada pela pandemia do Coronavírus, na medida em que além de trazer profundas marcas subjetivas que até hoje ainda estão em processo de elaboração para todos que viveram aquele momento, trouxe, para esta tese, importantes mudanças metodológicas que culminaram com a (re)elaboração do projeto de pesquisa. Inicialmente, o desejo era encontrar e conhecer pessoalmente as mulheres que aceitassem participar dessa pesquisa e discorrer sobre os efeitos das narrativas audiovisuais produzidas por *youtubers* negras em seus cotidianos. No

entanto, devido às restrições de encontros e socialização vigentes durante o momento de realização das entrevistas, as sessões aconteceram todas *online*, através de plataformas de encontros síncronos sendo mediadas pela própria internet, que é uma das mais importantes pontes de reflexão desta tese e também o meio que propiciou o encontro entre pesquisadora e entrevistadas.

Sendo assim, iniciamos a apresentação daquelas que compõem as vozes dessa escrita. Ao todo entrevistamos dez mulheres, todas mulheres cis, que habitam diferentes regiões do Brasil, de forma que as regiões Norte, Nordeste, Sudeste e Centro-Oeste estão presentes na pesquisa e tal fato nos permite observar a potência da capilaridade das redes sociais no território nacional. As idades das mulheres variaram entre vinte cinco e cinquenta e um anos e pudemos observar o impacto do fator geracional no uso das redes sociais. Seis das entrevistadas possuem graduação completa e atuam em suas áreas de formação e quatro destas mulheres ainda estão cursando a graduação.

Uma questão interessante que apareceu neste trabalho foi que ao início da entrevista perguntávamos sobre o nome fictício que a mulher gostaria de ser chamada, na escrita da tese, uma vez que optamos por manter o sigilo das entrevistadas e todas as mulheres disseram preferir serem chamadas pelo próprio nome e identificadas na pesquisa. Algumas chegaram a escolher o nome pelo qual seriam identificadas na pesquisa, mas as outras disseram que por ser, realmente, uma opinião que elas tinham sobre esse assunto, elas não teriam nenhuma ressalva a que o nome delas fosse citado de forma que elas pudessem ser reconhecidas.

Seria esse um fato que podemos observar como dinâmica da exposição do eu nas redes sociais? Algumas das entrevistadas usam as redes sociais como forma de promoção do próprio trabalho. Teria esse fato alguma relação com optar por manter o próprio nome no estudo? De toda maneira, é importante observar que a dinâmica da opção pelo sigilo nas pesquisas acadêmicas não é algo tão comum ao cotidiano daqueles que não frequentam este espaço, então, talvez a opção pelo sigilo seja algo mais caro para nós, pesquisadores, do que às mulheres entrevistadas na pesquisa.

Como dito, durante as entrevistas, ao pedir que as participantes escolhessem o nome pelo qual gostariam de ser chamadas, nesta tese, todas foram resistentes em escolher um nome fictício, mas as que chegaram a escolhê-lo escolheram nomes de mulheres negras que as inspiravam. Essa foi uma escolha livre, mas que as entrevistadas colocaram como uma espécie de homenagem a alguma mulher negra que foi importante para ela durante sua vida.

Apesar disso, optamos por manter o sigilo das entrevistadas, que serão apresentadas aqui por nomes fictícios que foram colocados para cada uma delas. Entendemos ser importante

respeitar a sugestão de sigilo dos participantes da pesquisa colocada pelo Comitê de Ética e Pesquisa, e compreendemos que os resultados da pesquisa como um todo podem destoar da opinião individual de cada uma das entrevistadas, mostrando-se mais cuidadosa com cada uma delas a opção pelo sigilo.

O fato que aproximou as mulheres dessa pesquisa foi serem negras e consumirem conteúdos produzidos por *youtubers* negras acerca de racismo e sofrimento psíquico. O contato com as mulheres aconteceu a partir de um disparo de mensagens em dois diferentes grupos de *WhatsApp* dos quais a pesquisadora principal participa: “Articulação de Mulheres Negras na Saúde” e “Coletivo Negro de Estudantes - Fiocruz”. Após o disparo dessa mensagem não é possível traçar exatamente qual foi seu percurso até encontrar as mulheres que participam da pesquisa.

Conforme indicado nos capítulos sobre os caminhos metodológicos adotados nesta pesquisa, as mulheres que participaram das entrevistas tinham acesso à internet em casa e usavam o aplicativo *WhatsApp*. Assim, fazem parte do grupo de mulheres negras que possuem acesso ilimitado à internet, tanto por computador ou *notebook* e/ou pelo celular.

Todas as mulheres entrevistadas relataram ter sofrido episódios de violências racistas ao longo de suas vidas, de maneira mais ou menos explícita, o que corrobora com os inúmeros estudos brasileiros que salientam o quão estruturante de nossa sociedade é o racismo.

Dez entrevistadas, dez narrativas a serem analisadas à luz dos referenciais teóricos escolhidos por essa pesquisa para que possamos caminhar em direção ao objetivo de analisar como as mulheres negras que consomem o conteúdo sobre racismo e sofrimento psíquico produzido também por mulheres negras se relacionam com essa experiência.

Dessa maneira, sintetizamos nessa tabela as informações necessárias sobre as participantes da pesquisa, já com o nome fictício.

Tabela 2 - Caracterização das entrevistadas

Nome	Idade	Profissão
Luiza	21	Estudante
Lilia	24	Estudante
Joana	25	Professora
Valentina	26	Publicitária/ Fotógrafa
Joice	28	Estudante
Clementina	33	Administradora

Nome	Idade	Profissão
Nilza	34	Gestora De Marketing
Beatriz	37	Fonoaudióloga
Beth	42	Jornalista
Tereza	51	Professora

Fonte: elaborado pelas autoras

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tese está circunscrita a nosso tempo. Como essa ferramenta tão presente em nosso dia a dia – as redes sociais – se relaciona com a experiência de sofrimento psíquico das mulheres negras? De que maneira as mulheres negras se relacionam com a produção de conteúdo de outras mulheres negras acerca do racismo e do sofrimento psíquico dele oriundo?

O objetivo dessa pesquisa foi analisar como as mulheres negras que consomem conteúdo no *YouTube* sobre racismo e sofrimento psíquico, produzido por outras mulheres negras, se relacionam com essa experiência. Outro questionamento importante era sobre quais os sentidos existentes em acompanhar os discursos de uma mulher desconhecida sobre suas experiências pessoais em relação ao racismo e ao sofrimento psíquico dele oriundo. Interessava, ainda, compreender os múltiplos significados que se faziam presentes a partir do encontro com o conteúdo produzido por *youtubers* negras.

É importante ressaltar aqui que antes do encontro com o campo, embora fosse considerado, por mim, que as redes sociais pudessem trazer novos conhecimentos aos seus usuários, não apostava que haveria ali a possibilidade de abertura de sentidos positivos para a experiência de si. Esperava-se encontrar nas entrevistas algo relativo ao fato de que os efeitos negativos presentes nas redes fossem algo maior que algum benefício que elas pudessem trazer.

No entanto, o encontro com as narrativas das Histórias de Vida das participantes dessa pesquisa fez com que a hipótese da tese fosse contradita. Os relatos das mulheres entrevistadas demonstraram, justamente o oposto: uma abertura de possibilidades a partir do encontro com as narrativas produzidas por mulheres negras nas redes sociais. Cada uma das dez entrevistadas narrou sua experiência em relação ao acompanhamento do conteúdo produzido no *YouTube* e, de maneira singular, apontaram que a partir da racialização da experiência do sofrimento psíquico, isso é, ao reconhecerem que o sofrimento psíquico experienciado por mulheres negras tem características singulares devido às nuances do racismo no Brasil, outros caminhos foram abertos.

Nesse sentido, os vídeos do *YouTube* foram fundamentais para expandir o diálogo daquelas mulheres sobre os efeitos subjetivos do racismo, que eram até aquele momento algo não debatido na experiência das entrevistadas. As mulheres discorreram principalmente sobre os seguintes temas: identidade; cibercultura e representatividade; a sensação enquanto acompanhavam os vídeos; a noção de pertencimento; letramento racial como um dos efeitos de acompanhar esse conteúdo; inserção de novas atividades no cotidiano a partir desse encontro e; as maneiras e recursos que obtinham para cuidar desse sofrimento, agora racializado.

3.1 “SÓ QUE ELAS NÃO ESTAVAM FALANDO SOBRE ELAS, ESTAVAM FALANDO DE MULHERES PRETAS, E ENTÃO ISSO ME ATRAVESSA”

Ao longo deste subtópico buscamos discutir a noção de pertencimento racial para mulheres e observar se há alguma relação entre, de um lado o reconhecimento de si enquanto mulher negra e o sentimento de pertencimento a um grupo social e, de outro lado, o enfrentamento ao sofrimento psíquico. As participantes de nossa pesquisa referiram sofrer, de diferentes maneiras, devido ao racismo ao longo de suas vidas e que a partir do encontro com as narrativas das influenciadoras negras disponibilizadas no *YouTube* conseguiram estabelecer uma correlação entre o mal-estar que sentiam e as violências racistas que experimentaram em seu viver. Algumas delas entenderam que o seu mal-estar era oriundo do racismo apenas ao verem os vídeos do *YouTube* e essa “descoberta” lhes trouxe a sensação de pertencimento em relação a um grupo, o das mulheres negras.

Se por um lado é preciso reconhecer as raízes históricas do racismo em nosso país, para auxiliar o processo de reconhecimento das diversas facetas com que o racismo se apresenta, entendemos também que, por outro, ouvir e acompanhar narrativas sobre experiências de racismo auxiliam no processo de identificação do racismo.

Isso é precisamente o que diz Luísa:

Uma vez que eu estava no colégio, ensino médio assim, e aí era quando eu estava meio que começando a ver sobre essas coisas de youtube...meu cabelo não era nem um black, era tipo, tava com beleza natural sabe? e aí ele ficava bem volumoso e tal e aí eu estava na fila da cantina e uma menina que estava na minha frente, que eu não conhecia, nunca tinha visto, ela virou para trás e aí falou do meu cabelo, (...) e meteu a mão no meu cabelo e ficou ali parecia que eram tipo 15 minutos só dela com a mão na minha cabeça de um jeito muito estranho sabe, e falando de um jeito estranho e eu só queria comprar o meu lanche e sair dali, mas ela estava, tava que tava pegando na minha cabeça. E isso é uma coisa que eu vi muito, nos vídeos, tipo, na internet as pessoas sempre falam desse exemplo, das pessoas que pegam na sua cabeça sem permissão e que já chegam assim meio que invadindo o seu espaço e naquela época eu só fiquei meio que paralisada, meio que assim “ahaha sim, me solta” mas depois quando eu fui vendo isso da internet as pessoas falando cada vez mais sobre, eu fiquei tipo “caraca cara, é, assim, foi exatamente isso que aconteceu, que droga, eu queria ter feito alguma coisa, sabe?” aí eu aprendi que é racismo...

É preciso, no entanto, estarmos atentas às interseccionalidades que compõem a experiência do racismo em cada relação onde ele se presentifica. Nesse sentido, retomamos a reflexão feita por Kilomba (2019) quando se pergunta: “Parece que estamos presos em um dilema teórico: é racismo ou sexismo? (p . 92)”. Segundo a autora, o racismo condiciona a experiência do negro/negra de tal forma que muitas vezes raça é considerado o único aspecto relevante dessas vidas, mas pode-se observar que o gênero afeta de maneiras distintas mulheres racialmente diferentes. Segundo Kilomba (2019), as experiências de mulheres negras costumam ser pensadas a partir de um quadro de significações que não contemplam as suas singularidades: ora o debate sobre efeitos do racismo toma como régua o homem cis hetéro negro, ora é o debate sobre gênero que universaliza a categoria mulher sobre a égide das experiências de mulheres cis hétero brancas. A autora afirma que a realidade da mulher negra é um fenômeno híbrido, produto das intersecções das formas de opressão, que não pode ser encarada como camadas de realidades sobrepostas, mas antes como efeito específico radicalmente interseccional. Como diz Kilomba (2019), “formas de opressão não operam em singularidade, elas se cruzam” (p. 58), de modo que ao viverem simultaneamente opressão racial e de gênero, as experiências de mulheres negras constituem uma singularidade única atravessada pelo racismo genderizado.

Nesse sentido, ao pensarmos a construção social do gênero feminino e da identidade negra, compreendemos que é possível encontrar um hiato no que se refere às referências sociais. Se, de acordo com Souza (2021), a construção da identidade negra é um processo historicamente dificultado pelo racismo à brasileira e se a compreensão do gênero feminino é um processo atravessado pela dominação masculina e ambos são favorecidos pela cultura, então não seria o processo de afirmação da identidade da mulher negra brasileira dificultado, entre outras coisas, pelo silenciamento de mulheres negras, inclusive sobre seus próprios sofrimentos? Em outros termos, nos perguntamos se o fato de as mulheres negras não terem espaço de fala sobre aquilo que lhes atravessa não estaria prejudicando a afirmação da própria negritude. Nossa hipótese é de que não ter espaço de fala sobre suas experiências, e consequentemente o fato de ouvir narrativas de mulheres negras acerca de diferentes experiências da vida poderia facilitar o processo de afirmação da identidade negra ao tirar essa temática do silenciamento.

Para Souza (2021):

A identidade negra é entendida, aqui, como um processo construído historicamente em uma sociedade que padece de um racismo ambíguo e do mito da democracia racial. Como qualquer processo identitário, ela se constrói no contato com o outro, na negociação, na troca, no conflito e no diálogo. (...) ser negro no Brasil é 'tornar-se negro'. (p. 79)

Ainda que saibamos que o processo da afirmação da identidade racial não é linear e nem passível de ser descrito de uma maneira única, é notável que a pressão exercida pelo ideal de brancura e a introjeção da política de embranquecimento tem promovido sofrimento psíquico nas subjetividades negras. A carga histórica preenchida pela ideologia do embranquecimento e pelo auto-ódio continua a propagar seus efeitos nos sujeitos.

Como vimos, a ideologia do branqueamento faz com que os sujeitos negros se direcionem no sentido de corresponder cada vez mais ao ideal do eu, que é um eu branco, e se distanciem daquilo que lhes é característico do povo negro, seja em relação a práticas sociais ou características fenotípicas. O horror da política de embranquecimento tem sido perpetuado através do aparato político-midiático em que as pessoas brancas são colocadas em lugar de poder e referência em detrimento das pessoas negras, criando no negro o desejo de se aproximar da brancura (NOBLES, 2009), como se o branqueamento fosse uma saída cabível.

Como um dos efeitos subjetivos da violência racial, pode-se observar a ambivalência afetiva, que é caracterizada por Bicudo (2010) como a introjeção da culpa e a projeção da hostilidade em relação ao objeto que seria a própria negritude. A questão é que a ambivalência afetiva em relação a quem se é frequentemente dá lugar ao auto-ódio, e esse ódio poderia ser compreendido como uma significação de si ancorada na autodepreciação. A autora aponta inúmeros exemplos do auto-ódio, como na frase proferida por um dos participantes de sua pesquisa: “Há pessoas que nos desprezam por a gente ser de cor, e têm razão: os de cor são relaxados.” (BICUDO, 2010, p. 65) No exemplo citado podemos observar que o auto-ódio se constituiu pela aproximação do sujeito com o lugar do seu próprio desprezo, no caso do auto-ódio, o indivíduo constrói uma teia simbólica depreciativa acerca de si mesmo.

Segundo Dunker (2015), o sintoma, que é aquilo que produz o sofrimento no sujeito neurótico, é agravado pelo nível de identificação do sujeito com o desejo do outro. Para o autor, o sintoma traria a ideia de que algo impediria o sujeito de agir livremente. Em relação à introjeção do ideal do eu branco nos sujeitos negros, a identificação com o desejo do branco produziria um intenso sofrimento e tornaria o sujeito negro refém da ideia de brancura, numa luta incessante por tornar-se algo que ele nunca será.

Veiga (2021) afirma que, em relação à economia psíquica, há uma extração de valor da pessoa negra através de uma produção discursiva e imagética em que o sujeito negro é apresentado como inferior, perigoso e incapaz. Para o autor, a acumulação negativa de discursos em torno do sujeito negro é somada com a positivação de discursos em torno da branquitude, o que acaba por promover a descrença do sujeito negro em relação a si mesmo.

Se o sentimento de inferioridade experimentado pelos negros é relacionado à noção de que o sujeito branco é quem o define entendemos que se tornar o agente de sua própria história, garantir o movimento de autodeterminação de negros e negras, se faz de extrema importância, o que corrobora os achados de Sales (2018) sobre a importância da agência do sujeito negro em relação ao seu próprio destino.

Faz-se importante refletir sobre e buscar compreender mais os efeitos não evidentes sobre a subjetividade das pessoas negras ao longo dos muitos anos em que essa temática foi silenciada. Ademais, na atualidade, diferentes autores (KILOMBA, 2019; NOGUEIRA, 2021; SALLES, 2018; TAVARES; KURATANI, 2020) buscam comunicar a singularidade das estratégias criadas pelos sujeitos para lidar com os preconceitos, e as violências diárias ocorridas devido ao racismo, nos convocando a atentar para o fato de que cada mulher negra atravessa a maré de seu mal-estar da maneira que for possível a ela. No entanto, apoiando-nos no pensamento de Neusa Souza (2021), confiamos que a construção da identidade positivada é um processo necessário para combater os efeitos psíquicos do racismo. Neste sentido, nos perguntamos nesta tese se as narrativas particulares de reconhecimento e enfrentamento do racismo nas redes sociais podem favorecer a construção da identidade negra em sua positividade. Segundo a entrevistada Valentina:

Eu fui começar a pesquisar mais sobre isso... e começar a querer entender sobre o que é ser uma pessoa parda, o que é ser uma pessoa negra (...) aí eu compreendi que eu sou uma pessoa negra, e eu nunca tinha me reconhecido como. E, talvez isso de querer ser parda a vida toda fosse preconceito também...

Para Souza (2021), uma das formas de autoconhecimento e afirmação de si é possuir um discurso sobre si mesmo e que esse discurso ganhe cada vez mais complexidade para tornar-se mais potente. Para a autora, o processo de reparação dos efeitos subjetivos do racismo exige um fortalecimento do eu direcionado à possibilidade de maior afirmação de si próprio. Tal perspectiva nos leva a intuir que, para as mulheres negras, assistir aos conteúdos audiovisuais de outras mulheres negras tem atuado como um elemento a favor da construção da própria identidade negra.

Acreditamos que a formulação de narrativas negras a partir de pessoas negras, movimento este que vemos ser ecoado e multiplicado com as redes sociais, tem possibilitado a emergência de movimentos potentes de descolonização do pensamento, a partir da desconstrução de padrões tidos como normais mas que buscavam apenas afirmar uma centralidade branco/europeia, e da produção de saúde à medida em que as narrativas

publicizadas abrem passagem para que outras mulheres negras acessem e discorram sobre suas próprias vidas e experiências singulares.

Nossas entrevistadas apontam que a tomada de consciência dos efeitos do racismo em seus cotidianos foi algo que se tornou possível, também, após assistir a produção audiovisual de influenciadoras negras, e que o contato com as narrativas de vida de outras mulheres negras foi um movimento necessário para desindividualizar certas questões que antes eram por elas compreendidas como algo que dizia respeito apenas a elas, seguindo então uma politização desses afetos compreendendo uma relação maior com o social.

Após o contato com as narrativas de mulheres negras veiculadas no *YouTube* percebem que algo que as fazia sofrer e gerava mal-estar e que antes compreendiam como um afeto individual, que deveriam se responsabilizar individualmente, agora percebem como efeito da dimensão coletiva e da montagem estrutural do racismo.

As redes sociais é que me trouxeram essa percepção, apesar de eu fazer terapia e análise há muitos anos e a pauta saúde mental ser presente na minha família. Foi através das redes sociais que eu comecei a me conscientizar de que existiam coisas específicas de saúde mental de pessoas negras. Então, eu me considero engatinhando ainda nesse tema, nessa percepção. (...) tem algumas coisas que não são muito individuais, né, tem a individualidade de cada um, mas existem questões coletivas que aí que são comuns as pessoas negras. Eu estou engatinhando ainda nesse contato, mas foi, sim, a partir das redes sociais que eu tive esse contato (Beatriz)

Foi possível observar que a partir do acompanhamento dos vídeos em que mulheres negras falam livremente sobre si, houve a criação de possibilidade de maior compreensão de si mesmas. Ouvir narrativas semelhantes às suas criava a possibilidade de imaginar-se em outro contexto e de projetar outros futuros possíveis. Nas palavras de Luiza:

...quando eu comecei a ver os vídeos tipo da Nataly e da Gabi Oliveira eu fiquei muito, muito empolgada, né! De ver as pessoas falando sobre questões raciais e também e poder entender o que se passa mais ou menos comigo porque até esse ponto eu simplesmente estava meio alheia, eu não entendia muito bem como era exatamente a minha vivência, [...] sabe, quando eu olho prá trás eu realmente entendo que se eu hoje tenho a confiança que eu tenho em mim mesma, é porque ao longo desses anos eu tive como entender essas minhas vivências com elas (as youtubers) e aí fui me vendo em outras pessoas também, entendendo quem eu sou, eu acho que isso foi muito importante para mim.

A entrevistada Luiza, afirma que tinha aproximadamente 15 anos quando começou a acompanhar o conteúdo digital de influenciadoras negras e que para ela esse espaço foi divisor de águas e possibilitou elucidar as questões raciais que ela não compreendia. Embora Luiza seja

uma mulher negra, com mães e pais negros, o ambiente social em que ela cresceu era majoritariamente branco e de classe média alta. Ela afirma que em sua escola ela era a única aluna negra e que as questões sobre raça nunca compareceram nos ambientes em que ela frequentava. Por isso, Luiza considera que o contato com as narrativas pessoais das *youtubers* a ajudou a construir a compreensão de si mesma como uma mulher negra e de compreender as problemáticas que o racismo impunha à sua existência. Hoje Luiza tem 25 anos e afirma: “*Eu cresci junto com a Nataly! [youtuber], amiga, sabe?*”, a possibilidade de ouvir narrativas sobre a intimidade e o cotidiano de outra mulher promoveu, então, em Luiza, a possibilidade de afirmação da própria identidade.

Para Luiza, o ato de acompanhar as experiências individuais narradas por mulheres negras em suas redes sociais e, principalmente em seus canais de *YouTube*, foi algo que redimensionou a compreensão que ela tinha de suas próprias questões psíquicas e daquele mal-estar que era, até então, atribuído exclusivamente a sua responsabilidade individual. A entrevistada afirma que foi compreendendo mais de si mesma e das questões que a atravessavam por meio do acompanhamento constante das *youtubers*.

Outro caso relevante no que diz respeito ao processo de afirmação da própria identidade e da compreensão de si mesma como uma mulher negra é o da entrevistada Beth, mulher negra retinta, com 46 anos, que começa a contar sua história a partir da história de seus pais, que sempre foram militantes do movimento negro e discutiam questões raciais dentro de casa. Beth conta que sua história familiar sempre foi atravessada por questões raciais, principalmente devido ao envolvimento dos pais com a militância negra. Diz que estudou majoritariamente em colégio públicos durante sua infância e que cursou uma graduação em uma universidade particular e que foi nesse período que começou a notar que era preterida durante as entrevistas de trabalho e que os colegas brancos costumavam passar na seleção ainda que com currículos menos interessantes que o dela.

Beth afirma que ao longo de sua vida começou a apresentar quadros depressivos. Relata que ao longo de sua adolescência enfrentou o que hoje poderia ser denominado, segundo ela, como a solidão da mulher negra, mas que na época não tinha nomenclatura e não era discutido nos ambientes que frequentava. Enfrentou algumas crises severas que resultaram em aproximadamente cinco tentativas de suicídios e três internações em clínicas psiquiátricas de média permanência. Beth observa que embora as discussões sobre raça fossem bastante presentes em seu cotidiano as implicações delas na vivência singular de cada um não era um assunto debatido: “*Apesar da minha família ser uma família engajada, assim, eles não tinham esse conhecimento pra me passar...não sei...*”. Observamos aqui o que Filho (2008) pontua

sobre a relação entre o sofrimento psíquico e o racismo ainda não ser uma temática tão debatida ou abordada popularmente. O autor afirma que devido ao histórico silenciamento do racismo no Brasil era comum a não compreensão dos efeitos psíquicos do racismo e o fato de tomar outras causas como a questão central do sujeito, algumas vezes causas individualizantes que tornavam o sujeito único responsável por seu sofrimento. Para o autor, essas discussões eram raras até mesmo dentro do próprio campo da Saúde Mental.

A entrevistada salienta que havia a compreensão racial, houve espaços de cuidado em saúde mental, desde terapias individuais até internações em clínicas psiquiátricas, no entanto não aconteciam reflexões sobre os efeitos do racismo na subjetividade de uma pessoa negra e tal fato aconteceu para Beth quando ela começou a acompanhar o conteúdo de uma influenciadora digital negra que discorria sobre suas próprias questões de saúde mental e as relacionava com as violências racistas, sutis ou não, que vinha enfrentando em seu cotidiano:

E aí começou essa coisa de youtube, né... a gente começou a acompanhar mais isso, eu vi um programa de uma youtuber ou blogueira, chamada Nataly Nery, e tinha uma menina que era blogueira também, de moda, uma menina negra, e aí ela...ela... começou a contar a trajetória dela, de como era difícil conseguir trabalho sendo uma mulher negra [...] até esse vídeo do YouTube, que foi a primeira vez eu tinha visto de uma maneira tão clara né, e realmente que ela tava mal era por isso, sabe...era uma pessoa que tinha a trajetória parecida com a minha, da minha cor, porque tinha isso né... eu vivia num círculo de amizades que não tinham muitas pessoas de cor, então, é...como no Brasil essa questão do racismo é velada, né, as pessoas brancas elas não pensavam sobre... então, assim, as redes sociais... elas me ajudaram, me ajudaram muito...

Há, portanto, para algumas das mulheres entrevistadas, um sentimento de identidade que começou a se construir via identificação com a experiência de opressão racial vivenciada em comum.

Não se trata apenas de reconhecerem a cor de suas peles, mas de perceberem que muito do mal-estar que as acompanhava era oriundo da experiência de serem negras em um país racista. Há um passo a mais. Tal percepção as colocou em um lugar de maior possibilidade da afirmação da negritude, o que as permitiu criar ferramentas subjetivas e concretas de elaboração do mal-estar. Gaudenzi e Chagas (no prelo), com base no pensamento de Souza (1989), afirmam que para tornar-se negro “é preciso criar um lastro relacional que não seja pautado no diagrama colonial e reafirmar a identidade cuja recriação é almejada, com base em narrativas positivas sobre si”.

A cristalização da identidade ou a afirmação de uma identidade a partir do espelhamento do outro é vista por Nicolaci-Costa (2002) e Bucci (2021) como um dos efeitos negativos resultantes do uso intenso de redes sociais. Podemos pensar que, para aqueles cujas características fenotípicas ou a própria existência era negada e subalternizada, o processo de afirmação da própria identidade pode ser encarado como algo que possibilita a afirmação de vida. Em outros termos, podemos dizer que para as pessoas negras que sempre tiveram como ideal do eu a imagem do branco, a possibilidade de afirmação da própria identidade negra como algo que seja passível de potencialidade pode ser condição de criação de vida, de construção de uma subjetividade criativa e afirmativa do viver.

Scott (1985) reitera a importância de observarmos o valor da autodefinição e da afirmação da própria identidade. Para a autora, as mulheres africanas em diáspora precisam fugir das imagens de controle que foram criadas sobre elas porque “são ideias concebidas para dar sentido a nossa vida diária” (SCOTT, 1985, p 321). Logo, para mulheres negras o fortalecimento da possibilidade de afirmação de sua identidade enquanto mulher e negra é a possibilidade de positivar sua existência:

Ao contrário das imagens de controle desenvolvidas para as mulheres brancas de classe média, as imagens de controle aplicadas às mulheres negras são tão uniformemente negativas que quase exigem resistência. Para as mulheres negras, o conhecimento construído do “eu” emerge da luta para substituir as imagens de controle pelo conhecimento autodefinido, considerado pessoalmente importante, um conhecimento muitas vezes essencial para a sobrevivência das mulheres negras (COLLINS, 2019, p. 184)

Sobre isso, observamos a fala da entrevista Luiza:

Quando eu comecei a assistir YouTube eu era muito novinha, sei lá, 14, 15 anos...até então eu vivia numa bolha de classe média alta branca, só tinha branco no colégio, no clube...quando eu encontrei as mulheres negras que tavam fazendo conteúdo na internet eu fiquei muito empolgada, né... mais do que isso,,,eu fui me entendendo como mulher negra, vendo minha vivência, vendo como eu era... com certeza a Nataly Nery [youtuber] e vivência dele tem a ver com como eu me entendo mulher preta...

Neste caso observamos que o processo de autodefinição de Luiza foi bastante atravessado pelos conteúdos produzidos por mulheres negras nas redes, na medida em que a compreensão da própria identidade aconteceu identificada ao processo que era narrado pela

YouTuber. Ao longo da entrevista Luiza discorre sobre a maneira como observou sua relação com as próprias questões relativas ao mal estar:

Hoje, quando eu olho pra trás eu realmente entendo que se eu tenho a confiança que eu tenho em mim mesma, no meu estudo, se eu sei o que eu quero de trabalho, se eu consigo conversar olhando pra qualquer pessoa na rua, eu acho que é porque ao longo desses anos eu tive como entender as minhas vivências e fui vendo elas [as youtubers] lidando com os problemas e as vivências iguais as minhas, eu acho que isso [o YouTube] foi muito importante pra mim...”

O que fica evidente com o relato de Luiza é que é preciso reconhecer o racismo e seus efeitos subjetivos para poder combatê-los. No caso de Luiza, o reconhecimento desses efeitos em sua vida acontece através da observação e do acompanhamento do processo que é narrado por outra pessoa, traçando semelhanças com o seu próprio caminhar. Como apontam Gaudenzi e Chagas (no prelo), para o negro é necessária uma saída criativa para que se possa enfrentar os efeitos do racismo. No entanto, o que apontam as entrevistadas é que a produção de caminhos alternativos à idealização da brancura e à superação do auto-ódio torna-se mais possível se elaborada de maneira coletiva.

Nossas lutas individuais, quando interligadas a ações em grupo, ganham novo significado. Dado que nossas ações como indivíduos fazem com que deixemos de simplesmente existir no mundo e passemos a ter algum controle sobre ele, elas nos permitem ver a vida cotidiana como um processo e, portanto, como algo passível de mudança (COLLINS, 2019, p. 215)

No Brasil, onde o racismo sempre foi um tema velado, silenciado e muitas vezes tido como queixas vazias de uma minoria populacional, as redes sociais trouxeram o efeito megafone² que aconteceu com mulheres negras que se colocaram como influenciadoras digitais ao narrarem a própria vida para um público desconhecido. É possível observar que a possibilidade de acompanhar essas vidas comuns de mulheres negras propiciou, para as mulheres negras que consomem esse conteúdo, um espaço de empoderamento por meio da autodefinição e da possibilidade de afirmação da própria identidade.

O valor da autodefinição como ferramenta para a afirmação da própria identidade é visto como fundamental para algumas feministas negras como Collins (2019), Scott (1985) e Lorde

² Definido por Carvalho (2020) como a grande possibilidade de expansão de um conteúdo de maneira a aumentar a possibilidade de alcance de um único produtor.

(2007). A possibilidade de conexão entre o “eu” de diferentes mulheres negras é a chave para a transformação pessoal e o empoderamento. Collins (2019) afirma que a mudança efetiva ocorre através das ações que são possibilitadas a partir dos encontros reais entre mulheres negras. A autora afirma que a identidade do eu se estabelece na relação com o coletivo e a partir do empoderamento individual a posteriori. Assim, uma mulher empoderada e ciente de si mesma agiria em favor de uma comunidade, da comunidade de pessoas negras.

O duplo efeito de assistir a esses vídeos é composto pelo fato de que eles eram inicialmente apenas uma possibilidade de entretenimento, mas se transformam em algo que gera algum tipo de *“tristeza e revolta, ainda que passe por um alívio”* (Beatriz.). O ato de acompanhar essas mulheres e consumir seus conteúdos torna-se uma ferramenta para consolidar a própria identidade negra e compreender algumas questões inerentes ao tecido social, o que para as entrevistadas gerava a sensação de revolta. As narrativas compartilhadas pelas influenciadoras negras, nesse caso, ocupam um lugar privilegiado como espaço potencializador da compreensão da negritude.

3.2 “ESSA COISA DA INTERNET, SABE?” - CIBERCULTURA E REPRESENTATIVIDADE

A discussão realizada neste subtópico pretende abordar os efeitos de representatividade existentes na cibercultura. Assim, é importante definir que a noção de representatividade é aqui compreendida a partir de Sanchez (2016), que a define como um conceito estético que se situa no âmbito da imaginação, de modo que a maneira como um indivíduo se imagina e se reconhece mentalmente seria observada em um outro sujeito e, portanto, esse outro se tornaria então representativo para o primeiro indivíduo. Segundo o autor (SANCHEZ, 2016), quando pensamos na coletividade, a noção de representatividade aconteceria a partir das características que são percebidas como comuns a determinado grupo, como por exemplo a cor da pele.

A compreensão de Cibercultura, por sua vez, é aquela pontuada por Lévy (1999) como conjunto de práticas, atitudes e modos de pensamento que surgiram com o crescimento e a popularização do ciberespaço. Caiafa (2000) observa que não existe a possibilidade de que as inovações tecnológicas tragam em si mesmas alguma marca positiva ou negativa, ressaltando a importância de se observarem os efeitos sociais de determinada tecnologia em relação à possibilidade de agenciamentos concretos que ela produz. Ademais, acreditamos que nem todos os posicionamentos críticos referentes aos impactos sociais trazidos pela capilarização da

internet e suas redes sociais podem ser observados da mesma maneira, para pessoas brancas e negras, uma vez que observamos uma grande diferença no acesso aos meios de comunicação hegemônicos por parte da população negra (SANTANA; SOBRINHO, 2019).

Uma crítica bastante comum ao aumento do uso das redes sociais no contemporâneo diz respeito à exacerbação da individualidade e do individualismo promovido pelas redes. Alguns autores (SIBILIA, 2008; THIBBES; MANCINI, 2013) afirmam que há uma massiva afirmação do Eu nas redes, algo que caminha na direção da construção de uma imagem para si – que seria a maneira como o sujeito gostaria de ser visto e que acaba por ocupar a vida dos sujeitos, produzindo, entre outras coisas, a necessidade de estar conectado e disponível o tempo todo, mas que esconderia a solidão e o vazio experienciado pelos sujeitos. Os autores afirmam, ainda, que tal fato não foi algo criado necessariamente pelas redes sociais, mas sim uma dinâmica social já existente que era reforçada e estimulada pelas redes, e dessa maneira a intensa promoção do individual acabaria por dificultar a coletividade.

Contudo pudemos observar a partir das entrevistas que o acompanhamento sistemático dos conteúdos na internet possibilitou uma maior compreensão em relação à dimensão coletiva do racismo, além de promover uma maior percepção dos efeitos do racismo na vida de quem assistiu aos vídeos na internet. As redes sociais foram, muitas vezes, o veículo de informação através do qual pela primeira vez nossas entrevistadas entraram em contato com a discussão sobre a relação entre racismo e sofrimento psíquico.

Nicolaci-Costa (2002) afirma que com o advento da Web 2.0 houve a formação de um certo efeito megafone, que seria o crescimento e ampla visibilidade das temáticas, uma vez que com o advento dos *blogs*, diferentes pessoas poderiam pautar os conteúdos a serem lidos na internet. Será que há um aproveitamento do efeito megafone contido nas redes sociais? Será que o fato de mulheres negras começarem a ocupar lugar de fala e protagonismo nas redes colabora para o processo de afirmação de si mesmas como negras, de outras mulheres negras? Nossa hipótese é que o aumento da representatividade negra nas redes sociais facilite o exercício imaginativo de si de outras mulheres negras que consomem esse conteúdo.

Não foi incomum na narrativa das entrevistadas a fala sobre a importância de ouvir e acompanhar “*alguém semelhante a mim*”. As mulheres faziam referência à semelhança apontando a proximidade de bairros, de lugares frequentados por quem narra e por elas e o tom de pele das produtoras de conteúdo. As entrevistadas falavam também sobre a ausência de referências imagéticas, na mídia, de alguém que tivesse o mesmo tipo de cabelo, ou alguém com quem “*eu pudesse ser parecida quando crescer*”. Nas palavras de Clementina, a semelhança era:

Se for uma pessoa como eu, no mesmo contexto de vida, na mesma situação... se for pobre, preta, mulher, gay, aí já imagino que o que ela viveu pode também passar comigo...

No limite, as participantes da pesquisa nos mostraram que a falta de pessoas com quem se identificavam positivamente, ou a falta de referência de mulheres negras ocupando lugares de destaque no imaginário social era para elas alguma coisa que limitava o próprio campo de imaginação das possibilidades que teriam na própria vida.

Nas palavras de Valentina:

Em relação à representatividade, nas redes, dá pra ver a falta dela. Hoje, para mim, isso é um pouco mais tranquilo porque eu busco essa representatividade, sabe? Eu fico querendo seguir pessoas negras, que realizam projetos incríveis e muito nessa de: nossa, eu quero ir atrás de pessoas assim, eu quero ser assim!.

Ribeiro (2017) faz referência aos estereótipos produzidos sobre as mulheres negras, indicando a condição de raivosas e solitárias. Hooks (2019) afirma que, historicamente, as mulheres negras eram silenciadas pela cultura hegemônica que se refletia naquilo que acontecia nas cidades e as maneiras com que eram socialmente cobradas, mas também, pelo que era vivido dentro de suas casas, pelo discurso social que permeava, também, o ambiente familiar.

O estereótipo mais frequente em relação às mulheres negras, diz a autora, as caracteriza como barulhentas, mal-educadas e autoritárias. hooks afirma ainda que: “em contraste com garotas brancas privilegiadas, socializadas no silêncio e, portanto, ensinadas a ser subordinadas, garotas negras de classe baixa que se posicionam são qualificadas como atrevidas” (p. 18).

Devido ao que foi apontado pelas entrevistadas como relevante em relação à imagem daqueles que ocupam lugares de destaque na mídia, podemos observar que ao não verem “seus problemas” apresentados nos canais de comunicação da época em que assistiam à televisão, as entrevistadas oscilavam em considerar as próprias questões como algo que talvez não tivesse importância e portanto, em alguma instância sentiam o próprio sofrimento como algo sem validade.

Na mesma direção, a entrevistada Clementina, de 33 anos, administradora: “*Eu sigo muitas páginas com referências raciais, dou prioridade para seguir mulheres negras...para ver uma realidade mais parecida com a minha, né?*” .

“*Ninguém na Malhação tinha meus problemas, né? Parecia que era pouco...*” essa frase foi dita por Clementina ao longo da entrevista referindo-se a um programa que era veiculado pela TV Globo e direcionado ao público adolescente. Podemos observar que o fato

de a discussão sobre racismo e sexismo não aparecer nos programas aos quais ela assistia durante a adolescência contribuiu para o silenciamento do debate sobre essas temáticas. Trata-se da questão do não reconhecimento social de uma certa vivência, do silenciamento das questões típicas a uma raça em detrimento de questões que são colocadas como universais, únicas, mas se referem com exclusividade ao universo branco (BARBOSA; FERREIRA, 2020).

É importante observar que antes do advento das redes sociais, as pautas públicas eram majoritariamente apresentadas pelas grandes mídias que veiculavam, sobretudo, os ideais da branquitude. Em relação a isso, vimos em nossa pesquisa um grande diferencial na multiplicidade de vozes e narrativas que foi favorecida pela popularização da internet e das redes sociais. Tal observação está em consonância com o encontrado na pesquisa de Lima (2020), em que ela reiterou que entre mulheres negras foram os espaços digitais os meios em que foi possível conhecer a temática do feminismo negro, uma vez que tal discussão não estava presente em outras mídias hegemônicas.

Nesses casos, o que se exhibe nas redes são recortes específicos e selecionados do cotidiano dos sujeitos, isto é, as redes sociais propiciaram através de filtros e edições a exibição de beleza, perfeição e a construção do eu que se desejava ser (SIBILIA, 2008). No entanto, as redes também propiciaram a interação social. É o que diz Camila Franklin (2019) ao afirmar que as tecnologias que possibilitaram a interação social dentro dessas redes foram as mesmas que favoreceram a criação de uma sociedade do espetáculo a operar ali mesmo, nas linhas de exibição de cada plataforma, uma vez que havia uma busca incessante por exaltar e reforçar os sinais de felicidade e satisfação plena. A constante exibição de uma vida satisfatória e alegre, em que não havia furos, tristezas ou fracassos era, segundo a autora, fator gerador de angústia para alguns dos usuários das redes sociais, uma vez que através da comparação das suas vidas com as vidas exibidas nas linhas do tempo das plataformas se sentiam insatisfeitos com a condição real de suas vidas.

A autora (FRANKLIN, 2019) refere ainda que a genialidade das redes sociais está no fato de que elas também geram a possibilidade de aproximação e interação a partir da exposição do sofrimento dos sujeitos, e que também a partir da exposição da dor e do sofrimento dos sujeitos há a criação de processos de identificação entre os mesmos. Um importante fato apontado por Franklin foi que a partir do compartilhamento do sofrimento contemporâneo, as redes sociais puderam também aparecer como ferramentas de compartilhamento de realidades, que expuseram diferentes causas do sofrimento no cotidiano e que, de alguma maneira, popularizaram a discussão sobre sofrimento psíquico.

Entre nossas entrevistadas, Beth diz:

Eu não tenho a menor vontade de ver tv é muito brancocêntrico. Gosto do YouTube, das redes sociais, ali a maior parte das pessoas que eu vejo é da comunidade lgbt, pessoas pretas e pessoas indígenas, assim, até uma ou outra pessoa branca, vou falar pra você... assim, uma ou outra pessoa branca que vai estar ligado ao movimento popular...”

O acompanhamento das mídias sociais dessas mulheres negras, seguido do reconhecimento de uma experiência comum, ainda que dolorosa, teve como efeito a imaginação de um leque maior de possibilidades de ser e agir no mundo. A noção de que haveria outras formas possíveis de estar subjetivamente no mundo foi possível devido, por um lado, à compreensão de que boa parte do mal-estar que as acompanhava era proveniente de alguma coisa que habitava o social – o racismo – e, por outro, pelo fato de as mulheres negras que ocupavam o lugar de influenciadoras digitais se diferenciarem de algumas referências comuns – raivosa e/ou solitária, como apresenta Ribeiro (2018) – existentes no campo social sobre as mulheres negras.

Todas as mulheres que aceitaram participar das entrevistas para a realização desta pesquisa afirmaram sentir alguma proximidade com as *youtubers*, sobretudo devido ao conteúdo narrado, que por conter relatos de momentos de sofrimento psíquico e de estratégias para seguir vivendo, quebravam o movimento de expor apenas aquilo que é considerado “desejável” socialmente ou os “*winner*”, tão comum nas redes sociais. Sibilia (2008) e Franklin (2019) discorrem sobre a excessiva – e quase exclusiva – exibição nas redes sociais de uma vida perfeita, de um eu que não titubeia no enfrentamento das adversidades cotidianas.

Dessa maneira, ao compartilhar sobre o sofrimento nas redes sociais, ainda que editado e escolhendo sob qual ótica seria exposto, havia a criação de um espaço de aproximação social a partir do mal-estar. Para Franklin (2019), quando o sofrimento de um indivíduo é comum ao sofrimento de outro, é possível que a identificação ocorra.

Durante nossa pesquisa e a realização das entrevistas pudemos observar nas narrativas das participantes no sentido de que a identificação com o sofrimento do outro gerava nas entrevistadas, também, uma espécie de alívio a partir do reconhecimento da dimensão social do sofrimento.

Nessa direção, Paula Sibilia (2008) aponta sobre a importância para o autor do gênero confessional³ na internet de se compreender como portador de algum tipo de singularidade, que o permita estilizar a sua própria personalidade ali nas redes, isto é, para aquele que narra suas

³ Gênero confessional refere-se a um estilo narrativo em que o narrador apresenta a si próprio e suas intimidades, pode ser encontrado nos antigos diários, blogs, fotologs e também nas atuais redes sociais.

experiências íntimas na internet, a potência do ato está em poder publicizar seu jeito singular de ser e estar no mundo, podendo exercer a criação de si como personagem (SIBILIA, 2008).

As entrevistadas apontaram que não existia previamente às redes sociais, em seus cotidianos, uma discussão sobre a relação entre sofrimento psíquico e racismo e que, portanto, é notório que as *youtubers* negras que compartilharam narrativas sobre o tema passaram a ocupar para elas um lugar de exemplo a ser seguido ou de pessoa que tem estratégias interessantes a oferecer sobre como se enfrentar esse mal-estar. Nas palavras de Beth:

...quando começou essa história de YouTube, a gente toda começou a acompanhar as mulheres no YouTube (...) eu fui lá acompanhar a história de uma menina negra e aí ela, eu acho até que era uma coisa de novembro negro, e ela começou a contar como era difícil conseguir trabalho por causa da cor da pele e como era difícil ficar tranquilo na vida sabendo disso. Aí, nesse dia eu tive um despertar, porque assim, uma pessoa negra como eu, ainda que com a pele mais clara, mas ela tava ali relatando as mesmas questões que eu vivi...e... vou falar pra você que foi só através desse vídeo que eu consegui entender que não tinha a ver comigo, né, que tinha a ver com racismo... desse vídeo para frente, que eu comecei a buscar né, coisas na internet sobre isso né (...) a gente (mulheres negras) não tinha esse espaço, nosso espaço ele era muito reduzido. com a internet né e sobretudo as pessoas puderam, vamos dizer, trazer essas questões... até esse vídeo do YouTube eu achava que era um problema meu, eu nunca tinha visto uma pessoa com uma trajetória parecida com a minha...as redes sociais trouxeram a voz pra quem não podia falar numa rede oficial, né? Aí eu comecei a buscar mais..."

Notamos que a importância que as entrevistadas dão ao fato de se sentirem próximas da realidade cotidiana da *youtuber* aponta uma valorização do que era compartilhado entre elas, isto é, a própria experiência de estar no mundo em relação à semelhança do mal-estar enfrentado. O fato de os vídeos serem “caseiros”, ou seja, de serem produzidos e protagonizados por pessoas comuns, que até então não pertenciam à classe artística ou não eram pessoas públicas quando começaram a produzir conteúdo no *YouTube*, é algo que foi apontado pelas entrevistadas como um fato bastante positivo por criar a sensação de aproximação do cotidiano de quem narra e de quem assiste, na mesma medida.

É o que nos aponta Joana:

Eu acho que essa coisa de aparecer a casa da pessoa, o guarda-roupa, de parece que tá conversando é muito diferente de ver um jornal, sabe? num primeiro momento isso ajuda a ter a sensação de ser parecida comigo..."

Foi possível observar que as entrevistadas valorizam o que havia de “comum” entre suas experiências e as das apresentadoras, valorizando, por consequência, o conhecimento que essas

influenciadoras possuem a partir das próprias experiências. Nesse sentido, a partir do compartilhamento de vivências pessoais em uma rede pública, as mulheres negras puderam se identificar com outras mulheres negras e, a partir do reconhecimento de experiências comuns, foi possível também pensar em outros destinos para si. A construção de outros olhares de si e a abertura para imaginar novas posições subjetivas no mundo foram possíveis, em uma de suas dimensões, devido ao fato de as mulheres negras *youtubers* representarem símbolos diferentes dos estereótipos construídos socialmente sobre elas.

Nesse sentido Nilza diz:

A Josy [youtuber] ela morava no meu bairro quando ela começou o canal, pegava o mesmo trem que ela, ela é uma mulher preta como eu, com oportunidade que agora eu também posso sonhar, ela foi repostada pela colab da Ivy Park, sabe? é muito maneiro ver onde ela chegou...”

Outro apontamento importante para refletirmos sobre a representatividade trazida pelas *youtubers* foi trazida por Valentina:

A de Pretas [youtuber] ela não é uma mulher preta sozinha sofrendo, não é uma militante revoltada, ela é uma mulher preta incrível, maravilhosa, ela é mãe, jornalista, comunicadora, dona da própria vida, faz compra, vai na academia.. é um corpo negro retinto existindo e falando sobre muitas coisas, isso coloca em pauta o racismo. Isso faz diferença na forma de cativar o público...porque aquilo que a de Pretas faz é eu sou muito mais que uma mulher negra, eu sou foda pra caralho, eu sou um amor de pessoa. Enfim, ela é muito mais que aquilo que diziam que a mulher preta podia ser...”

Na pesquisa, foi possível observar a importância de mulheres negras que traziam outras significações e possibilidades para o lugar que a mulher negra poderia ocupar, nas palavras de Joice: “*quando eu vejo alguém assim, tipo a Gabi de Pretas, uma youtuber, muito famosa, eu acabo me identificando, dá mais possibilidade, né?*”. Outra colocação nesse sentido foi feita por Joana:

A rede social as vezes é meio armadilha, porque precisa ter discernimento pra ver o que encaixa no meu eu...mas, ver uma mulher negra lidando com as coisas que antigamente só me causava angústia me dá a noção de que eu também posso lidar sem só sentir a angústia, sabe?”

É fundamental refletirmos que desde o advento das “mídias desmassificadoras”, isto é, do surgimento da TV a cabo e do filme em videocassete, houve uma intensa proliferação da descentralização do conteúdo e de uma tentativa de não padronização do consumo, uma vez que diferentes criadores poderiam ser assistidos e os espectadores contavam com maior

possibilidade de fontes de mídias (SANTAELLA, 2007). Assim, as características principais dos meios de produção de massa estavam sendo pulverizadas a partir da maior possibilidade de criação de comunicação. Com o advento da internet 2.0, tal questão foi radicalizada ao extremo pois houve a transformação daqueles que eram apenas espectadores também em produtores de conteúdo e, portanto, comunicadores – esse é o fato que possibilitou as mudanças mais profundas em nossa sociedade e é isso a que se chama, Cibercultura (SANTAELLA, 2007).

Para a pesquisadora Lúcia Santaella (2007), uma das mais importantes características da Cibercultura diz respeito à natureza necessariamente heterogênea que ela carrega, tratando-se de uma cultura descentralizada baseada em núcleos autônomos uma vez que usuários acessam e adentram esse sistema a partir de diferentes partes do mundo e possuem a mesma possibilidade de alimentá-lo, isto é, de publicar conteúdo dentro dessa rede. É fundamental observar que a consequência da proliferação da cibercultura, para a pesquisadora, é a formação de comunidades virtuais e também de uma inteligência coletiva. A primeira definida como a noção de uma mente cuja história é contínua e cresce como um organismo desorganizado, que cresce para todos os lados e em todas as direções, nas palavras de Kerchhove (2009): “A internet é um cérebro coletivo, vivo, que dá estalidos quando estamos a utilizar, que nunca para de trabalhar, de pensar, de produzir e combinar” (p. 253). Já as comunidades virtuais são definidas como fontes culturais e socializadoras, aldeias de atividades dentro da cultura promovida pelo digital, é o lugar onde grupos de pessoas mobilizadas por um mesmo interesse criam conexões e trocam entre si. A heterogeneidade promovida pela Cibercultura foi fundamental para a diversificação das vozes narradoras da história.

Com o advento da Web 2.0 e a profusão do acesso à internet, pode-se observar que a participação das redes sociais na atualidade possui uma dimensão profunda que é definida por Filho (2014) como capaz de operar tecnologias de subjetivação delimitadas como cuidado de si, autonomia e poder de comunicação. Essas tecnologias teriam a potencialidade de operar na subjetividade a partir do encontro entre redes sociais e sujeitos. O autor observa ainda que em relação aos usuários de redes sociais, cada um dos perfis ali existentes poderia representar um recorte singular das comunidades em rede que o usuário compõe, ou seja, as conexões que cada usuário de rede social consegue fazer dentro daquele espaço delimitado pela *web* são importantes por operarem em sua dinâmica subjetiva.

As redes sociais habilitam e suscitam a produção afetiva por meio de tecnologias que tornam o afeto "mensurável" e, portanto, passível de ser capitalizado. Como exemplo disso temos a quantidade de *likes* e *dislikes* de determinado conteúdo e também o número de seguidores de determinado produtor de conteúdo. Isto posto, é importante compreendermos

que aquilo que se vê na linha do tempo da rede social é variável conforme o interesse de cada usuário, a partir de suas interações maneiras de falar e agir ao utilizar tal rede.

Portanto, na lógica de financeirização das redes sociais há a coexistência de dois mecanismos: as máquinas desejanças dos usuários, com suas conexões, fluxos e comunidades virtuais por eles criados e, ao mesmo tempo a maquinaria técnica de cada rede social que, enquanto empresa, registra e observa a produção afetiva dos usuários permitindo a mensuração desses dados a possibilitando a posterior capitalização sobre os mesmos.

Algumas das entrevistadas discorreram sobre a dificuldade encontrar pessoas negras em suas próprias redes sociais, e que para tanto era preciso fazer um trabalho ativo de busca dos mesmos, pois o que era mostrado primeiramente era conteúdo gerado por pessoas brancas. Nas palavras de Valentina:

Pra eu encontrar produtor de conteúdo negro eu tenho que fazer uma briga com o algoritmo, sabe? eu preciso fazer uma força, um trabalho... não chega pra mim o conteúdo de pessoas negras da mesma maneira que me chega o conteúdo de homens brancos, héteros, cis...

Já Clementina afirma que seleciona o conteúdo para, então, receber as postagens de pessoas negras:

Eu fico educando meu algoritmo, eu fico curtindo muitas coisas de pessoas pretas, lgbt...eu fico ensinando a rede a me mostrar gente preta e lgbt...porque o algoritmo sozinho, ele só mostra gente branca...

Dentre as diferentes ressalvas sobre o uso das redes sociais, temos um fato inegável: a possibilidade de pessoas negras serem assistidas por um grande público se tornou mais possível a partir dessa nova possibilidade midiática. Segundo Lima (2020), os diferentes movimentos sociais contemporâneos foram capazes de transmutar a internet, com as redes sociais como principal veículo de mídia, para transformá-la em um meio através do qual se pode alcançar alguma mudança social, promover organizações e ações coletivas e tal mudança tem como base a possibilidade de que sujeitos antes silenciados possam ter voz midiática.

Ao acompanharmos as mulheres negras em seu processo de compreensão dos efeitos do racismo, e da intrínseca relação destes com o sofrimento psíquico que experimentam, vislumbramos o movimento de resignificação diária dos acontecimentos atuais. No entanto, este gesto de resignificação, apesar de necessário, não nos parece suficiente para apaziguar os efeitos do racismo. Quando acessam o fato de que suas experiências individuais são

atravessadas por componentes estruturais da sociedade brasileira, o que resta a essas mulheres? O que é possível fazer quando há a compreensão da dimensão coletiva do racismo e suas dinâmicas? Como tem sido possível, a essas mulheres, elaborar essa dor?

3.3 “ O SENTIMENTO É DE REVOLTA...” DOS AFETOS RAIVA E ANGÚSTIA, ALÍVIO....

As desigualdades enfrentadas por mulheres negras em razão do racismo genderificado são inúmeras e este trabalho pretende analisar como as mulheres negras que consomem o conteúdo produzido por outras mulheres negras acerca do racismo e do sofrimento psíquico se relacionam com essa experiência. Perguntamo-nos, então, quais seriam as repercussões desses relatos nos cotidianos das entrevistadas. No decorrer deste subtópico, discutimos sobre quais as sensações acompanharam as entrevistadas durante e após assistir aos vídeos no *YouTube* em que racismo e sofrimento psíquico eram pautados pelas apresentadoras negras. As participantes discorreram sobre quais afetos estavam mais presentes, povoando a experiência de acompanhar esse conteúdo e também puderam estabelecer uma relação entre essas sensações e alguns acontecimentos de suas vidas.

Tristeza, irritação, ansiedade, raiva, revolta e alívio foram expressões frequentes nas narrativas. Assistir a vídeos no *YouTube* foi recorrentemente associado a um choque de realidade, ao descobrir que determinados atos racistas ainda estão acontecendo e gerando sofrimento a muitas mulheres pretas. A participante Valentina disse: *“Então, eu fico muito incomodada, muito irritada. E aí, eu me revolto. Enfim, é isso. O sentimento é de revolta.”*

Outras entrevistadas também falaram sobre o sentimento de revolta ser o mais forte, após assistir às narrativas compartilhadas por mulheres negras nas redes sociais:

Revolta. Muita revolta. Assim, é porque no primeiro momento, você, nessa situação você entra em negação, né? Você entra em negação mas aí você entende que você também tá passando por aquilo tudo ali de forma implícita, né? Porque ele, isso ele age assim, né? O racismo age assim, e aí a gente acaba se sentindo mal assim...”(Nilza)

(...) eu me sinto assim, muito abalada é, eu me sinto abalada e acaba me causando um...uma tristeza, uma revolta, uma ansiedade. Então, eu acho que seria mais ou menos assim... eu fico triste... a gente parece impotente... (Beatriz)

Eu fiquei assim: nossa ainda tá acontecendo isso?(Valentina)

As entrevistadas versam sobre uma combinação de sensações que as acompanha enquanto assistem aos vídeos, um conjunto complexo de sentimentos que vez ou outra se opõem. Nas palavras de Luiza:

Eu me sentia bem, sei lá, acho que é o impacto né? Eu acho que eu senti o impacto. eu não sabia muito bem o que dizer...eu ficava triste, eu ficava triste...também fiquei com raiva. Eu acho que [assistir aos vídeos] é uma coisa que é bem forte para mim, foi porque eu sempre achei que eu era um problema muito grande né...eu achava que todo o problema de rejeição ou de qualquer outra coisa, estava comigo. E aí, quando eu vi esses vídeos, dessas mulheres, eu vi que não era eu o problema...mas, ao mesmo tempo eu pensei, nossa, agora tem esse outro problema que está fora de mim e que é enorme com o qual eu vou ter de lidar, eu vou ter que aprender a viver a minha vida apesar disso... eu lembro de ficar revoltada, assim, é, eu fiquei meio revoltada.

A partir do romance *Recordações do Escrivão Isaías Caminha*, de Lima Barreto, Williges (2018) analisa as emoções sentidas pelo protagonista diante do racismo e quais as reverberações em seu cotidiano. Williges argumenta que raiva, indignação e revolta são emoções fundamentais das vítimas do racismo por tornar evidente, para elas mesmas e também aos ofensores, que determinadas atitudes são intoleráveis. O autor aponta que a partir dessas emoções ações contrárias à violência sofrida podem surgir, sendo o sentimento de revolta importante para a constituição do eu, pois representaria uma forma de autodefesa que busca resgatar o autorrespeito. Assim, respostas que envolvem raiva, indignação e revolta aparecem como uma possibilidade de uma afirmação de si diante de abusos. Williges (2018) afirma ainda que o sentimento de revolta “costuma ser composto pelo juízo de que algo errado ou condenável foi feito junto com o desejo de vingança” (p. 59).

No caso das nossas entrevistadas, não observamos a presença do desejo de vingança, em relação ao perpetrador da violência racista, e a ausência desse desejo definiria esse sentimento como aquilo que o autor denominou de raiva de transição, isso é, o impulso gerado por esse sentimento seria transformado em alguma ação futura, promovendo a superação do sofrimento produzido pela injustiça. Nas palavras do autor:

O potencial destrutivo do desejo de vingança é canalizado para a construção de alternativas viáveis e que resultam na preservação de direitos e na punição de ofensores. A raiva de transição, no entanto, não é propriamente a emoção da raiva. É uma transformação posterior. (WILLIGES, 2018, p.63)

Enquanto algumas entrevistadas apontam a sensação de revolta após assistir os vídeos como aquilo que mais lhes afeta, outras pontuam que a *tristeza* é aquilo que se faz mais presente. Williges (2018) aponta que a tristeza também é um sentimento corriqueiro em vítimas de

racismo, classificando a tristeza como uma emoção de dor, com duração temporal definida e com a avaliação de algo que foi ferido para o eu, ou seja, essa tristeza carrega consigo a sensação de impossibilidade do reparo ao dano. A partir desse sentimento, a busca necessária seria restaurar ou substituir algo do que foi perdido, na tentativa de reparar a ferida do eu. Segundo o pesquisador, demonstrar tristeza tem o poder de despertar emoções altruístas nos outros, contribuindo para a reestruturação das perspectivas de quem a sente e provocando uma ressignificação das experiências pessoais e coletivas. Assim, embora a tristeza não alivie o sofrimento, ela seria importante para despertar simpatia e estimular a aproximação de outras pessoas à causa que gerou tristeza no sujeito. Em relação a isso a entrevistada Valentina disse:

Quando você demonstra vulnerabilidade nas redes sociais as pessoas se aproximam muito, um exemplo que eu lembrei aqui: A Gabi de Pretas [youtuber], ela ganhou mais seguidores quando começou a mostrar o sofrimento, a falar de depressão...

O sentimento de *tristeza*, apesar de ter sido bastante referido, muitas vezes veio associado com a identificação de uma experiência comum – assim como vimos nas falas que indicavam *revolta* –, o que pode, além de promover acolhimento, indicar que a experiência tem uma importante dimensão social e abrir novos caminhos subjetivos.

Para as entrevistadas, houve uma certa experiência de *alívio* ao compreender que determinado acontecimento existe e opera no mundo apesar das próprias vidas. O alívio parece estar relacionado a uma percepção de desindividualização do sofrimento ao ouvir narrativas de dor semelhantes às suas, que politizam determinadas experiências. O que Joana salienta como: “*em alguma passagem dos vídeos, eu lembro de uma passagem que aconteceu comigo, de algum fato que me aconteceu...lembro que acontece com outras pessoas também.*”

Ainda sobre as *sensações*, uma das entrevistadas, Beatriz, falou sobre a sensação ambígua que sente após consumir esse tipo de conteúdo nas redes sociais:

Então, existem algumas falas, é, mais combativas que eu acho super interessante, mas eu percebo que me gera ansiedade grande, sabe? Então, eu procuro linguagens que não sejam, é, não sejam inocentes mas que me tragam pra a militância, pra reflexão, a ideia de entendimento de quem somos nós no mundo, mas prefiro uma coisa menos ansiogênica...porque se eu vejo o confronto o tempo todo eu começo a olhar para o meu redor e vejo, que cara, eu não consigo fazer isso o tempo todo, então eu tô pecando em alguma coisa. Então, às vezes, dependendo do conteúdo isso me gera mais ansiedade, mas de uma forma geral o pertencimento é o que me acontece mais, né...é você perceber que você não está sozinho, que aquele “b.ozinho” que acontece, que aquela dificuldade, aquela característica específica não é tão específica assim...tem outras pessoas passando por isso por serem pessoas negras, então dá uma esperança de entender a

situação de uma forma melhor, de sentir acolhida e mais pertencente por não se sentir sozinha, sabe?.

A entrevistada Lilia afirma ser muito mais positivo do que negativo o efeito de assistir aos vídeos na internet:

eu acho que o efeito seria muito mais positivo do que negativo, porque tem situações que a gente passa, assim e que a gente acha que só aconteceu com a gente né...tem situações... eu já passei por situações em que eu achei que naquele momento que estava acontecendo comigo que aquela sensação de, tipo, só acontece comigo sabe, mas quando você divide é gratificante...gratificante não de você saber que os outros estão mal, mas de você se sentir acolhida sabe, de você sentir que é, realmente não acontece, não aconteceu só comigo, isso é uma coisa recorrente, uma coisa que a sociedade construiu...aí o vídeo é reconfortante.

Com efeito, para nossas entrevistadas, a possibilidade de afirmar a própria identidade enquanto mulher negra a partir da potencialidade e não de um registro negativo, foi algo estimulado pelo ato de acompanhar algumas influenciadoras negras em seus canais de *YouTube*.

Sabemos que as identificações raciais não são posições subjetivas cristalizadas para pessoas de qualquer raça. A identificação com a negritude ou a branquitude não é automática e, também, seus sentidos não são imutáveis, como nos alerta Munanga (2004). Segundo o autor, a noção de negritude em seus diversos usos e sentidos, diz respeito a um processo de variação subjetiva dos significados e processos de significação a que as pessoas negras estão submetidas.

Para Joana, a experiência pode ser resumida assim:

as vezes muita coisa que eu tô passando, não sei o que é... aí você vê o relato e você, Há!, gera essa coisa de “aí, não tô sozinha” e aí é um ponto. Mas, de que também tem que tomar um certo cuidado...eu percebo. Porque é isso, né? É similar, mas até que ponto o que ela tá falando é verdade, e até que ponto a forma como ela lidou ou resolveu vai ser a mesma forma que funciona pra mim, sabe?”

Ao acompanhar esses vídeos, as entrevistadas relatam que houve a tomada de consciência do racismo e “quando o negro toma consciência do racismo, aí seu psiquismo é tomado pela perseguição do próprio corpo” (SOUZA, 2021, p. 56) e tal fato pode gerar sensações de revolta e tristeza, mas também de alívio como apontado pelas participantes da pesquisa.

Há, para as entrevistadas, um duplo movimento que aconteceu a partir do contato inicial com as discussões sobre saúde mental da população negra nas redes sociais. A conscientização sobre a dimensão coletiva das questões referentes ao sofrimento psíquico de sujeitos negros é,

ao mesmo tempo, algo que alivia o peso sobre a individualidade mas coloca o desafio de como lidar com esse grande problema social, que agora já é sabido por todas elas.

No lastro de Neusa Santos Souza (2021), acreditamos que se saber negra é um processo multifatorial que comporta nuances variáveis de acordo com a história de cada um. Para a autora, saber-se negro se dá a partir do momento em que é possível afirmar esse lugar subjetivo e

viver a experiência de ter sido massacrado em sua identidade, confundido em suas perspectivas, submetido a exigências, compelido a expectativas alienadas. *Mas, também, e sobretudo, a experiência de comprometer-se a resgatar sua história e recriar-se em suas possibilidades* (p. 46, grifo nosso).

Com isso, Souza (2021) busca afirmar a primazia da experiência e da importância de apreender aquilo que há de singular em trajetórias fortemente marcadas por traumas coletivos, como o racismo. Portanto, o compartilhamento de narrativas pessoais emerge como um mecanismo que cria a possibilidade de ampliação do espaço interno dos sujeitos negros e da consequente libertação de algumas das engrenagens coloniais que os mantêm presos.

Para as mulheres negras que compõem o universo dessa pesquisa, o que é visto como um dos maiores efeitos da experiência de assistir a e acompanhar produtoras de conteúdo negras é a sensação de pertencimento gerado ao compreender que existem pessoas com experiências de sofrimento semelhantes às suas e que essa experiência tem uma raiz social, o racismo. Há algo em comum entre o que é afirmado por nossas entrevistadas e o que Veiga (2021) percebe em relação à natureza política do sofrimento psíquico. Para o autor, o adoecimento psíquico é efeito de como a sociedade se organiza e é gerida.

A entrevistada Beth dá pistas sobre formas de enfrentamento do racismo. Como refere:

Eu acredito que assim, existem dois lados... existe um lado do nosso empoderamento, enquanto uma comunidade mundial e existe esse lado de que assim, é, de que a gente fica muito triste...eu fico pensando, cara, será que não vai ter também em algum momento, uma hora, que a gente vai se juntar e vai começar a endereçar nossos problemas juntos?.

3.4 “ACHO QUE O LETRAMENTO RACIAL PASSA POR AÍ, SABE?”

A noção de letramento racial foi um dos itens apontados pelas entrevistadas como algo experienciado a partir do encontro com as narrativas do *YouTube*, e neste subtópico observamos

como as entrevistadas perceberam esse processo e de que maneira foram atravessadas por esse evento.

Lia Schucman (2014) define que o letramento racial como o processo de reeducação racial, que visa desconstruir pensamentos e ações naturalizadas em relação a negros e brancos. A autora afirma que esse processo está relacionado com a necessidade de desconstruir formas de pensar e agir que foram naturalizadas e, portanto, seria urgente admitir que a sociedade é organizada de uma maneira eurocêntrica e orientada por uma ótica do privilégio branco. É preciso retomar a noção de que o processo de colonização forjou configurações sociais que até hoje restringem o acesso da população negra a dados verídicos sobre sua história e sua ascendência, além de ser importante lembrar que em nosso país a configuração do racismo se fortalece a partir do branqueamento, que tem como uma de suas características o fato de que pessoas pardas tendem a se identificar como pessoas brancas, uma vez que o nível de aceitação social com que os sujeitos são tratados aumenta de acordo com sua proximidade ao ideal de brancura.

Compreendemos que as redes sociais, e em especial os vídeos do *YouTube* podem ter ocupado para nossas entrevistadas um lugar de espaço formativo e promoção do letramento racial, uma vez que as discussões a que elas tiveram acesso promoveram um novo tipo de aprendizado e até mesmo de conhecimento acerca da temática ao que elas mesmos denominaram como “*acho que tive letramento racial*”. Tal reflexão entra em consonância com Ferreira (2015) quando afirma que as narrativas são uma das principais ferramentas para promoção dos processos formativos com intuito de construção de um letramento racial. Para a autora, o que definiria a existência do letramento racial crítico seria a oferta de novas ferramentas e conhecimentos para os sujeitos que possam propiciar a compreensão do contexto político, ideológico e social em que estão inseridos.

Vale ressaltar que o conceito de *racial literacy*, cunhado pela antropóloga France Winddance, foi traduzido, no Brasil, como letramento racial e diz respeito a uma forma de responder individualmente às tensões raciais. Lia Schucman (2017) afirma a importância das respostas e ações coletivas, mas diz que o letramento racial busca reeducar o indivíduo em uma perspectiva anti racista. Nas palavras de Schucman (2017), letramento racial teria cinco etapas:

O primeiro é o reconhecimento da branquitude e da negritude. O indivíduo reconhece que a condição de branco lhe confere privilégios. O segundo é o entendimento de que o racismo é um problema atual, e não apenas um legado histórico. Esse legado histórico se legitima e se reproduz todos os dias e, se não for vigilante, o indivíduo acabará contribuindo para essa legitimação e reprodução. O terceiro é o entendimento de que as identidades raciais são aprendidas. Elas são o resultado de práticas sociais.

O quarto é se apropriar de uma gramática e de um vocabulário racial. O quinto é a capacidade de interpretar os códigos e práticas “racializadas”. (p. 02)

As entrevistadas citaram um processo de aprendizado com as experiências narradas por influenciadoras negras. Seria possível afirmarmos a possibilidade de letramento racial e promoção de espaços formativos nas redes possibilitadas pela internet? A pesquisadora Tatiana Paz (2019) analisou três canais de *YouTube*, que foram amplamente citados pelas integrantes de nossa pesquisa, e observou que para as produtoras de conteúdo a busca por autoestima é compreendida como uma síntese daquilo que seria o cuidado de si. A autora afirmou que um dos objetivos das mulheres negras que produzem conteúdo era justamente, contribuir com o letramento racial de quem as seguisse nas redes e que nutriam expectativas de que a superação dos traumas pessoais se tornaria possível uma vez que ouvissem outras narrativas de superação.

Paz (2019) afirma a existência de espaços digitais que seriam formativos justamente pela existência de uma rede, isto é, pela conexão de diferentes elos e através da não centralidade de nenhum deles. Nesses casos, o letramento racial aconteceria a partir de um processo de ressignificação de histórias de vida, isso é, o compartilhamento daquilo que oprime e vulnerabiliza as mulheres negras se potencializa ao ser narrado e, pode atuar como parte de um processo formativo a partir da possibilidade de auxiliar a construção identitária de outras que entrem em contato com essas narrativas (PAZ, 2019).

A entrevistada Valentina afirma que para ela o letramento racial aconteceu a partir do encontro com os vídeos do *YouTube*, a partir de uma possibilidade de entender sobre questões que não necessariamente experimente na pele, e dessa maneira:

eu acho muito importante a gente se colocar no lugar do outro, e acho que letramento racial passa por aí, sabe? eu não quero de jeito nenhum causar sofrimento em alguém porque eu não sei como é a vida dessa pessoa, e aí o youtube tá aí, o instagram tá aí... é só começar a pesquisar mais sobre isso...querer entender sobre essas questões...então, tem letramento racial...

A participante da pesquisa Luiza afirmou que aprendeu sobre si mesma ao assistir aos vídeos no *YouTube* e foi transformando seu cotidiano a partir do letramento racial, de maneira que pode interpretar ocorrências do seu dia a dia como sendo violências racistas que poderiam desencadear o mal que ela experienciava. Ela diz “ *eu era bem novinha, né, quando comecei a ver esses vídeos...e foi assim coisa de letramento mesmo, de bê - a - bá, porque eu não tinha acesso a essas discussões no meu meio*”

A potência do letramento racial a partir do compartilhamento dos vídeos nas redes sociais é observado por Luiza. Ela afirma que a sensação de proximidade que é criada com aquelas produtoras de conteúdo possibilita que esse letramento aconteça de maneira mais fluida. Para a entrevista o fato de “seguir” as *youtubers*, de acompanhá-las, de sentir-se próxima dos acontecimentos miúdos do cotidiano propicia que esses vídeos sejam utilizados como disparadores de conversas e intervenções no dia a dia daquelas que assistem esse conteúdo. Dessa maneira, o processo de letramento racial aconteceria para ela quando a própria assiste aos vídeos e esses vídeos também poderiam ser utilizados por ela para favorecer o processo de letramento racial de outras mulheres, em suas palavras: *“Eu uso esses vídeos pra mostrar coisas que acho que as pessoas têm que aprender...”*

Algumas das entrevistadas nesta pesquisa (Luiza, Valentina, Clementina, Tereza, Lilia e Joana) disseram que já usaram alguns desses vídeos para exemplificar o que sentiam em determinado momento de sua própria vida. Para Valentina, os vídeos eram ferramentas utilizadas para letramento racial da própria família em que mãe e avó, mulheres negras de pele clara, não costumavam se identificar com sua própria negritude mas, ao apresentar os vídeos – *“durante as refeições eu falava, vê esse negócio aqui no celular”* – era possível disparar discussões com o intuito direto de promover o debate racial dentro do âmbito familiar. Logo, o letramento racial acontecia com a entrevista enquanto ela assistia ao conteúdo, mas este conteúdo digital também oferecia à entrevistada a possibilidade de promover ações que favorecessem o letramento racial de outras mulheres.

Outra dimensão contida dentro do letramento racial é a possibilidade de reconhecer os episódios de racismo cotidiano e tal fato foi apontado como uma das mudanças percebida pelas entrevistadas:

O racismo ele é muito velado, né? eu só fui entender algumas coisas no meu dia a dia serem racismo depois que eu vi muita gente falando isso... porque muita coisa veio à luz com a internet, sabe? (Joana)

Consumir esses conteúdos me faz olhar a vida outra forma, né, eu aprendi a chamar essas coisas de racismo... em muitos momentos atrás eu acho que eu poderia achar que era uma besteira, que era coisa que eu tinha que deixar pra trás, ou deixar passar batido só...hoje eu não consigo vê mais dessa forma, eu consigo ver que é racismo contra a população negra e consigo ver cada vez mais o que isso causa na gente, em mim...(Lilia)

Nada mais me espanta, mas em algum momentos desses vídeos eu vou lembrando do que aconteceu comigo, entendeu? Vou conseguindo ver que era racismo, que era por que sou preta. Mas, assim, se eu não tivesse visto essa gente falar que isso era racismo, eu ia chamar de que? (Tereza)

Teve uma situação, quando eu tava tentando alugar apartamento, que eu não entendia muito bem o que era...tava tentando entender... mas, aí, na hora eu ,me lembrei que a Gabi de Pretas [youtuber], falou que quando ela se mudou para São Paulo, ela ficou procurando muitos apartamentos para alugar e ela não conseguia (...) até que ela tirou a foto do whatsapp porque aí eles não vêm que vão alugar para uma pessoa preta...Assim que eu lembrei eu vi que era isso que tava acontecendo comigo, sabe? Era exatamente o que Gabi tinha falado, eu aprendi a entender, sabe? (Clementina)

Percorrendo a narrativa das entrevistas, foi possível observar a importância do letramento racial para que ocorresse o reconhecimento dos episódios de racismo cotidiano. Uma vez que temos uma sociedade em que o racismo é estrutural, mas é uma questão ainda bastante silenciada o fato de as *Youtubers* trazerem o assunto à baila é inovador para as mulheres que as assistem, em um primeiro momento, de maneira que a auxilia a tomar uma posição a partir da reflexão da existência do racismo. Tal como afirma Kilomba (2019), a importância de reconhecer os episódios racistas do cotidiano está em poder quebrar um padrão de violações sistemáticas

Para Santos (2005) as redes sociais se conformam como espaços formativos em rede, uma vez que há ali a promoção e divulgação de diferentes contextos, de acesso e publicização de diversos aparelhos culturais, da exposição de realidades locais que antes eram desconhecidas. As narrativas compartilhadas em primeira pessoa, poderiam se fixar como um dos elementos fundamentais para a construção subjetiva dos sujeitos inseridos nesses fluxos de comunicação (PAZ, 2019). Em vista disso, o que nossas entrevistadas experienciaram está em consonância com os achados nos estudos de Jungblut (2015), que afirma que: “as ações políticas ocorridas no ciberespaço podem se aproximar da busca de sentido à existência e às experiências, por meio das percepções da realidade compartilhadas e das relações sociais que ali se estabelecem” (p.145).

Nesse caminhar, retomamos aqui a discussão de Lefebvre (2008), que afirma que o espaço só pode ser observado e analisado como um produto social. O autor discorre sobre as divisões artificiais dos conhecimentos e diz que com o intuito de entender e compreender o que seria o espaço virtual os pesquisadores dessa temática acabaram por dividi-lo artificialmente.

O que se torna importante para o autor é, então, a noção de que a apropriação do espaço pelos sujeitos durante o cotidiano é o que os transforma em um espaço que seja passível de ser representado simbolicamente. O que caracterizaria determinado local é a maneira através da qual os sujeitos o experienciam, é o uso que os sujeitos fazem dele. Por exemplo, a Avenida Presidente Vargas pode ser apenas uma via expressa para automóveis ou ser palco para uma manifestação política onde mais de um milhão de pessoas estejam presentes. São as relações

entre os sujeitos e as relações de cada um com o espaço que os tornam passíveis de ter algum significado. Há algo que acontece e dá sentido ao vivido em cada local que está fora do possível imaginar e projetar para determinado lugar.

No caso do *YouTube* é pertinente pensar que tenha sido um (ciber) espaço concebido para postagem de vídeos por pessoas comuns, que tinham intuito de se publicizar com o *slogan* de “Mostre-se a si mesmo”, mas que acabou sendo vivido como um espaço de trocas, a partir das apropriações que aqueles que por ali circulam fizeram da plataforma e do conteúdo ali existente. Assim, a percepção desse (ciber) espaço como promotor de processos formativos pelas mulheres negras que consomem esses conteúdos é coerente com a percepção de que a produção dos sentidos dos espaços é determinada por aqueles que o habitam.

A partir de diferentes possibilidades de ocupação do ciberespaço, as entrevistadas relataram que utilizaram o conteúdo digital como ferramenta de promoção de conhecimento tanto para si mesmas quanto para outras pessoas. Foi também possível observar a introdução de pequenas mudanças ou novidades em seus cotidianos na vida extra telas, como um dos efeitos de ter mais acesso ao conhecimento sobre os efeitos subjetivos do racismo, o que será observado na sessão seguinte.

3.5 “ALGUMA COISA QUE SAI DAS REDES E VAI PARA A VIDA VIVIDA”

Bucci (2021) afirma que os espectadores das comunidades criadas nas redes sociais constroem sentidos aos conteúdos dessa rede à medida que interagem cada vez mais com determinado material. Para o autor, o público pode até mesmo modificar subjetivamente os sentidos originariamente propostos pelo autor de determinado conteúdo. Portanto, as mulheres que assistem aos vídeos não consomem o conteúdo de maneira passiva, mas completam o sentido dado pelas *YouTubers* e, com isso conseguem absorver de maneira singular o que a *influencer* quis passar, e então extrair deste material algo que possa, de fato, ser assimilado em seu cotidiano. Nesse caminho, observamos quais práticas das entrevistadas relacionam-se a experiência de acompanhar os conteúdos produzidos por outras mulheres negras no YouTube,

As participantes da pesquisa destacaram de diferentes maneiras os efeitos de acompanhar os vídeos sobre saúde mental e racismo. Uma das reflexões mais latentes diz respeito ao fator de inspiração que é assistir a uma mulher negra em lugar de destaque, dialogando com diferentes pessoas sobre temas que eram até então silenciados em seu cotidiano. Nas palavras da participante Nilza: “*Há tanto um impacto em relação ao lifestyle,*

dá pra sonhar viver diferente, sabe? ela pode, ela é como eu... ”, observamos que o consumo desse conteúdo torna o imaginário sobre si próprias mais rico em possibilidades para o próprio eu.

Durante a realização dessa pesquisa, as entrevistadas narraram sobre como o conteúdo produzido por mulheres negras sobre racismo e sofrimento psíquico, no *YouTube*, as atravessava. Uma questão que se tornou aparente foi que ao entrar em contato com determinados conteúdos, dada informação e/ou tipo de conhecimento algumas novas atitudes e até mesmo novos hábitos foram se inserindo aos poucos no cotidiano de quem consome essa produção. A entrevistada Joana relatou que existem coisas que estão em seu cotidiano hoje que foram primeiramente conhecidas a partir de influenciadoras da internet:

Na Rural [universidade em que estudou], as oficinas...ninguém sabia nada...era tudo Instagram, pelo YouTube... e a gente tem até um grupo assim, de instrutores que é uma teia de pessoas que fazem tecido... e é tudo muito assim, vai se achando pela internet, sabe? e ela possibilita isso. de criar essa rede. e a gente troca isso, sabe? ”.

A entrevistada segue discorrendo sobre coisas que foram adicionadas ao seu cotidiano a partir do primeiro contato ocorrido em redes sociais e nesse caminho ela disse que: *“Ah, tem sim, tem muito alguma coisa que sai das redes e vai pra vida vivida”*, declaração que dá título a esta seção.

As vivências narradas pelas entrevistadas evidenciam que após o contato com o conteúdo audiovisual produzido por mulheres negras houve variação nos ambientes físicos, locais de lazer e escolhas de consumo que as entrevistadas passaram a experimentar.

A entrevistada Joice relatou que um dos efeitos em seu cotidiano ao consumir esses conteúdos produzidos pelas mulheres negras foi o impacto que sentiu em sua criatividade, relatou que a partir de assistir os vídeos começou a acreditar mais no seu potencial:

Era uma coisa que eu negava há muito tempo, a minha criatividade, mas aí, eu vejo um monte de gente ali, de mulher preta ali, fui entendendo que posso explorar isso mais, sabe? ver as pessoas elogiando bastante, ficou tipo um toque afetivo estimulando a minha criatividade

Joice e Beth disseram optar por conhecer alguns espaços citados pelas *youtubers* que acompanham por acreditar que seria uma oportunidade conhecer as pessoas também interessadas na temática racial. Joice por sua vez observou que: *“E quando eu fui lá né, no bar que a de pretas ia, eu comecei a ver que tem mais gente preta querendo se envolver com gente*

preta também e aí eu comecei a acompanhar mesmo os vídeos da de Pretas, porque ela dava dica boa, sabe?...”

A entrevistada Beth relatou que a escolha do seu tema de mestrado surgiu a partir de uma reflexão contida dentro de alguns dos vídeos de *YouTube* que uma das influenciadoras publicou:

a Nataly [youtuber] sempre perguntava quantas pessoas negras tem nesse lugar? Ou ela contava que foi num lugar e tinha só ela de pessoa negra, sabe? E eu comecei a pensar nisso, porque eu nunca tinha pensado nisso antes né... e aí, fui escolhendo pesquisar isso....

Em relação ao tema, a entrevistada Joana afirmou que o fato de acompanhar esses conteúdos na internet, além de colaborar com o letramento racial, também auxiliou na formação de diferentes redes:

Eu acredito que onde você tá...assim.. o que você tá fazendo, influencia... assim, inconsciente ou consciente.. porque cara, você passa muito tempo no celular, com certeza alguma parada ali vai te influenciar no teu comportamento de vida.. e aí...vendo isso, né? ... com certeza, a internet inspira a fazer coisas fora dela também...

Joice, Luiza e Beatriz afirmaram que além de utilizar as redes sociais como um meio para se informar e consumir os conteúdos que lhes interessavam sobre diversas temáticas, também utilizavam as ferramentas para divulgar seu próprio trabalho pessoal e tal fato fez com que o consumo dos conteúdos referentes ao racismo e sofrimento psíquico nas redes acabasse por impactar no conteúdo que elas mesmas produzem, uma vez que começaram a pensar sobre qual o alcance das publicações que elas próprias realizam. Sobre isso Beatriz disse: *“Trabalhar na rede social acaba gerando uma rede de clientes e colegas, que se relacionam, se conhecem... que veio da vontade de trocar esse assunto, de falar de gente preta, pra gente preta...”*

Se opor ao racismo exige também uma tomada de posição e um enfrentamento aos atravessamentos do cotidiano, exige-se que novas possibilidades de cotidiano sejam criadas e é nesse sentido que os vídeos protagonizados pelas *youtubers* negras que pautam racismo, machismo e sofrimento psíquico se inscrevem como algo que efetivamente se opõe ao racismo, já que ao narrar a própria experiência essas apresentadoras apresentam a própria vida, ou o próprio eu-personagem, como possibilidade de ser mulher negra resistindo aos racismos cotidianos. Identificamos que a narrativas compartilhadas por produtoras de conteúdo negras auxiliaram o processo de oposição ao racismo cotidiano por nossas entrevistadas, porque conseguiram inserir atitudes concretas no dia a dia que eram realizadas como uma escolha

consciente, isto é, ao assistirem às narrativas racializadas, as entrevistadas se sentiram convocadas a se posicionar de novas maneiras nos próprios acontecimentos cotidianos de suas vidas. Nas palavras de Lilía: “*Eu acho que consumir esse tipo de conteúdo me fez olhar a vida, né, de outra forma, eu comecei a pesquisar mais, encontrei uma psicóloga preta, entrei pra um grupo de estudo na faculdade*”

Acompanhar, então, as narrativas racializadas no YouTube propiciou a essas mulheres um movimento de abertura de novos sentidos, oportunizando novas maneiras de enfrentamento às violências racistas a que estavam submetidas. A partir disso, abre-se temporariamente um vácuo (denominado por elas como raiva, tristeza, angústia, revolta...) e esse vácuo é transformado em algum tipo de ação. Em relação ao vácuo gerado pela negação do racismo, Kilomba (2019) nos alerta sobre a necessidade de preenchê-lo com algum outro afeto ou movimento, e cada uma das entrevistas o fez de alguma maneira. As *influencers* a partir dos vídeos demonstram a maneira como elas ocuparam e ressignificaram o vácuo gerado pela oposição e reconhecimento do racismo.

Observamos em nossas entrevistadas, relatos de mudanças após o contato com as narrativas produzidas por outras mulheres negras sobre a temática estudada, seja pela percepção de que alguns dos embates que experienciaram ao longo da vida tinham relação com o fato de sofrerem racismo e esse estar relacionado ao mal-estar ou pela possibilidade de novas ações cotidianas, produzidas a partir do acompanhamento dos vídeos das *youtubers*. Nesse caso, observamos a criação e implementação de hábitos cotidianos, o que corrobora com a afirmação de Recuero (2018) sobre os diferentes impactos das redes sociais no cotidiano daqueles que com elas se relacionam. Para a autora, é importante que se observem as influências comportamentais promovidas pelo uso das redes sociais, pois elas dariam pistas dos efeitos subjetivos promovidos por elas mesmas.

3.6 “EU COMECEI A ME OLHAR COM MAIS CARINHO...”

A multiplicidade da definição de cuidado nos dá pistas de que o caminho para encontrá-lo é, também, plural. Observamos, neste subtópico, as modalidades de cuidado que emergiram para as entrevistadas após o contato com as narrativas produzidas por *youtubers* negras. O que emergiu no campo de pesquisa foi a superação da noção de que a mulher negra não seria

passível de ser cuidada, em consonância com o que é apontado por Ribeiro (2017) e nos interessa detalhar de quais maneiras as participantes desta pesquisa subverteram essa noção.

Ribeiro (2017) afirma que é socialmente esperado que as mulheres negras assumam uma posição em que não sejam amadas ou desejadas por outrem. O raciocínio de que a mulher negra é forte a exclui da perspectiva de que necessite também de cuidados. É possível observar um posicionamento sobre isso no que diz Beth:

Quando eu comecei a pensar sobre isso, do racismo na minha vida e tal, eu comecei a ver que eu precisava me cuidar também, e agora esse é meu objetivo, sabe? meu objetivo agora é uma menina negra, como eu era, de 7, 8 anos de idade, ela tem que saber que uma mulher negra pode ser engenheira, pode ser médica, pode ser atriz, tem que saber sobre a Dona Ivone Lara, essa menina tem que alguém vai gostar dela.... eu demorei muito pra entender essas coisas...

Toronto (2007) afirma que cuidado é tudo aquilo que se pode fazer para manter, continuar e reparar o próprio mundo, sendo ele o mundo que se habita ou o mundo existencial de cada sujeito. Retomamos aqui a noção de cuidado colonial elaborada por Passos (2020) como algo que impediria as mulheres negras de se compreenderem como passíveis de serem cuidadas e de exercerem algum cuidado em relação aos outros, uma vez que o sujeito negro se enxergaria na zona do não ser. O cuidado colonial é algo que deve ser atravessado pelas mulheres negras, para que seja possível experienciar a integridade de si mesmas e a possibilidade de, ao se compreender como sujeito poder, então, cuidar-se.

Como indicamos anteriormente, ao observar a relação entre racismo e o sofrimento psíquico, as entrevistadas puderam experienciar um certo alívio por não serem as únicas a experimentar tal sentimento ou por não serem as únicas responsáveis por estarem enfrentando aquela situação, mas também se encontraram em uma situação de dificuldade por não saberem de qual maneira deveria agir, agora que observaram o impacto subjetivo do racismo.

A compreensão de que o mal-estar que experimentava era oriundo do racismo trouxe para a entrevistada a noção de que ela teria que atuar na direção de promover o cuidado de si mesma. Em suas palavras:

Eu acho que todo esse conhecimento foi chegando e me fez perceber que eu teria que lidar com a minha vida um pouco diferente do que eu fazia, e principalmente era importante fazer terapia e foi até aí o momento em que eu busquei e foi muito bom para mim (Luiza)

Observamos que emergiram modalidades de cuidado que parecem distar das perspectivas medicalizantes e individualizantes, como por exemplo registros escritos daquilo

que viviam, busca por encontrar mais vezes com amigas que passavam pelas mesmas situações, participação em grupo de estudo “*para poder entender o que acontece e aí me mobilizar menos*” (Lília), práticas de exercícios físico, entre outros.

Durante as narrativas colhidas nas entrevistas, pudemos encontrar a valorização de um saber sobre a experiência de sofrimento psíquico de mulheres negras que não vinha de algo tão distante e visto, pelas entrevistadas, como autoritário como a grande mídia, os especialistas em saúde ou a academia. Segundo as entrevistadas, a produção de conhecimento dos vídeos a que assistiam era mais “confiável” pelo fato de ser acessível e produzido por alguém cuja proximidade seria possível. É o que diz Beatriz:

Assim, as redes sociais, né, uoutube, instagram... tem aquela coisa boa de abrir toda hora, da pessoa falar de qualquer coisa da vida, você acaba recebendo mais informação sobre o assunto e tem proximidade com pessoas que são referências, né? tipo a Gabi [youtuber], por exemplo, a coisa de ver ela falando sobre alguma coisa que aconteceu na vida dela, no dia a dia mesmo...

Tal fato está em consonância com o que Dias (2016) afirma sobre o reconhecimento das narrativas individuais de pacientes e familiares de pessoas adoecidas que adquirem tanto conhecimento sobre determinada condição que se transformam em referência para aqueles que buscam saber sobre o assunto. A pessoa que é tomada como especialista não é aquela que possui uma qualificação formal ou título para tal, mas aquela que tem a dizer sobre a temática pela experiência vivida e por ser uma pessoa com linguajar e experiências de mundo próximas daqueles que buscam esse conhecimento.

Para nossa análise, portanto, se faz interessante observar a figura do especialista leigo que são pessoas que apesar de não terem uma formação específica sobre determinada temática têm seu saber valorizado pela comunidade a partir da própria experiência com o campo (FREITAS, 2020). Em sua pesquisa sobre mães de autistas, Freitas (2020) observou que essas mulheres apesar de não terem respaldo técnico-científico ocupavam um lugar de valorização por outras mães, uma vez que se mostravam capazes de transmitir um conhecimento adquirido com a experiência, ou seja, foram capazes de transformar as vivências do cotidiano em algo que pode ser compartilhado, uma vez que as pessoas que consomem o conteúdo que produzem estão vivendo situações semelhantes.

Sacramento (2019) discorre sobre os efeitos na contemporaneidade da proliferação da modalidade de narrativas com o caráter de testemunho. Na perspectiva do autor, a partir da moral do espetáculo – que seria a maneira através da qual os acontecimentos se dão na atualidade – houve uma passagem da era do “grande testemunho”, que dizia respeito aos

grandes acontecimentos históricos para o “pequeno testemunho”, que abarca as trivialidades do cotidiano, os relatos de sofrimento e superação dele por pessoas comuns e os processos de reinvenção dos sujeitos à medida que a dificuldades aparecem. Tal pensamento corrobora o que é trazido por Wierviorka (1997) que afirma que na era do testemunho contemporâneo, testemunhar seria não apenas um desejo, mas, também, um imperativo social. Sacramento (2018) afirma que os processos advindos com a comunicação mediada pela internet possibilitaram uma reconfiguração das formas de produção, circulação e consumo dos testemunhos, segundo o autor:

Se, num primeiro momento, o testemunho em vídeo trouxe um “efeito de vida real” uma vez que assistimos ao corpo, à voz, à narrativa, enfim, a presença da testemunha como representação audiovisual, o fluxo de informações proporcionado pela internet nos permite acesso a um conjunto diversificado de vídeos, mas também a produção de muitos outros. (p.130)

Esse regime discursivo tornou possível a compreensão e o reconhecimento público de quem são aqueles que podem ser reconhecidos como tendo um discurso autêntico, que possuem um sofrimento que é digno de ser reparado ou ainda que possuem as chaves para superar o sofrimento por si próprio. O autor afirma ainda que o testemunho foi ao mesmo tempo um efeito da proliferação dos usos da internet e das redes sociais – por sustentar e expandir a cultura da auto exposição, mas que também é o resultado da transformação dos testemunhos em algo que compõe o processo de produção da subjetividade contemporânea.

A valoração que o testemunho alcançou na atualidade está diretamente relacionada com a função política que ele tem, a função de trazer luz às experiências limites por aqueles sujeitos que sobreviveram aos seus traumas. Sendo assim, a possibilidade de alargamento da categoria do trauma também está contida na valoração do testemunho: o trauma passa a abarcar um conjunto diversificado de eventos e a manifestação dessas situações passa a ganhar muito espaço nas novas mídias. São movimentos que se retroalimentam: o trauma ganhando espaço nas redes sociais e, as redes sociais valorizando a manifestação do trauma (SACRAMENTO, 2019).

Em relação às narrativas deste trabalho, identificamos que algumas técnicas para “cuidar da saúde mental” eram passíveis de serem aprendidas a partir do conteúdo exposto no *YouTube*. O espaço para o encontro consigo mesmo e o repensar de algumas posições dentro da própria vida, aliado à conscientização racial, foram apresentados por todas as entrevistadas como algo que as auxiliava no cuidado com a própria saúde mental.

Nas palavras da entrevistada Luiza:

Eu acho acho que nas redes sociais a gente tem uma ideia, às vezes, muito superficial do que é cuidar da saúde mental né... eu vejo falando de autocuidado aí fala de tipo, de cuidar da pele como autocuidado e que não é só por aí (...) eu acho que quando eu comecei a consumir esse conteúdo foi algo muito bom, assim, realmente mudou a minha vida porque eu não tinha nenhum autocuidado antes, mas a partir desse conteúdo eu comecei a cuidar de mim mesma, procurar tempo pra mim, fazer terapia, comecei a olhar pra mim de uma forma mais carinhosa..."

Para a entrevistada Clementina, o conteúdo distribuído nas redes a incentivou a repensar o autocuidado:

Ela [a youtuber] é um pouco mais velha do que eu e ela fala muito que o autocuidado dela com a saúde mental é muito a coisa do exercício... e é uma coisa muito...que ela nunca precisou e nem pensou em fazer porque a gente cresce pensando que quem é magro não precisa fazer exercício (...) e aí, ela encarou como um remédio e resolveu se exercitar porque isso ia fazer bem para sua saúde mental...exercício, como se fosse tomar um remédio,,e agora eu sei que pra melhorar eu tenho que fazer exercício....pra cuidar da minha autoestima, minha disposição, da saúde mental, né?

O cuidado com o corpo e sua relação com a saúde mental também foi levantado pela entrevista Joana

Pra cuidar da saúde mental o mais importante...sempre, né? É o mais importante. É... mexer o corpo? hahaha. Terapia de vez em quando, beber água... meditar sempre, não tem como. é... rede de afeto... muito importante ter afeto na vida...

Ao longo dessa entrevista, foi possível observar que algumas das atividades que eram realizadas por Joana tinham sido apresentadas a ela através das *youtubers*, durante alguns vídeos em que ela assistiu e a partir daí conseguiu inserir em seu cotidiano:

Pô, eu conheci a yoga na rede social e essa coisa de meditar. E, depois disso de filtrar pra ver mais negros e pra entrar mais na minha realidade, pra ter mais contato com esses outros tipos de recursos que a gente tem pra lidar com as coisas...

Para a participante Lilia, o próprio consumo dos conteúdos no *YouTube* e outras redes sociais que abarcam os conteúdos sobre saúde mental pode ser interpretado como uma ação já com o intuito de cuidar da própria saúde mental. Em suas próprias palavras:

Eu acho que tipo é um como se fosse um carinho na nossa saúde mental (...) porque eu acho que você começa a entender muita coisa que acontece, já aconteceu com você, muito sentimento que você, você se encontra, você tem e você nunca associou a vivência, a sua vivência sabe? É muito mais

fácil você encontrar pessoas que perguntam de onde vem tanto ódio, do que pessoas que associam esse ódio ao racismo, sabe? (...) Então, o conteúdo, ele me faz repensar minhas atitudes, repensar minhas situações (...) faz muito bem para minha saúde psicológica.

As participantes Beth, Valentina e Joana discorreram sobre alguns episódios de sofrimento psíquico que vivenciaram ao longo de sua vida, enfrentamentos de quadros de depressão, ansiedade e até mesmo tentativas de suicídio que puderam ser elaboradas e melhor trabalhadas subjetivamente a partir do momento em que puderam nomear seus próprios sentimentos e relacionar suas experiências de mal-estar subjetivo com as de racismo e tiveram, então, em alguma medida um certo alívio por se compreenderem como alguém que sofria de um “*mal maior: o racismo.*” Para esse grupo de entrevistadas, o cuidado com a saúde mental era composto por terapia e consultas com psiquiatras, mas também marcaram a importância de ouvir mais sobre a experiência de outras pessoas negras dentro e fora das telas.

Encontramos, então, pontos em comum. Incentivos do cuidado de si mesmas, incentivos a partir do espelhamento entre essas apresentadoras das redes sociais e aquelas que lhes assistem. Retoma-se aqui a questão sobre a afirmação das identidades e a potência de reconhecer os próprios sentimentos e poder relacionar algo de sua vivência subjetiva aos acontecimentos do social. Para Recuero (2012), esse ponto poderia ilustrar as possibilidades geradas pelas conexões estabelecidas online, que poderia atuar como fonte conectora de atores sociais, tendo a possibilidade de gerar novos tipos de comunidades.

A entrevistada Joice pontuou sobre a maneira como acompanhar esses conteúdos, de alguma forma a auxiliou a lidar com suas próprias questões por ajudar a reconhecer quais situações estava enfrentando naquele momento. No entanto, ela coloca que a diferença financeira entre ela e a *youtuber* impede que ela lide com suas questões da mesma maneira que a apresentadora. Vejamos sua narrativa:

Eu acho que isso de ver os vídeos, isso ajuda a reconhecer e nomear certos sentimentos, quando tem alguém falando sobre, alguém que é parecido com você, ajuda nesse sentido, né, reconhecer “po, é isso que eu tô sentindo” então é isso que tá acontecendo... também me sinto dessa forma, também tô pensando nisso... agora, não me ajuda muito a lidar com minhas dores... ajudar é meio complicado... porque po, a Gabi de pretas, ela tá em outro patamar tá ligado? Ela não tá passando por nenhuma dificuldade financeira no momento como ela passava antigamente... e no meu contexto, acho que o financeiro pega muito,,, o financeiro ele mexe muito com meu emocional....

Joice faz um apontamento importante que nos faz refletir sobre a lógica de financeirização que também acontece nas redes sociais.

No que se refere a este trabalho, é interessante que estando atenta à diferença econômica em relação à *youtuber*, a espectadora aproveite algo do discurso apresentado no vídeo mas, observe a necessidade de se movimentar dentro da própria realidade em relação à produção daquilo que considera como cuidado e como forma de enfrentamento ao mal-estar. Nesse caso, Joice reconhece as estratégias da *youtuber* para lidar com suas questões, mas afirma a impossibilidade de lançar mão das mesmas ferramentas devido à distância financeira entre ela e a influenciadora.

Foi possível perceber que ao mesmo tempo em que há aproximação e desejo de identificação com aquela que narra as experiências, há também um questionamento por algumas das entrevistadas sobre qual seria de fato a proximidade da situação vivida por ela e pela *youtuber* que ela está acompanhando, como diz Joana:

Porque você pensa fazer um skincare...legal... só que cara, a nossa realidade é muito particular, né? Então, assim, tem que ter um equilíbrio muito... tem que ter uma clareza talvez? não sei... uma... como eu posso dizer? uma sanidade muito grande de dizer, não. isso são coisas que as pessoas fazem para ficar bem e cuidar da saúde mental mas deixa eu olhar agora... sempre nesse ponto,né... eu tô consumindo isso, mas agora deixa eu fechar isso que eu tô consumindo e olhar para o meu eu e ver onde e o que encaixa no meu eu, sabe?

O que há de comum nos relatos das entrevistadas em relação à maneira como cuidam e observam a própria saúde mental? Ou os meios através dos quais se utilizam para cuidarem de si mesmas?

As participantes utilizam os relatos do *YouTube* não apenas como momento de lazer, mas também como oportunidade de aprendizado:

Quando eu tô no YouTube é um momento pra mim que é mais uma aula, nisso que eu procuro conteúdo sobre racismo e saúde mental assim, não é um momento que eu vou ficar relax, é o momento que eu quero parar, quero aprender, quero estudar... (Valentina)

Dentro dessa rede social as entrevistadas consomem os conteúdos em que a temática de saúde mental está presente tanto de maneira explícita, como nos casos em que a chamada no título do vídeo corresponde ao tema ou de maneira implícita – como quando o caso é relatado nos entremeios de outros assuntos comentados pelas influenciadoras a que estão assistindo. A presença da sensação de proximidade com aquelas que produzem o vídeo pareceu ser um motivo de grande influência para a insistência no consumo desse conteúdo e chamou a atenção o fato de que boa parte das entrevistadas faz terapia e acredita que seja algo importante a ser feito para que possam cuidar melhor de si mesmas e de sua saúde mental. Apenas uma das

entrevistadas não faz terapia, mas recebeu essa indicação médica e acredita ser o adequado para ela.

Vale observar o relato de Nilza, que ao dizer sobre sua própria saúde mental e o momento em que resolveu buscar ajuda para sentir-se melhor foi direcionada a uma médica da Clínica da Família de seu bairro. A profissional que atendeu afirmou que era necessário que ela fizesse terapia. Além disso, a médica prescreveu uma medicação psicotrópica. Nilza relatou que ficou bastante tocada pelas palavras da médica clínica ao indicar a terapia para ela:

Aí ela falou, olha, o que vai te ajudar, é cuidar da sua mente, é procurar um profissional, porque o seu corpo está bom, está reagindo bem, você só tá acima do peso, mas você precisa de um profissional para cuidar da mente, que possa te guiar para o melhor, para você se sentir melhor, entende?

A participante Nilza é a única que ainda não realiza acompanhamento em psicoterapia, mas foi contundente em afirmar que “*para cuidar dessas coisas, dessa revolta, pra saber o que tá acontecendo comigo*”, é necessário esse tipo de acompanhamento. Em suas palavras:

Agora eu estou fazendo exercício físico, então o exercício tá me dando uma sobrevida que eu já estou mudando os meus hábitos (...) e eu já estou me sentindo bem melhor...eu já estou assim no caminho desse autocuidado, entende, e reconheço a necessidade tá com uma profissional me ajudando no sentido da saúde mental, uma psicóloga.

Observamos que as entrevistas desta pesquisa foram realizadas durante a pandemia de Covid-19, momento em que houve um aumento exponencial de busca por terapia. Segundo a pesquisa encomendada pelo grupo SulAmérica (2021), o número de brasileiros realizando acompanhamento psicológico aumentou cerca de 50% durante o período de maiores restrições da pandemia. Em movimentação semelhante o Conselho Federal de Psicologia lançou uma nota (CFP, 2020) sobre o aumento da busca por psicoterapia no momento mais crítico da pandemia e abordando, também, a necessidade de reorganização do atendimento psicológico, havia uma orientação para que esse atendimento fosse realizado *online*, preservando a necessidade de isolamento social.

Segundo Dimenstein (2000) há um ponto importante a ser observado em relação ao que a autora denomina de *terapeutização*. Analisando os pilares em que a Psicologia se instaura como saber no contemporâneo é preciso observar a cultura profissional do psicólogo brasileiro que estava inserido em uma ideologia da individualização. Para a autora, há um modelo hegemônico de subjetivação dentro do mundo psi que diz respeito ao sujeito psicológico, isto

é, “desenvolvido a partir do ideário individualista e engendrado pelos próprios saberes psi, podendo ser pensado como um dos efeitos da sua difusão” (p. 8). Trata-se daquele sujeito que seria independente e indiferente à cultura local e as territorialidades em que está inserido. Com hegemonia do sujeito psicológico, o que é ofertado como possibilidade de cuidado são os caminhos do indivíduo, às vias individualizantes.

Outro ponto que é apontado como preocupante para Dimenstein (2000) é que essa psicologia hegemônica coloca ênfase na privatização das práticas do cotidiano e na nuclearização da família, o que acaba por promover a responsabilidade individual de cada sujeito em detrimento das dimensões sociais e coletivas existentes em cada círculo social. Magda Dimenstein afirma que a centralidade na descoberta de si mesmo e na libertação de suas próprias repressões sociais pode promover a psicologização do cotidiano e seu consequente esvaziamento social e político.

No entanto, há também uma grande aposta no caminho potente que pode ser traçado pela clínica psicológica. É necessário observar que há por parte das entrevistadas uma aposta de que o espaço clínico e o processo terapêutico que venham a atravessar seja politicamente engajado e racialmente consciente, uma vez que tais desejos surgiram a partir do encontro com outras mulheres negras que racializaram as questões que traziam algum tipo de mal-estar. Nas palavras da entrevistada Lilia: “*A problematização do racismo, é uma coisa mais recente pra mim, assim, sabe, eu tô destrinchando ... destrinchando isso do racismo e saúde mental... e eu levo para a terapia e eu fui destrinchando isso, sabe?*”

Daí podemos observar que a terapia se torna um espaço de elaboração das questões políticas enfrentadas no cotidiano e que para que o sujeito seja escutado em plenitude é preciso que a clínica seja, também, palco de conexões políticas.

Em relação ao tema, Nogueira (2017) traz a importância de que “as psicanálises praticadas nos consultórios” (p. 126) possuam uma escuta direcionada às estruturas de poder e dominação e a maneira como elas atravessam e constituem a psique de negros e negras. Se os profissionais psi não observarem os “sentidos que a cor negra/corpo negro implicam no inconsciente” (NOGUEIRA, 2021, p. 125), o processo terapêutico pode, mais uma vez, silenciar o racismo enquanto questão social produtora de sofrimento psíquico e mais uma vez individualizar a problemática e culpabilizar aquele que sofre.

Observamos com as participantes da pesquisa a importância de que a experiência subjetiva seja racializada e nos atentamos ao fato de que a clínica psicológica foi apontada como uma das mais potentes possibilidades de cuidado ao mal-estar relacionado ao racismo, uma vez que se elabora essa conexão. No entanto, observamos a importância de que a escuta clínica seja

também racializada, o que pode produzir acolhimento ao sofrimento psíquico oriundo do racismo seria uma escuta atenta ao apartheid psíquico brasileiro, que não ignorasse a realidade social violenta e racista em que sujeitos negros estão imersos. (NOGUEIRA, 2021)

Ao apostar em uma clínica psicológica que reconhece a potência e os limites de sua atuação, é preciso compreender que não basta uma clínica atenta às questões sociais, sensível e acolhedora se não houver disputa da realidade social e consequente mudança. Veiga (2021) afirma: “Se o sofrimento psíquico é efeito de como a sociedade é organizada e gerida, a promoção de saúde mental só é verdadeiramente efetiva quando novos modos de organização social e política são construídos. É neste ponto que a clínica e política se transversalizam” (p. 47).

É importante aqui retomarmos o que a entrevistada Beth trouxe sobre seu processo de cuidado em relação a sua saúde mental:

Mais ou menos com quatorze anos eu comecei a apresentar quadros depressivos com, é, tentativas de suicídio... na minha época não tinha esse negócio de solidão (da mulher negra) esses papos não existiam e nem eu conversava com minha mãe sobre isso, nem com as psicólogas, essa coisa de pensar no racismo... pro psicólogo, pros médicos, pra minha família que era engajada... não existiu, não existiam esses papos né? eu acho que essas pessoas não tinham esse conhecimento pra me passar

Sobre o processo terapêutico com pessoas negras Tavares e Kuratani (2019) afirmam que devido às repercussões do racismo negros e negras podem apresentar dificuldade de estabelecimento de vínculos e ter uma representação de si como inferior, alimentando uma contínua sensação de não pertencimento além da percepção do mundo como violento, principalmente em relações inter raciais. Nesse caso, nos perguntamos se os quadros depressivos, assim denominados por Beth, teriam sido trabalhados clinicamente de uma maneira diferente se os profissionais pelos quais ela foi atendida tivessem uma escuta racializada e compreendessem a necessidade de pautar o racismo para promoção de saúde mental da população negra.

Na pesquisa realizada por Tavares e Kuratani (2019), as autoras analisaram a relação terapêutica entre psicólogos e pacientes racialmente diferentes e concluíram que para o estabelecimento de um vínculo terapêutico, que seria a condição de possibilidade de realização de um processo psicoterápico entre pacientes negros e terapeutas brancos, seria necessária a colocação da discussão racial. A temática racial deve ser discutida a fim de que o paciente não sinta sua dor sendo negada, mais uma vez, em um espaço que deveria inicialmente ser de acolhimento.

Na direção do apontado por nossas entrevistadas, observamos que o contato com as influenciadoras negras e com seus relatos foi importante tanto para auxiliarem a nomear o que sentiam e experienciaram como também para propiciar uma ressignificação da experiência do cotidiano. Para Veena Das (2012), não poder narrar a própria história é um dos fatores causadores do mal-estar. Segundo a autora, a narração de sua história a um outro interessado, um outro que que passe a se relacionar com a experiência narrada tem efeitos de abertura de novos sentidos para aquele que foi submetido a algum tipo de violência.

Sobre narrar o mal-estar, Lima e Gaudenzi (no prelo) trazem o apontamento sobre a importância não apenas do dizer, mas de ter a fala reconhecida, indicando que o sujeito que tem sua fala desmentida é ele próprio desmentido, o que faz com que perca a confiança no outro e em si mesmo.

É importante observar que o uso das plataformas de redes sociais como algo que possibilita o exercício de narração da própria experiência em relação ao sofrimento também atua como produção de eco tanto para quem narra, uma vez que tem sua experiência ouvida, quanto para aquelas que ouviram essas narrativas. As participantes dessa pesquisa relataram que foi possível alterar gestos simples do próprio cotidiano e que alguns aprendizados trazidos pelas redes foram responsáveis pela criação de novos hábitos em suas vidas.

A participante Valentina contou que assistir aos relatos em primeira pessoa que estavam disponíveis no *YouTube* fazia com que ela se sentisse mais próxima da experiência vivida pelos outros. Ela afirma que a partir da compreensão, que veio através dos relatos das *youtubers*, de que algumas coisas eram vividas como causadoras de sofrimento pelos outros, ela buscava não mais realizar determinada ação e, também buscava mostrar os vídeos para terceiros, a fim de que tais ações pudessem ser repensadas por outras pessoas. Valentina aponta que por desconhecimento da realidade do outro muitas vezes é possível causar-lhe sofrimento. Em suas palavras:

Eu acho que enquanto a gente não entende o lugar do outro, a gente não entende o que o outro tá passando e reproduz preconceitos sem saber (...) quando eu busco conteúdo de racismo e saúde mental, é um momento que pra mim é mais uma aula. É o momento que eu quero parar, aprender, estudar. E aí eu não vou mais reproduzir o que causa sofrimento em alguém.

É fundamental observarmos o que é incluído na rotina das mulheres entrevistadas como possibilidade de cuidado e sua relação com o que foi compreendido e nomeado como mal-estar. Além da possibilidade de nomear esse mal-estar e de localizá-lo como algo que não é de responsabilidade exclusiva daquelas que o sentem, foi importante a (re)habitação do cotidiano

com outras pequenezas que pudessem colorir algo que antes fora devastado pelos efeitos do racismo. Retomamos aqui o pensamento de Veena Das (2008):

Existem outras maneiras que a criação de si pode ocorrer, através da reocupação do mesmo espaço de devastação, acolhendo os sinais de lesão e transformando-os em formas de se tornarem sujeitos? Em vez do registro do pronunciamento profético, permita-me passar o registro do cotidiano pelo qual você pode tentar recriar a vida(p. 98).

Como referimos anteriormente, há um saber compartilhado pelas *youtubers* negras que é legitimado e reconhecido pelas mulheres que entrevistamos. As mulheres reconhecem que narrar as experiências íntimas, pode as mobilizar intensamente ao ponto de, em alguns casos, levar esses assuntos para o cotidiano e ilustrarem conversas com outras percepções que não sejam só as suas. Além disso, reconhecem a criação de uma identificação significativa entre aquelas que narram e aquelas que passam a assistir e acompanhar as narrativas o que é passível de promover a inserção de novos hábitos cotidianos e de novas possibilidades criativas para a vida, que sejam capazes de direcionar o cuidado com o mal-estar.

Ao relatarem sobre as maneiras como cuidavam da própria saúde mental discorrem sobre práticas como psicoterapia, uso de medicação psiquiátrica, consultas com psiquiatras, realização de exercícios físicos e outras nuances que apareciam de maneira mais individualizada como escrita de diários individuais, numa concepção de que a escrita poderia ser terapêutica, frequentar grupos de estudos que envolvessem a temática racial, meditação, diminuição do tempo de contato com as redes sociais. Mas essas não foram as únicas perspectivas de cuidado trazidas. O encontro entre pessoas, a composição de grupos com objetivos comuns, espaços religiosos e até mesmo coletivos estudantis podem ser compreendidos como espaços produtores de cuidado. Nesse ponto, nos perguntamos se há a possibilidade de ocorrer o quilombamento de mulheres negras promovido e disparado pelos conteúdos publicados no *YouTube*.

Interessa-nos a aposta na coletividade e em uma maneira inovadora de criar os espaços e possibilidades de viver, diferentes daquelas que são hegemônicas na sociedade em que vivemos. Nascimento (2018) apontava para os quilombos com interesse na vida coletiva e nas maneiras de promoção e manutenção dessa coletividade, que era tido como um dos pontos centrais para a melhoria da condição de vida de negros e negras. E é nesta busca de comunidade como movimento de cuidado que nos debruçamos na próxima seção.

3.6.1 “Aí eu fui entendendo, né, que o que eu tinha que fazer é estar junto das mulheres negras” - da investigação sobre os processos de aquilombamento no cotidiano

Observamos até aqui a importância de reconhecer-se enquanto mulher negra, de ouvir narrativas sobre as experiências de outras mulheres negras e nesse processo observar melhor a compreensão das próprias dificuldades, a partir de novas óticas, o alívio causado pelo sentimento de pertencimento e pelo reconhecimento dos efeitos do racismo. Mas será que tais fatos corroboram para a existência de aquilombamento entre essas mulheres?

Retomamos aqui a noção de aquilombamento, que possui diversas conotações na atualidade, mas que em suma diz respeito a um movimento histórico e político que busca resgatar valores ancestrais como possibilidade de agência no presente e construção de futuro, quando negros e negras se unem na intenção de construir uma comunidade viva de cuidado para si (Brito, Santos e MAtos, 2020). Assim, é importante lembrar a noção cunhada por Santana e Sobrinho (2021) sobre o Aquilombamento digital, que é o uso por pessoas negras de comunidades formadas a partir das redes sociais, em que as relações entre os membros criam um ambiente coletivo de apoio mútuo entre os participantes. Para os autores, a existência do aquilombamento digital propiciaria a construção de novos possíveis, vislumbrando o cuidado coletivo entre negros e negras.

Veloso e Andrade (2021) discorrem sobre a importância do processo de aquilombamento digital, como algo que levaria a possibilidade de utilizar as potências das redes sociais a fim de que se possa driblar o racismo estrutural presente no algoritmo dessas mesmas redes sociais. Para a autora, quando os sujeitos negros se organizam para isso, há uma formação de coletivo que fortalece cada um de seus integrantes. Dessa maneira, buscamos observar se há para nossas entrevistadas essa perspectiva de aquilombamento a partir das narrativas compartilhadas pelas *youtubers* negras.

Ao longo da realização desta pesquisa, observamos que a sensação de formação de coletivos ou de algum processo de coletivização da experiência que tivesse como ponto inicial os vídeos no *YouTube* produzidos por mulheres negras acerca de suas experiências em relação ao racismo e o sofrimento psíquico não aconteceu para todas as mulheres. Além disso, para aquelas que afirmaram perceber a ocorrência desse processo, ele teve nuances específicas em que os vídeos do *YouTube* aparecem como disparadores de alguma relação coletiva fora da tela, mas não houve a sensação de formação coletiva com a *youtuber* ou com aquelas que comentam os vídeos.

Nilza e Tereza, entrevistadas, não acreditam na possibilidade de criação de espaços coletivos que tenham como disparador as narrativas produzidas por mulheres negras nas redes sociais. Tereza, 51 anos, diz que há dez anos acompanha algumas influenciadoras no *YouTube*, mas acredita que “*o falar é muito diferente da prática*” e por isso não observa as redes sociais como sendo algo que possa promover a aproximação coletiva de pessoas negras:

Eu só acho que é libertador para quem tá falando ,sabe? que ela tá colocando para fora tudo aquilo que a hora que aconteceu ela se sentiu impossibilitada de falar, agora você vai falar que a gente se junta em coletivo depois disso? Não. (...) A gente tenta formar coletivo com a pessoa que assiste o vídeo, mas não forma, já tentei inúmeras vezes... eu acho que a gente se alivia, se conforta, mas a vida segue igual...

Tereza relatou que as narrativas das influenciadoras nos vídeos compartilhados no *Youtube* corroboram com alguns de seus questionamentos sobre o racismo, no sentido de abrir possibilidades para a reflexão sobre outras estratégias de enfrentamento e também para compreender o pensamento de outras pessoas sobre a mesma situação. Nos relatos de Tereza é possível observar que o debate racial foi algo que sempre aconteceu em seu cotidiano, portanto o conteúdo do *YouTube* “*eu vejo muito, muito o youtube, o instagram eu vejo muito pouco e o FaceBook eu uso mais...*” foi algo que somou a essa experiência, mas não inaugurou esse debate para ela. Os usos que Tereza atribui às narrativas existentes nas redes sociais eram no sentido de conhecimento e educação. Ela acredita que o fato de que alguém possa discorrer sobre as violências racistas que sofreu e falar, também, sobre seu ponto de vista da história “*alivie as durezas da vida*” ainda que não resolva tais questões, nem proponha novas e melhores saídas às antigas questões enfrentadas pela população negra.

Tereza é contundente em dizer que não experienciou nada que tenha resultado em alguma experiência coletiva em sua vida, seja dentro das redes sociais ou nascida a partir das redes sociais. Ela afirma não acreditar que nada que surja a partir das redes sociais teria a possibilidade de gerar uma experiência de aquilombamento ou de favorecer uma sensação de coletivos, uma vez que seria algo contrário à própria lógica da rede social que, segundo o entendimento da entrevistada, diz respeito à valorização de cada indivíduo. Como refere em relação à rede social: “*É espelho de uma pessoa só, fica uma só lá, cheia de seguidores e a outra seguindo*”. Relatou, também, tentativas frustradas de encontros com pessoas em que o primeiro contato surgiu a partir da rede social, seja assistindo a uma *live* ou até mesmo nos comentários de um vídeo postado por uma influenciadora.

Sobre assistir aos vídeos, ela afirma: “*eu assisto quando não me violenta. Porque se me violenta eu desligo*”, dizendo que, em alguns momentos, o fato de assistir a narrativas sobre as experiências relativas ao racismo sofrido por outrem pode trazer sentimentos tão difíceis que a fazem se sentir violentada, então ela preferiria não assistir mais a esses conteúdos naqueles momentos.

Contudo, o fato de Tereza não experienciar a formação de coletividades a partir das narrativas das redes sociais não foi algo que a afastou desse tipo de conteúdo, porque não era isso que ela objetivava ao acompanhar esses relatos. Ela diz: “*Eu assisto, continuo assistindo, para ter clareza das coisas, entender como outra pessoa sentiu isso, e também entender como que a pessoa não percebeu pelo que estava passando...*”

O que incomoda Tereza, em sua percepção sobre os efeitos e fundamentos da rede social vai ao encontro com o que alguns pesquisadores, como Perez e Ricoli (2018) apontam sobre o crescente individualismo presente nas redes, uma vez que lógica de mercado que impera na promoção dos ditos influenciadores digitais favoreceria apenas um dos usuários da rede, e não todos os que ali estão.

É importante observar que Tereza traz sua experiência de ter tentado se relacionar com outras pessoas que conheceu na internet, mas que não houve consequência a suas ações, de maneira que ela se sentiu frustrada nessa perspectiva e acredita que as funções desse tipo de vídeo seriam apenas informativas:

Eu assisto mais para ter clareza das coisas, entender como uma pessoa sentiu e também entender como que a pessoa não percebeu que era racismo, como que as pessoas não percebem que tão passando por isso? eu acho que é didático, ensina muita coisa sobre racismo pras pessoas...mas, para aí... não tem outra coisa depois disso aí...

Nilza, 34 anos, também relata não acreditar na possibilidade de criação de coletivos a partir dos conteúdos do *YouTube*:

A minha relação com esses conteúdos, é de tentar saber o que aconteceu, de ver o ponto de alguém... as vezes eu acho que elas [influenciadoras] ficam problematizando algumas coisas e eu acho que é too much, sabe? Mas, não deixo de acompanhar nunca, é a minha fonte... eu não deixo nunca de seguir essas mulheres, de olhar o que elas tão trabalhando, o que elas tão fazendo...

Nilza ilustrou o porquê de não acreditar na possibilidade de coletivização da experiência gerado pelas redes a partir de um momento em que junto com algumas amigas passou por episódio de racismo em um bar da cidade em que mora, o Rio de Janeiro. Na ocasião ela e mais

três amigas estavam em um bar supostamente “*direcionado às pautas progressistas, sabe?*”, mas não foram atendidas, ao passo que todos os outros clientes brancos foram atendidos rapidamente. “*Eles tavam achando que preta não tem dinheiro pra pagar conta*”. Ela resolveu compartilhar o episódio em sua rede pessoal:

Porque num primeiro momento, você passando essa situação, você entra em negação né? Aí você vê que tá passando por aquilo mesmo, porque o racismo ele age de forma implícita... mas, aí eu fiz o post e compartilhei pela revolta mesmo, sabe? eu fui tomada por um sentimento, sabe? aquele impulso... Agora, o ato de ter compartilhado, não mudou meu sentimento, ninguém veio falar comigo, ninguém deixou de frequentar o bar tal ... Você consegue entender? A gente gasta a revolta, mas a gente não sai dali... Não tem essa coisa bonita de uma sobe e puxa a outra, de vamo junto... você canaliza aí nas redes sociais e segue... eu não vejo isso, isso de coletivo, de juntar a gente...eu acho que no fundo é só mais do mesmo, só a gente falando e falando...

Nilza relata que achava que compartilhar sua experiência na rede seria o momento em que ela poderia perceber mais a sensação de formação de coletivo, por se tratar da atitude mais ativa que teve em relação à rede social, mas que não viu isso acontecer nem ao publicar alguma coisa nem ao assistir o conteúdo produzido por outra mulher.

Duas outras entrevistadas discorrem sobre a possibilidade de formação de experiências coletivas a partir das redes sociais, no entanto, entendem que isso é mais provável no âmbito do trabalho. Beatriz e Joice trabalham utilizando a plataforma das redes para promover seus negócios e afirmam acreditar ser possível que alguma parceria seja tecida tendo como ponto originário a rede social. Joyce afirma que a sensação que possui de alguma experiência coletiva em relação às redes sociais diz respeito aos amigos auxiliarem na promoção de seu trabalho nas redes. Sobre a sensação de existência de alguma organização coletiva a partir das redes ou de ter experimentado algum processo de aquilombamento a partir dali, ela nega. Em suas palavras:

Eu tô sempre movimento minha rede, os amigos comentam, os amigos fortalecem o trabalho que eu posto ali, é isso minha página e o que gira dela pra fora da internet é movimentado pelos meus amigos de sempre. eu acho difícil pensar em coisas que funcionam a partir da internet, sabe? eu não conheci nunca ninguém da internet...até quando eu vejo o YouTube, eu leio os comentários e aí eu penso: 'poxa, que pessoa legal' mas disso nunca conheci ninguém., eu acho que o que fortalece são os amigos mesmo...(Joyce)

A entrevistada Beatriz trouxe a experiência de conhecer pessoas a partir da própria rede social, uma vez que ela utiliza essa rede para divulgar sua vida pessoal, que é também um meio para a publicidade de seu trabalho. No entanto, também não registra nenhuma formação de

experiências coletivas a partir dos vídeos do *YouTube* sobre sofrimento psíquico devido ao racismo. Ela diz:

Assim, rede social não faz coletivo, né? No sentido mais concreto, de ter com quem contar na vida, de fazer vínculo, não faz. Mas, eu tenho me cercado de pessoas e venho estabelecendo relações mais próximas de diversos lugares através desse assunto (o trabalho dela) e essa relação ela acontece porque por a gente se identificar como mulheres que falam sobre beleza, mulheres negras que falam, principalmente, para mulheres negras... então, é isso, eu acabo, a gente acaba formando uma rede de clientes, de colegas, que se relacionam entre si mas, assim não chega a ser um coletivo, não chega a ser um movimento coletivo, alguma coisa que tem essa ideia de coletivo, aí eu não sinto não....

A entrevistada Joana nos afirmou que sua atual profissão, professora de artes circenses, começou em sua vida a partir de um coletivo – aqui delimitado como um grupo de estudantes formado a partir da internet que se organizava para trabalhar e estudar práticas de atividades físicas. Joana afirmou que “*com certeza a internet tem muito a ver com as coisas que acontecem fora dela também.*” A entrevistada afirmou ainda que para ela, na atualidade, as pessoas estão muito mais ativas na internet e passivas na vida, porém algumas questões que são despertadas nos vídeos narrados em primeira pessoa convocam os espectadores a tentar se posicionar de maneira diferente: “*Com a rede social um monte de coisa ganhou luz, né? E eu consegui me conectar ativamente com pessoas negras que também tem essas questões.*”

A entrevistada Valentina discorre sobre um fortalecimento da coletividade a partir do ato de assistir às narrativas publicadas por mulheres negras na internet. Para ela, o que se dá não é necessariamente o enlace entre a espectadora dos vídeos e a pessoa que os produziu, mas há um ganho em relação aos laços coletivos. Para ela, a possibilidade de criar comunidade aconteceria entre mulheres diferentes que assistem a esses vídeos e já possuem uma relação anterior à existência desse vídeo, mas que a partir dele conseguem se conectar com alguma vulnerabilidade em comum que anteriormente era silenciada. Em suas palavras:

As redes sociais fazem a gente se juntar, né. Não eu e a Gabi [influenciadora digital] mas eu e minha amiga, que depois de ver a Gabi falar, podemos nos unir mais, porque agora a gente tem mais esse conhecimento e mais essa fragilidade em comum.. o vínculo é sensacional, e o vínculo ele acontece muito na internet... a comunidade é eu e minha amiga, a gente tá passando pela mesma situação, sabe? só que só consegui pensar sobre isso a partir dos vídeos da Gabi, da Rayza [youtubers] ...tipo, o conteúdo que elas criaram e a gente compartilhou entre a gente, isso fez criar o vínculo de comunidade.

Para a entrevistada Clementina, a criação de vínculos e a experiência de eventos coletivos a partir dos vínculos surgidos na internet também é notável. Ela refere que algumas vezes em que repostou os vídeos produzidos pelas influenciadoras negras recebeu de retorno que esse material tocou muito em quem assistiu a ele e a partir daí ela estreitou os laços com essa pessoa:

Daí a ideia de eu me conectar, né, com as pessoas a partir desse material de rede social ela é forte. Já aconteceu de eu compartilhar alguma coisa e aí eu fazer uma parceria com alguém, parceria a partir da internet. Eu acho super positivo assim, a pessoa compartilha a coisa na internet e a relação acontece daí.

Outra entrevistada, Lilia, afirmou que a proporção que as redes sociais tomam em sua vida é um dos grandes fatores que levam à formação de laços coletivos fora da internet e que esse contato fora da internet costuma ser despertado por algo que aconteceu dentro das redes, ela diz:

Você vê a proporção que isso tomou na sua vida, né, toda hora que abre o celular, vê um vídeo, vê um storie... e daí, que pras outras pessoas também tem isso, e gente vai se juntando porque é preciso conversar numa roda pra entender dessas dores... é triste, mas eu não estou sozinha...mas, eu consegui encontrar pessoas que tão na mesma situação...

Uma questão importante apontada pela entrevistada Lilia diz respeito ao fato de que, embora ela sinta que se consegue estabelecer relações com outras pessoas a partir dos vídeos produzidos por mulheres negras, uma vez que eles tocam em questões comuns às pessoas que assistem a eles, esse encontro é permeado por um sentimento de tristeza, pois estes vídeos falam sobre e apontam vulnerabilidades presentes em suas vidas. Ela afirma que:

É muito a sensação de se estar menos sozinha, depois que eu vi o vídeo e conversei com ela que também viu, porque tem coisas que acontecem assim, assim comigo, assim com ela [amiga], assim com a Gabi [youtuber]. Então tem essa situação de rejeição, essa situação de solidão... eu me encontro rejeitada por causa desse sistema racista, a minha amiga também se encontra rejeitada por causa desse sistema racista... se eu tô tentando lidar com isso sozinha é mais difícil, é melhor se eu contar com as outras pessoas...e essa coisa de rede social, ajuda a ver que tem mais gente se encontrando nesse mesmo momento... Ai é mais fácil esse crescimento como mulher negra.

A afirmação de Lília nos remete à reflexão sobre a tristeza como a perda de algo para o eu, conforme apontado por Williges (2018). No entanto, a organização coletiva das mulheres a partir desse sentimento de tristeza seria justamente a busca pela transformação do sentimento

em algo que pudesse restituir o eu daquilo que foi perdido, utilizando a tristeza como força motriz de criação de um novo acontecimento.

Uma questão importante para as participantes da pesquisa que dizem sentir a formação de comunidade disparada pelos vídeos produzidos pelas influenciadoras negras é o fato de que o vínculo de comunidade não se daria entre a *youtuber* e a pessoa que assiste, mas sim entre pessoas que assistem aos vídeos e a partir deles conseguem conversar sobre os assuntos ali abordados. Há uma ação catalisadora dos vídeos que ao abordar diversas apresentações do mal-estar vividas pelas mulheres negras, favorece que tais assuntos não sejam mais tomados como um tabu e possam ser conversados entre as pessoas que consumiram o conteúdo. Esse ponto dialoga com a questão apontada por bell hooks, em que ela afirma que quando uma mulher negra consegue erguer sua voz ela passa a ser um elo de conexão com outras mulheres negras, e para a autora há uma formação de vínculo afetivo quando mulheres negras abandonam o silenciamento e conseguem trocar experiências umas com as outras.

A participante da pesquisa Luiza disse que experimentou “*um sentimento de coesão*” entre ela e outras mulheres negras que conheceu a partir da internet:

Eu consegui chegar tipo no ponto em comum, sabe, entre eu e quem está também ouvindo e eu sinto isso quando eu vejo vídeos de pessoas na internet, assim, porque eu sempre vi os comentários e aí tem várias outras pessoas que também passaram por isso, eu acho que não só em questão tipo racial, mas também, é, sendo mulheres, isso é... a gente falava sobre as coisas, sobre as coisas que agente via e aí percebia que tinha várias vivências parecidas e eu consigo ver muito um coletivo, um coletivo de mulheres pretas....

Outra participante de nossa pesquisa, Beth, relatou que conheceu a partir dos vídeos das influenciadoras negras todas as pessoas que compõem atualmente seu círculo social. Ela diz:

Eu fui ficando atenta, mais atenta ao racismo, né,...porque eu fui entrando nesse conteúdo e fui entendendo que muito do meu sofrimento psíquico, ele se dá pelo racismo...então, assim, é o que eu tinha que fazer né...juntar com pessoas pretas, estar junto de pessoas negras, muito nesse perfil...e eu não decidi isso sozinha...eu entendi isso porque esses conteúdos me mostraram que meu sofrimento psíquico se dava pelo racismo.

Beth discorre que a percepção sobre os efeitos do racismo em seu cotidiano não foi um evento simples, ainda que ela sempre tenha sido atravessada por questões raciais, uma vez que em sua família os mais velhos compõem e/ou compuseram algum militância negra, ou seja, apesar de ter sempre estado em contato com discussões sobre a problemática racial brasileira, ela não conseguia se sentir acolhida nas questões que diziam respeito ao seus sentimentos e ao

próprio mal-estar, Sobre a importância de estar em grupos de pessoas negras que debatem sobre os diversos efeitos do racismo, ela diz:

Foi tudo muito difícil para mim, o que realmente me segurou, foi esse coletivo [coletivo de estudantes negros] né...o coletivo de pessoas negras, que eu fui conhecendo nesses espaços...que os vídeos foram abrindo pra mim... eu sempre tive com que conversar, até ajuda psiquiátrica... mas com esse coletivo eu conseguia falar de dor, porque o vídeo já falava da dor, né....

Observamos que não houve uma resposta consensual sobre a sensação de formação de coletivos a partir do encontro com as narrativas de mulheres negras nas redes sociais. Joice, Beatriz, Nilza e Tereza parecem não experienciar a formação de coletividades a partir da internet e, inclusive, não enxergam a possibilidade de formação de coletivos a partir dos vídeos postados por mulheres negras no *YouTube*. Em suas narrativas, observam a própria lógica da rede social em que uma pessoa passa a ter “ares de celebridade” (Tereza) e que isso por si só dificultaria o nascimento de um coletivo a partir daí.

Foram várias as maneiras que as mulheres utilizam para denominar essa sensação que compreendemos como produção de aquilombamento, desde: sentimento de coesão, vínculo de comunidade, ter com quem contar, coletividade, parceria para enfrentar o cotidiano. Nesse sentido, caminhamos em conjunto com bell hooks (2021) na compreensão de que comunidade é aquilo que alimenta e expande o sentido da vida, de maneira que para a autora a comunidade ocorreria em qualquer espaço em que as pessoas tivessem a possibilidade de dialogar, e é isso que algumas entrevistadas apontam: o surgimento de uma conversa, nascida com o reconhecimento de que suas fragilidades e dores são também as fragilidades e dores do outro, uma conversa a partir da compreensão de que algo do mal-estar que experimentam é social e produzido como um dos efeitos do racismo.

O que é relatado pelas entrevistadas não é a existência de um aquilombamento digital, pois retomando essa noção defendida por Santana e Sobrinho (2020), para se caracterizar como aquilombamento digital seria necessário que dentro da própria plataforma *YouTube* as mulheres conseguissem se conectar umas com as outras, afirmando relações íntimas a partir desse espaço. De fato, nenhuma das participantes desta pesquisa relatou a experiência de formação de comunidade dentro da plataforma *YouTube* ou com alguém que tenha conhecido ali naquela rede social.

Contudo, algumas das entrevistadas, Joana, Luíza, Valentina, Beth e Clementina, relataram que a partir dos vídeos no *YouTube* puderam reforçar relações que já possuíam anteriormente. Afirmaram que uma vez que racializaram a experiência do sofrimento psíquico

por elas vivido foi possível trazer o assunto para conversas com outras amigas, a partir do que elas experienciam em comum que é ser negra. Racializar a experiência do sofrimento psíquico, então, é o elo capaz de tirar do silenciamento essa ocorrência. Como vimos, os vídeos no *YouTube* puderam favorecer a aproximação de algumas mulheres com as pessoas do mundo offline, funcionando como mais um discurso sobre o racismo e o sofrimento psíquico relacionado, como uma ilustração daquilo que em comum elas experienciaram.

Entendemos que os vídeos postados nas redes sociais não disparam um processo de aquilombamento em si, mas podem ser utilizados como ferramentas para que as redes afetivas que as mulheres já possuem sejam contagiadas pelo processo de racialização, e daí a potência da capilarização se faz presente porque muitas mulheres negras têm acesso aos vídeos de maneira que o assunto abordado pelas *youtubers* torna-se uma pauta recorrente em diferentes grupos. Nas palavras de Valentina: *"Porque assim, todo mundo vê a Gabi de Pretas, então a saúde mental da mulher negra é um assunto que a gente vai conversar, a adoção é um assunto que a gente vai conversar, é influencer, né?"*

Nesse sentido, as entrevistadas entram em contato com os vídeos produzidos pelas influenciadoras e a partir deles conseguem se conectar com outras mulheres, que também entraram em contato com o material produzido pelas *youtubers* e é nesse encontro onde ocorrem as alianças afetivas que acabam por favorecer e facilitar os processos de coletivização experimentados por elas.

"Elas [as influenciadoras] ajudam a mostrar o que acontece com a gente, e junto é que tem força". Essa frase foi dita por Beth durante a realização da entrevista. Durante a entrevista Beth também discorre sobre a importância de ter reconhecido que era possível colocar questões sobre aquilo que até então parecia pronto e já decidido. Beth trouxe como exemplo o fato de que algumas áreas do conhecimento, como a ciência, tinham sua história oficial contada como se as mulheres negras nunca tivessem tido nenhuma participação naquele processo, no entanto, quando ela se autorizou a pesquisar sobre a temática, descobriu que as pioneiras da ciência no Brasil foram mulheres negras. Em suas palavras:

Aí eu fui pra um evento chamado Olimpíada Internacional de Ciências e a primeira coisa que eu percebi é que não tinham mulheres no evento, não tinham mulheres nas mesas...uma coisa que me chamou muito a atenção que não tinha muita gente negra... e aí, assim, teve uma roda de conversas sobre a sub representação das mulheres a ciência (...) mas, aí nessa conversa eu fiz uma pergunta: "mas, cadê a mulher negra nessa história?" e aí eu posso te dizer que foi um silêncio fúnebre e aí a mediadora do evento chegou pra mim, depois do fim do evento e falou: "olha, não tem o dado

de nenhuma mulher negra ter participado dessa história” mas, cara, eu sou sou negra...e eu sabia, eu sei que elas existiram...

O encontro com outros negros e negras possibilitou para Beth um processo de aquilombamento e ressignificou o trajeto de sua história individual, tanto que hoje ela trabalha com a investigação sobre a participação de mulheres negras na ciência brasileira.

Então, já fazendo minha pesquisa, eu comecei a conhecer pessoas negras da ciência, fui conhecendo pessoas negras da ciência do Brasil inteiro, e fui sentindo coragem de estar ali, sabe? fui conhecendo pessoas negras pesquisadoras, cientistas, estudantes, então assim eu falei “cara, é isso que eu vou estudar” e aí eu comecei a ver que ao mesmo tempo que tinham as mulheres brancas tinham as mulheres negras, só que simplesmente elas não tavam nos livros...

Ao discorrer sobre as sensações que tinha após acompanhar as narrativas das *youtubers*, Lilia diz: “*É muito essa sensação de estar menos sozinha*”. Trata-se de uma frase que contém o sentido do aquilombamento por nós investigado. Foi possível observar que para algumas participantes da pesquisa foi muito enriquecedora a possibilidade de acompanhar relatos de vivências de mal-estar semelhantes às suas e, mais do que isso, também foi importante poder conversar sobre o assunto com pessoas do mundo *offline*, e essa possibilidade surge com os vídeos.

Observamos, então, que o processo aqui descrito pelas entrevistadas se constitui como criação de pontes, elos em que algumas mulheres, em vez de ficarem ilhadas em seu próprio sofrimento, conseguem estabelecer relações que são capazes de atuar na direção do reflorestamento e da ressignificação de suas atividades cotidianas. Mas, ressaltamos que para as entrevistadas a palavra aquilombamento não surgiu em nenhum momento, nem a menção a esse conceito como uma ideia de refúgio ou alguma busca a ser empreendida.

3.6.2. “Eu sentia que eu precisava escrever” - sobre automeação, escrita e produção de cuidado

As mulheres que compõem o universo desta pesquisa jogaram luz sobre duas questões de extrema importância: o silenciamento sobre questões relativas ao racismo e a possibilidade de compreensão de si a partir da escuta de outrem. *Fala e identificação*, portanto, foram pontos fundamentais desta tese, uma vez que estivemos preocupadas com as experiências de racismo de mulheres negras, seus efeitos subjetivos e suas formas de resistência, pensando sobretudo no

contexto das produções no meio virtual. Se a fala é fundamental para que as mulheres negras possam elaborar suas dores, ela também é de extrema importância na criação de identificações e visibilização de narrativas que constroem lugares no mundo. E, neste sentido, pode-se falar em construção de identidades coletivas que promovem pertencimento.

A poesia de Audre Lorde ilustra bem a tomada de posição das feministas negras em direção a tomar a palavra a optarem por se expressar e narrar suas experiências para outras mulheres, com o intuito de que o contágio pudesse ter algum efeito de fortalecer e dignificar a sobrevivência:

(...) que nossas palavras não sejam ouvidas
nem bem vindas
mas quando estamos em silêncio
ainda assim temos medo
Então é melhor falar
lembrando-nos
de que nunca fomos destinados a sobreviver
(Litania da Sobrevivência, Audre Lorde)

Dessa maneira, a intersecção entre o debate racial e de gênero inspirou feministas negras a elaborarem teorias em que outras mulheres negras se sentissem estimuladas a quebrarem os silêncios a que foram historicamente submetidas e ousassem contar suas próprias histórias (HOOKS, 2019).

Em seu livro “Erguer a voz”, hooks (2019) conta que para uma família negra tradicional do Estados Unidos o culto à privacidade era o equivalente aos bons modos e ao respeito a si e aos outros, de maneira que comentar sobre qualquer coisa que acontecesse no ambiente familiar era compreendido como uma falha grave e uma traição aos membros da família, independentemente do que estivesse acontecendo na intimidade familiar. Assim, a autora afirma que narrar sua vida em primeira pessoa e apropriar-se de sua história foi seu primeiro gesto de rebeldia em relação à cultura patriarcal. Era preciso muita coragem para compartilhar seu ponto de vista sendo uma mulher negra.

Para a autora, a experiência de encontrar sua própria voz interior e poder manifestá-la, poder exercer o direito à fala e ao pensamento e ser reconhecida por isso pode ser, em si, curativo dos efeitos do racismo. Ela afirma que encorajar grupos oprimidos a romper silêncios é um dos objetivos do movimento feminista que se deseja emancipador. “Encontrar nossa voz e usá-la, especialmente em atos de rebelião crítica e de resistência, afastando o medo, continua a ser uma das formas mais poderosas de mudar vidas.” (HOOKS, 2019).

É fundamental salientar aqui que hooks observa que o gesto de compartilhar as experiências em primeira pessoa, em dizer no som de sua própria voz aquilo que socialmente

era preferível que fosse silenciado, é transformador tanto para o eu do sujeito quanto para a sociedade que recebe tal ato.

Uma outra autora que chama atenção para a imagem que se constrói sobre si é Kilomba (2019), que discorre sobre a potência existente no ato de escrever, pois aquele que escreve se torna autor e narrador de sua própria história, não permitindo que seja descrito por outrem. A autora aponta a potência que o ato de narrar sua própria história permite ao sujeito negro que seja elevado a categoria de narrador de si mesmo e, portanto, lute contra o que o projeto colonial determina. Se é possível afirmar proximidades entre o sujeito literário e o sujeito das narrativas digitais, afirmamos, corroborando Recuero (2009). Que há, também, um fortalecimento e uma maior apropriação de si mesmo quando se narra sua própria experiência em vídeos a serem compartilhados nas redes sociais.

Beneti e Oliveira (2016) afirmam que a escrita terapêutica consiste em traduzir experiências em linguagem escrita, e é uma técnica terapêutica utilizada muitas vezes com o intuito de tornar mais visível e passível de serem compreendidas as angústias dos sujeitos que buscam por acompanhamento psicológico. Os autores afirmam ainda que a palavra escrita teria um valor de promover a comunicação intrapessoal com a adoção de um recurso criativo, que teria a possibilidade de expandir o cotidiano do sujeito que a utiliza.

A ideia de que a escrita expressiva pode operar como mecanismo de cuidado, uma vez que traduz a importância de que as vivências sejam compreendidas e compartilhadas nos remete ao conceito de escrevivência criado por Evaristo. Segundo Machado e Soares (2017), a escrevivência diz respeito ao ato de contar histórias absolutamente particulares, mas que contém a potência de trazer experiências coletivizadas.

O recurso da escrita utilizado por nossas entrevistadas também poderia ser tomado como escrevivência, no sentido de sentido de corporeidade aquilo que lhes aconteceu, de trazer para o papel aquilo que lhes causava alguma angústia. Através da leitura de Conceição Evaristo observamos que o processo de escrevivência é também um exercício de reformulação dos acontecimentos. “O que veremos é que resistir por meio da literatura é também reexistir, e para um povo cuja voz foi e é constantemente sufocada, a escrevivência se torna um recurso de emancipação.” (MELO; GODOY, 2017, p. 1289)

Assim, observamos que a potência da escrita como uma ferramenta para elaboração dos processos psíquicos também foi percebida por algumas de nossas entrevistadas. Observamos aqui o que é apontado pela entrevistada Luiza, sobre o uso da escrita como uma ferramenta que propiciou a promoção de cuidado:

Eu acho que uma das principais formas que eu encontrei de fazer isso era tipo escrevendo diários, eu tenho muitos diários dessa...dessa época sabe... e eu escrevia tudo e aí ficava ali, eu sentava e ficava ali com meus sentimento, pensando e escrevendo...escrevendo às vezes uma história de ficção curtinha que eu sentia que eu precisava escrever, eu acho que isso foi a principal coisa que eu busquei....

Outras entrevistadas apontaram o uso das artes como uma ferramenta possível para lidar com o mal-estar:

Tem umas horas que eu percebo que a terapia não tem me ajudado muito, e aí a ferramenta é a escrita, né? eu tenho tentado escrever bastante, sobre o que eu sinto, pra ver como que eu tô, pro pensamento se organizar, e...os maus pensamentos eles não me dominarem tanto, então, ando procurando bastante é...fazer isso, e acho que como crescimento pessoal mesmo..eu tenho me forçado a ler mais do que eu lia, eu tenho me interessado por todo debate sobre saúde psíquica da população negra... eu então eu tenho procurado ler bastante, escrever bastante...assim, para o meu crescimento pessoal e para o meu cuidado psicológico também.(Lilia)

Tem uma coisa que eu faço que é escrever, escrevo sobre o que eu tô sentindo e acho que isso ajuda... a ter uma clareza, talvez? Porque de certa forma, você pensa e escreve e aquilo vai saindo sabe... não digo que é fundamental, não sei o que acontece no cérebro, cientificamente falando sabe? mas, dá certo! (Joana)

Nesse movimento criativo e produtivo era possível para essas entrevistadas criar outras saídas para seu mal-estar. Em consonância com o que é apontado por Oliveira (2019), observamos que durante o ato da escrita de si as entrevistadas entravam em um processo de reflexão consigo, ao dar uma dimensão de concretude aos acontecimentos do dia a dia, concretude essa que vinha do fato de materializar em palavras, transformar em linguagem, de maneira que acabava por produzir efeitos de cuidado.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

*Imagens que pintam de lá
Meus parentes agudá
Minha laia, minha gente
Irmandades, confraria, malungá
(Luedji Luna, 2017)*

Essa pesquisa se ancora na discussão sobre o racismo à brasileira e o sofrimento psíquico a ele associado. A tese foi elaborada a partir da análise das entrevistas de algumas mulheres negras que consomem o conteúdo produzido por *youtubers* negras. Caminhamos em conjunto com o feminismo negro, observando os efeitos subjetivos do racismo. As ferramentas de resistência da população negra brasileira às violências advindas do racismo nos interessam, e por isso nos perguntamos acerca da possibilidade de existência de processos de aquilombamento disparados pelo meio virtual.

A relação das entrevistadas com as narrativas de mulheres negras publicizadas nas redes sociais é ambígua, uma vez que relatam tanto uma sensação de revolta e tristeza ao assistir aos vídeos, como de alívio, devido à compreensão de que não se trata de um problema individual. Compreendemos que devido à sensação de não estar sozinha com determinada questão subjetiva, há um processo de facilitação para a abertura desse diálogo com outras amigas e/ou mulheres negras.

A escrita desse trabalho se deu em um terreno de muita aridez. Foram quatro anos em que o Brasil vivia um cenário político amedrontador – sonhar era desafio diário. A presidência era exercida por um homem branco racista, misógino e fascista. A pandemia de Covid-19 escancarou as desigualdades raciais, houve um cenário de muitas mortes, aumento da fome, desemprego. Corpos negros eram, a olhos vistos, as vítimas primeiras do cenário caótico em que o país estava mergulhado. Entro no doutorado em março de 2019, cumpro as disciplinas obrigatórias nesse primeiro ano e estabeleço uma rotina de prazos e cumprimentos de tarefas para poder ir para o campo de pesquisa no ano seguinte. No entanto, em fevereiro de 2020 a pandemia muda radicalmente a estrutura da vida a que estávamos habituados e nos obriga a fazer uma pausa forçada, a recomeçar, a ressignificar o cotidiano e a reorganizar os planos. Em meio a isso, havia uma tese que eu estava construindo e, meus compromissos com a tese ficavam cada vez mais distantes do desafio diário que consistia em me manter viva.

Aliás, para corpos negros, manterem-se vivos foi um desafio ao longo da pandemia. Observando os dados sobre o que vivemos, é possível notar os efeitos nefastos do racismo

estrutural, as mortes por Covid entre a população foram 40% maiores do que entre os brancos (VIÑAS, DURAN e CARVALHO, 2020).

No primeiro momento da pandemia eu morava em uma cidade do interior do estado do Rio de Janeiro, mas devido à pandemia e às consequências no Sistema Único de Saúde – onde eu atuava –, a prefeitura da cidade exigiu um cumprimento de carga horária bem maior do que o que eu realizava até então e, portanto, experienciei um certa estafa física e mental, o que acabou me levando à decisão de pedir exoneração daquela prefeitura, mas conseguindo manter assim o compromisso de realizar o Doutorado. Nesse momento, voltei para minha cidade natal e comecei a enfrentar – como boa parte dos brasileiros – a realidade da falta de trabalho em meio à pandemia. Com sorte, consegui a bolsa de auxílio-permanência no Programa de Pós-Graduação que me garantiu realizar os últimos dezenove meses da pesquisa.

Com o avanço da pandemia e o endurecimento das regras de restrição de circulação, a internet passou a ocupar um lugar de destaque na sociabilidade, juntamente com suas redes sociais: eram essas plataformas que garantiam a comunicação durante o isolamento na pandemia. A internet e as redes sociais, que já eram palco de pesquisas, indagações e questionamentos, tornaram-se ainda mais centrais durante a pandemia. Dessa maneira, as medidas sanitárias tomadas durante o avanço do Covid-19 também tiveram relação direta com a reorganização do tema da pesquisa e o novo desenho metodológico escolhido para a construção da tese.

Aproveito, aqui, para retomar um processo particular, do momento em que eu mesma utilizei das narrativas compartilhadas por mulheres negras no *YouTube* para compreender e obter mais informações acerca do racismo à brasileira. Sempre me soube mulata, morena cor de jambo ou qualquer coisa que assimilasse minha cor a “uma mulher que vai dar trabalho” no sentido sexual e abusivo do termo. Alguns familiares costumavam “me corrigir” quando eu me afirmava enquanto negra, durante minha infância, e diziam: “Não fala que você é negra, você é mulata...é diferente”, “Nossa, não precisa falar assim de você mesma. Negra é muito forte.”

O processo de afirmar-me enquanto mulher negra não foi linear. Não foi, de maneira alguma, facilitado quando entrei na Universidade – por se tratar de um espaço em que as relações raciais e os debates acerca do tema eram invisibilizados. Mas, à medida em que fui ocupando alguns espaços em que essa discussão se fazia presente, em que conheci mulheres negras que levantam a bandeira da raça enquanto fator importante para compreensão de nossa sociedade, esse processo – de me afirmar enquanto negra – se solidificou.

Nesse entretanto conheci algumas das *youtubers* negras que foram apresentadas, também, pelas entrevistadas dessa pesquisa e, confesso, que acompanhei alguns de seus vídeos

e, tive contato com algumas discussões mais profundas sobre raça, racismo, colorismo e seus impactos nas vidas dos sujeitos negros – pela primeira vez – nessa rede. E que, depois disso, fui buscar me informar com outras fontes, me escolarizar nessa temática e passar por um profundo letramento racial. Era o ano de 2015, estava iniciando minha residência em Saúde Mental, e empreendi uma busca pessoal para que pudesse trazer para minha pesquisa acadêmica e minha prática profissional a discussão de afirmação racial que eu estava vivendo em outras esferas da minha vida.

Foi durante o processo da Residência Multiprofissional em Saúde Mental que pude atender muitas mulheres negras e, pela primeira vez, pensar sobre as diferenças contidas nas narrativas de mulheres negras, moradoras de comunidades vulneráveis do Rio de Janeiro. Raça se tornou um atravessamento importante em minha percepção de mundo, ali, naquele momento.

Quando entrei no Doutorado aventurei-me a analisar uma questão importante para nossa sociedade, no que diz respeito aos efeitos da cultura em nossa subjetividade e aventurei-me, também, em afirmar a pauta do sofrimento psíquico como algo que a Saúde Coletiva deve se ocupar. O ambiente acadêmico, como toda a sociedade, é atravessado por tensionamentos. É preciso construir modos de viver, de sentir e de agir que possam (re)significar essa produção de conhecimento: trazendo sentidos da expansão de nossa própria vida, para que a construção de uma tese seja não só árida, não seja só solitária, mas seja também um lugar de reflexão e cuidado.

Voltando ao cenário da pandemia, ao ano de 2020, e a um certo pano de fundo de desesperança que eu habitava naquele momento, como trazer sentido para a experiência de elaborar uma tese em meio ao sofrimento que eu experimentava naquela época? Optei, então, por trazer como pergunta de tese algo que me tocava pessoalmente. Eu, mulher negra de pele clara, de uma geração que tem as redes sociais como ferramenta de uso diário. E que não tem, necessariamente, uma relação pacífica com essas ferramentas que compõem seu cotidiano. As narrativas compartilhadas publicamente sobre o sofrimento psíquico oriundo do racismo foram um material que eu, pessoalmente, assisti de maneira assídua durante um certo tempo de minha vida, me ocupei desses vídeos para ilustrar alguns dos questionamentos que eu me fazia na época, e acredito que o depoimento de algumas das *youtubers* tenha, de fato, atuado como disparador para algumas de minhas inquietações daquele momento. A partir desses vídeos, pude problematizar questões como o colorismo, sobre o qual, naqueles idos de 2015, eu não tinha com quem conversar.

A produção dessa tese é fruto de um processo de escrevivência. É uma opção por criar brechas na compreensão do racismo estrutural e do machismo acachapante. É optar pela

criatividade no cuidado ao meu próprio mal-estar. Acompanhar a narrativa de mulheres negras acerca dos efeitos de acompanhar relatos de dor de outras mulheres negras me propiciou a abertura de um espaço interno, de respiração e compreensão. O relato das entrevistadas nessa pesquisa joga luz para as múltiplas possibilidades existentes a partir do momento em que se racializa a vivência do sofrimento psíquico.

As redes sociais são instrumentos que carregam em si a potência de dar a voz a sujeitos que não tinham espaços midiáticos, e, segundo alguns pensadores, como Chomsky (2023) carregam também a possibilidade acirrar o individualismo e a competitividade do sistema capitalista, aumentando as dificuldades de convívio coletivo. Não há verdade pronta sobre essa questão tão contemporânea, mas é urgente olhá-la de frente, compreendê-la dentro do cenário do racismo à brasileira, observando as nuances que racismo e sexismo impõem a essa temática.

Racializar a minha própria experiência de vida não foi um processo simples. Nada relativo a raça é simples em um país em que essa questão é, comumente, silenciada. Encarar o meu próprio sofrimento, revisitar minhas questões adolescentes e compreender que meu desejo por alisar meu cabelo, por fazer rinoplastia e por afinar os lábios eram produção ao mesmo tempo sociais e singulares. Como diz Dunker (2015): “O ponto chave aqui é o fato de o sofrimento ser uma experiência compartilhada e coletiva. Os atos de reconhecimento ou de desconhecimento transformam a experiência real do sofrimento” (p. 37).

Dessa maneira, percorri, ao meu modo, um trajeto em que as narrativas compartilhadas por mulheres negras no *YouTube* puderam me auxiliar a politizar meu sofrimento e a nomear as experiências que vivi como racismo. A partir daí, optei por estudar essa temática e pude me afastar da concepção de sujeito branco universal e eurocêntrica que havia me sido ensinada durante a graduação. Consegui racializar a minha escuta clínica, de maneira que hoje, boa parte dos pacientes que acompanho enquanto psicóloga são sujeitos negros e que podem falar sobre o racismo na clínica sem serem revitimizados durante o atendimento.

São inúmeros os caminhos que podem surgir a partir do momento em que se compreende que há sofrimento psíquico oriundo do racismo, que ser uma pessoa negra em um país racista impõe desafios diferentes daqueles experienciados pelas pessoas brancas. Desde o momento em que racializei o meu próprio fazer enquanto psicóloga, pude reconhecer as falhas em minha formação e buscar estudar e conhecer autores negros, optei por compor um coletivo que oferecia assistência em Saúde Mental a Mulheres Negras, escolhi trazer o tema para meu Projeto de Doutorado.

Atravessar os desafios relacionados à feitura desta pesquisa, nas durezas de um país inflamado, só foi possível porque contei com o aquilombamento. Consegui acionar essa política

ancestral de sobrevivência, para que aqueles que me circundam pudessem se apresentar como aliados na resistência e na proliferação de sentidos de vida, para que ao estar junto eu pudesse revisitar a alegria como força, recolocando as questões e optando por seguir vivendo.

Parafraseando Conceição Evaristo: “*A gente combinamos de não morrer*”, e reafirmo esse combinado quando escolho produzir conhecimento no âmbito da Saúde Coletiva, mirando no efeito de nossa prática enquanto profissionais Psi e apostando que retirar o racismo da invisibilidade e expor a relação do sofrimento psíquico com o racismo pode favorecer o acolhimento de negros e negras pelo Sistema de Saúde e também nos consultórios particulares. A produção do conhecimento afirmado nesta tese tenta visibilizar as ferramentas já construídas e utilizadas por mulheres negras em relação ao cuidado consigo mesmas, na direção do empoderamento de nosso povo e da noção de responsabilidade com a vida coletiva.

Por muito tempo as práticas de cuidado exercidas por mulheres negras foram negadas, silenciadas e depois de algum tempo reabsorvidas, desde que passando pelo branqueamento das técnicas (KELLY; LEWIS; LYRA, 2021). Trazer as narrativas de mulheres negras para dentro do espaço acadêmico é uma opção por afirmar a vastidão do conhecimento carregado por elas, e afirmar a agência de mundo produzida por mulheres pretas.

Ao se depararem com o próprio sofrimento psíquico, as participantes da pesquisa traçaram caminhos singulares para (re)encaminhar suas vidas, levando em conta a dupla tarefa de cuidar de si mesmas e compreender a dinâmica social que o racismo impõe ao cotidiano brasileiro.

Embora os afetos tristes se apresentem como ponto de inflexão, não foram eles que se tornaram centrais nessa tese. A tristeza, a revolta e o alívio dão espaço a construção de outros possíveis, para o enfrentamento às vicissitudes cotidianas. A discussão sobre a potência e as possibilidades que surgem com as redes sociais não se esgotam neste estudo, e devem ser observadas em trabalhos futuros. O que busco é (re) inaugurar o movimento que me manteve persistindo nesses quatro anos, a busca pelo aquilombamento enquanto prática cotidiana, observando quais são os gestos que potencializam essa experiência e quais aqueles que o enfraquecem. O enfrentamento ao sofrimento psíquico oriundo do racismo passa por uma formação de profissionais que não ignore o tema e por uma disputa de narrativas culturais, de maneira que sejam destruídos os alicerces racistas da cultura hegemônica.

Assim, encerro esse movimento de escrivência sem esgotar a questão, mas apontando para a força dos encontros coletivos, para a potência contida nas experiências de cada mulher, para o saber de cada uma delas sobre si e sobre a sociedade, para a fortaleza contida nas narrativas e para a necessidade de promoção, cada vez mais, de espaços onde mulheres negras

possam se sentir acolhidas. O quilombamento é uma direção ética para a produção coletiva de sentidos de vida.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Silvio. **Racismo estrutural**. São Paulo: Pólen; 2019

AGAMBEN, Giorgio. A potência do pensamento. **Revista do Departamento de Psicologia da UFF**. v.18, n.1, p. 11-28, 2006.

AGIER, Michel. Ethnopolitique: Racisme, Statuts et Mouvements Noir. **Cahiers d'Études Africaines**, v.32, n.1, p.53-81, 1992.

AKOTIRENE, Carla. **Interseccionalidades**. São Paulo: Pólen, 2019.

ARFUCH, Leonor. **El espacio biográfico: dilemas de la subjetividad contemporánea**. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2002.

BAMBERG, Michael. “i know it may sound mean to say this, but we couldn't really care less about her anyway”: form and functions of "slut bashing" in male identity constructions in 15-year-olds. **Human Development**, v. 47, n. 6, p. 331-353, 2004.

BARBOSA, Karine; FERREIRA, Arthur. Virgínia Leone Bicudo: contribuições aos estudos sobre relações raciais. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 72, n. SPE, p. 66-79, 2020.

BARROS, Sônia. **Concretizando a transformação paradigmática em saúde mental: a práxis como horizonte para a formação de novos trabalhadores**. Tese (Livre-docência). Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

BENTO, Maria Aparecida. Branqueamento e Branquitude no Brasil. In: CARONE, Iray Carone, BENTO, Maria Aparecida (Org.). **Psicologia social do racismo: estudos sobre branquitude e branqueamento no Brasil**, Petrópolis Vozes, 2002, p. 25-58.

BECKER, Howard. **Métodos de pesquisa em ciências sociais**. São Paulo: Hucitec, 1999.

BERTAUX, Daniel. **La perspective biografica: validez metodológica y potencialidades**. Paris: Presses Universitaires de France, 1980.

BETTS, Jaime. Trauma e Testemunho: Considerações sobre o conceito de reparação psíquica diante da violência de Estado. **Por que uma clínica do testemunho?: Clínicas do Testemunho RS e SC**. Porto Alegre: Instituto APPOA, 2018.

BICUDO, Virgínia. Atitudes raciais de pretos e mulatos em São Paulo. In: MAIO, Marcos (Org.) **Atitudes raciais de pretos e mulatos em São Paulo**. São Paulo: Sociologia e Política, 2010, p. 61-164.

BRIOSCHI, Lucila; TRIGO, Maria Helena. Relatos de vida em ciências sociais: considerações metodológicas. **Ciência e Cultura**, v. 39, n. 7, p. 631-637, 1987.

BRITO, Eliana; SANTOS, Amilton; MATOS, Michelle. Pode um currículo aquilombar-se?. **Cadernos de Pesquisa**, v. 50, p. 429-443, 2020.

BUCCI, Eugênio. **A superindústria do imaginário**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.

BUBECK, Diemut Grace. Justice and the labor of care. In: KITTAY, Eva; FEDER, Ellen (Orgs.). **The Subject of care: feminist perspectives on dependency**. Oxford: Rowman & Littlefield Publishers, p. 160-185. 2002.

BURGESS, Jean; GREEN, Joshua. **Youtube e a Revolução Digital: como o maior fenômeno da cultura participativa transformou a mídia e a sociedade**. Editora Aleph. São Paulo, 2009.

BRAGA, Renê. A indústria das fake news e o discurso de ódio. In: PEREIRA, Rodolfo (Org.). **Direitos políticos, liberdade de expressão e discurso de ódio**. Belo Horizonte: Instituto para o Desenvolvimento Democrático, 2018, p. 22-40.

BOSI, Ecléa. **Memória e Sociedade: Lembranças de Velhos**. São Paulo: Edusp. 1987.

CAIAFA, Janice. **Nosso século XXI: notas sobre arte, técnica e poderes**. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2000.

CAMARGO, Aspásia. Os usos da história oral e da história de vida: trabalhando com elites políticas. **Revista de Ciências Sociais**, v. 27, n. 1, p. 5-28, 1984.

CARNEIRO, Sueli. Enegrecer o feminismo: a situação da mulher negra na América latina a partir de uma perspectiva de gênero. 2011.

CARNEIRO, Sueli. **Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil**. São Paulo: Selo Negro, 2015.

CARONE, Iray; BENTO, Maria Aparecida. **Psicologia social do racismo: estudos sobre branquitude e branqueamento no Brasil**. Petrópolis: Vozes. 2003.

CASTELLANOS, Marcelo Eduardo. A narrativa nas pesquisas qualitativas em saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n.4 p. 1065-1076, 2014.

CARTER, Brian. **Like Economy, The: How Businesses Make Money with Facebook**. Editora Q Publishion. 2013.

CHEN, C. P. Forming digital self and parasocial relationships on Youtube. **Journal of Consumer Culture**, v.16, n.1, p. 232-254, 2014.

CIPRIANI, Roberto; POZZI, Enrico; CORRADI, Consuelo. Histoires de vie familiale dans un contexte urbain. **Cahiers internationaux de sociologie**, v. 79, n.2 p. 253-262, 1985.

COLLINS, Patricia. Feminismo negro, interseccionalidade e política emancipatória. **Revista Parágrafo. São Paulo**, v. 5, n. 1, p. 6-17, 2019.

COSTA, Eliane. **Racismo, Política Pública e modos de subjetivação em um quilombo do Vale do Ribeira**. Tese (Doutorado em Psicologia Social) Instituto de Psicologia- Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

CAETANO, Ivone. **O feminismo brasileiro: uma análise a partir das três ondas do movimento feminista e a perspectiva da interseccionalidade**. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Gênero e Direito), Escola de Magistratura do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.

CRENSHAW, Kimberle. Demarginalizing the intersection of race and sex: a black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. 1989.

CHOMSKY, Noah. ChatGPT contra o pensamento crítico. Entrevista concedida ao site Outras palavras. 2023. Acesso em: 07/05/2023. Disponível em: <https://outraspalavras.net/tecnologiaemdisputa/chomsky-o-chatgpt-contra-o-pensamento-critico/>

CAPRARA, Andrea; LANDIM, Lucyla. Etnografia: uso, potencialidades e limites na pesquisa em saúde. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 12, p. 363-376, 2008.

CASTELLS, Manuel. **A Galáxia Internet: reflexões sobre a Internet, negócios e a sociedade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar. 2003.

CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede: a era da informação: economia, sociedade e cultura**. São Paulo: Paz e Terra. 1999.

COSTA, Ana Alice; SARDENBERG, Cecília Maria. Feminismos, feministas e movimentos sociais. In: BRANDÃO, Maria Luiza; BINGEMER, Maria Clara (Org). **Mulher e Relações de gênero**. São Paulo: Loyola, 1994, p.25-55.

COSTA, Cristiane. A nova geração política: Rede. In: HOLANDA, Heloisa (Org.) **Explosão Feminista**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018, p. 73-81.

COSTA, Suely. Onda, rizoma e sororidade como metáforas: representações de mulheres e dos feminismos. **Revista INTERThesis**, Florianópolis, v. 6, n.2, p. 1-19. 2009.

DAS, Veena. Ordinary ethics. In: FASSIN, Didier (Org.) **A Companion to moral anthropology**. West Sussex: John Wiley and sons, 2012, p.133-149.

DAVID, Emiliano; VICENTIN, Maria Cristina. Nem crioulo doído, nem nega maluca: por um aquilombamento da reforma psiquiátrica brasileira. **Revista Saúde em Debate**. n.44, v.3, p. 1-25, 2020.

DAVIS, Angela. **A liberdade é uma luta constante**. São Paulo: Boitempo, 2018.

DAVIS, Angela. **Mulheres, raça e classe**. São Paulo: Boitempo, 2016.

DYNIWICZ, Ana Maria. **Metodologia da pesquisa em saúde para iniciantes**. São Caetano do Sul: Difusão Editora, 2014.

DESLANDES, Suely; COUTINHO, Tiago. Pesquisa social em ambientes digitais em tempos de COVID-19: notas teórico-metodológicas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n.11, p. e00223120, 2020.

DUNKER, Christian. **Reinvenção da intimidade: políticas de sofrimento cotidiano**. São Paulo: UBU, 2017.

DUNKER, Christian. **Mal-estar, sofrimento e sintoma: uma psicopatologia do Brasil entre muros**. São Paulo: Boitempo, 2015.

DUARTE, Constância. Feminismo: uma história a ser contada. In: Heloisa Buarque de Holanda(Org.) **Pensamento Feminista Brasileiro: formação e contexto**. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo. 2019, p.12-31.

DUARTE, Constância. Feminismo e literatura no Brasil. **Estudos Avançados**, v. 17, n. 49, p. 81-90, .2003.

EVARISTO, Conceição. **Insubmissas lágrimas de mulheres**. São Paulo: Male, 2016.

EVARISTO, Conceição. *Becos da Memória*. Belo Horizonte: Mazza, 2006. 2. ed. Florianópolis: Editora Mulheres, 2013. 3. ed. Rio de Janeiro: Pallas, 2017.

EVARISTO, Conceição. **Olhos d'água**. Rio de Janeiro: Pallas, 3 ed. 2014.

ESPINOSA, Baruch. **Ética**. São Paulo: Abril Cultural, 1983.

ESSED, Philomena. **Everyday racism: reports from women of two cultures**. Alameda: Hunter House Publishers, 1990.

FANON, Frantz. **Pele negra, máscara branca**. Salvador: UFBA, 2008.

FILHO, Cláudio Luiz. **Comunicação e subjetividade na cibercultura: contribuição para a crítica da (des)subjetivação em redes sociais**. Dissertação (Mestrado em Comunicação e Semiótica) Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2014.

FREYRE, Gilberto. **Casa-grande e senzala**. São Paulo: Global, 2006.

FREITAS, Bárbara. **“Toda mãe de autista sabe do que eu estou falando”:** narrativas compartilhadas por mães de autistas em uma plataforma digital de vídeos Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva)- Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2020.

FONTANELLA, Bruno José; RICAS, Janete; TURATO, Egberto. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cadernos de saúde pública**, v. 24, p. 17-27, 2008.

FREUD, Sigmund. Além do princípio de prazer, 1920. In: FREUD, Sigmund. **Obras psicológicas completas**, v. 18. Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 11-75.

FERREIRA, Aparecida de Jesus. Narrativas autobiográficas de professoras/es de línguas na Universidade: letramento racial crítica e teoria racial crítica. In: FERREIRA, Aparecida (Org). **Narrativas autobiográficas de identidades sociais de raça, gênero, sexualidade e classe em estudos da linguagem**. Campinas, SP: Pontes Editores, 2015, p.15-32.

FERREIRA, Amauri Carlos.; GROSSI, Yonne. A narrativa na trama da subjetividade: perspectivas e desafios. **História Oral**, n.7, 2004, p. 41-59

FRANKLIN, Camila. Transtornos mentais nas redes sociais: da invisibilidade à superexposição. **Rev. Episteme Transversalis**, v.10, n.1, p.141-162, 2019.

FRANK, Arthur. The Standpoint of Storyteller. **Quality Health Research**, v.10, n.3, p. 354-365, 2000.

FOUCAULT, Michel. Nietzsche a genealogia e a história. In: FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal, 1996, p. 475.

FONTANELLA, Bruno José; RICAS, Janete; TURATO, Egberto. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cad. Saúde Pública**, v.24, n.1, p.17-27, 2008.

GAULEJAC, Vincent. Histórias de Vida e escolhas teóricas. **Les Cahiers du Laboratoire de Changement Social**, v. 1, p. 32-45, 1996.

GUIMARÃES, Antonio Sérgio. **Racismo e anti-racismo no Brasil**. São Paulo: Editora 34, 2005.

GUIMARÃES, César. O ordinário e o extraordinário das narrativas. In: GUIMARÃES, César; FRANÇA, Vera (Org.) **Na mídia, na rua: narrativas do cotidiano**. Belo Horizonte: Autêntica, 2006, p.7-17.

GOMES, Letícia, KIUCHI, Carolina; SILVA, Jennifer. Youtubers: a nova geração de influenciadores. **Revista Científica UMC**, v. 3, n. 1, p.1-14, 2018.

GOMES, Flávio. Quilombos In: PINSKY, Jaime; PINSKY, Carla (Org.) **História da Cidadania**. São Paulo: Contexto, 2005, p. 447- 467.

GONDAR, Jô. Um racismo desmentido. In: ARREGUY, Marília Etienne; COELHO, Marcelo; BARON, Sandra (Org.). **Racismo, capitalismo e subjetividade: leituras psicanalíticas e filosóficas** Niterói: Eduff, 2018, p. 47-58.

HASENBLAG, Carlos. Entre os mitos e os fatos: racismo e relações raciais no Brasil. In: MAIO, Marcos; SANTOS, Ricardo (Org.) **Raça, Ciência e Sociedade**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 1996, p. 234-240.

HERZLICH, Claudine. Saúde e doença no início do século XXI: entre a experiência privada e a esfera pública. **Physis: revista de saúde coletiva**, v. 14, p. 383-394, 2004.

HOLLANDA, Heloísa Buarque. **Explosão Feminista**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.

HOOKS, bell. **Pertencimento**. São Paulo: Elefante, 2021.

HOOKS, bell. **Erguer a voz**. São Paulo: Elefante, 2018.

HOOKS, bell. **Tudo sobre o amor**. São Paulo: Elefante, 2019.

LIMA, Dulcilei. **Conectadas: o feminismo negro nas redes sociais**. Tese (Doutorado) – Curso Ciências Humanas e Sociais, Universidade Federal do ABC, São Bernardo, 2020.

MOURA, Clóvis. **História do negro brasileiro**. São Paulo: Ática, 1992.

MOUTINHO, Karina; CONTI, Luciane. Análise Narrativa, Construção de Sentidos e Identidade. **Psicologia, Teoria e Pesquisa**. v.32, n.2, p. 1-10. 2016.

MOUTINHO, Karina. **A construção narrativa de sentidos de bioidentidade: Obesidade e cirurgias bariátricas**. Tese (Doutorado em Psicologia Cognitiva) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2010.

MENEGHEL, Stela; IGNEZ, Lupicínio. Contadores de Histórias: práticas discursivas e violências de gênero. **Cadernos de Saúde Pública**. v. 23, n. 8.p. 1031-1055, 2007.

MORGAN, Jennifer. "Some could suckle over their shoulder": male travelers, female bodies, and the gendering of racial ideology, 1500-1770. **The William and Mary Quarterly**, v. 54, n. 1, p. 167-192, 1997.

NASCIMENTO, Beatriz. **Quilombola e intelectual**. Editora Filhos da África. 2018

NASCIMENTO, Abdias. **O Quilombismo: documentos de uma militância pan-africanista**. São Paulo: Editora Perspectiva, 2019.

NASCIMENTO, Tatiana. **Lundo: poemas**. Brasília: Edição independente, 2017.

NOBLES, Wade. Sakhu Sheti: retomando e reapropriando um foco psicológico afrocentrado. In: NASCIMENTO, Elisa. (Org.) **Afrocentricidade: uma abordagem epistemológica inovadora**. São Paulo: Selo Negro, 2009. p. 277-298.

POPE, Catherine; MAYS, Nicholas. **Pesquisa qualitativa na atenção à saúde**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2009.

GONÇALVES FILHO, José. A dominação racista: o passado presente. In: ABUD, Cristiane; KON, Noemi; SILVA, Maria Lúcia. **O racismo e o negro no Brasil: questões para a psicanálise**. São Paulo: Perspectiva. 2017, p. 143-159.

GONÇALVES FILHO, José. Humilhação social-um problema político em psicologia. **Psicologia USP**, v. 9, p. 11-67, 1998.

GONZALEZ, Lélia. Por um feminismo afrolatinoamericano. **Revista Isis Internacional**, v. 9, p. 133-141, 1988.

GONZALEZ, Lélia. **Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos**. Rio Janeiro: Zahar, 2020.

GUIMARÃES, Antonio Sérgio. A questão racial na política brasileira (os últimos quinze anos). **Tempo social**, v. 13, p. 121-142, 2001.

GUIMARÃES, Antonio Sérgio. **Racismo e anti-racismo no Brasil**. São Paulo: Ed. 34, 2005.

GAUDENZI, Paula. Cenários brasileiros da Saúde Mental em tempos de Covid-19: uma reflexão.. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* , v. 25, p. 1, 2021.

GAUDENZI, Paula; Chagas, Andrea. Efeitos subjetivos do racismo e cuidado: vivências e memórias de mulheres negras, *Ciência & Saúde Coletiva*, no prelo.

GERMANO, Idilva Maria; SERPA, Francisca Adriana. Narrativas autobiográficas de jovens em conflito com a lei. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v.60, n.3, p.9-22, 2008.

GUEDES, Olegna; DAROS, Michelli Aparecida. O cuidado como atribuição feminina: contribuições para um debate ético. **Serviço Social em Revista**, v. 12, n. 1, p. 122-134, 2009.

INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA; FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA **Atlas da violência 2018**. Rio de Janeiro: IPEA; FBSP, 2018.

KAËS, René. **Os espaços psíquicos comuns e partilhados: transmissão e negatividade**. São Paulo: Casa do psicólogo. 2005.

KRISTEVA, Julia. **As novas doenças da alma**. Rio de Janeiro: Rocco, 2002.

KOLTAI, Caterina. **Política e psicanálise: o estrangeiro**. São Paulo: Escuta, 2000.

KON, Noemi. A guisa da apresentação: por uma psicanálise brasileira. In: ABUD, Cristiane; KON, Noemi; SILVA, Maria Lúcia. **O racismo e o negro no Brasil: questões para a psicanálise**. São Paulo: Perspectiva. 2017, p. 15 -33.

KERCKHOVE, Derrick. **A pele da cultura: investigando a nova realidade eletrônica**. São Paulo: Annablume, 2009.

SACRAMENTO, Igor . A era da testemunha: uma história do presente. **Revista Brasileira de História da Mídia** , v. 7, p. 125-140, 2018.

SACRAMENTO, Igor . **Dias Gomes e os trabalhos da memória: trajetória intelectual e ressignificação do engajamento numa entrevista televisiva**. *Eptic (UFS)* , v. 19, p. 90-114, 2017.

SÁNCHEZ, José. **Ética y representación**. Ciudad de México: Paso De Gato, 2016.

SANTOS, Inês Maria; SANTOS, Rosângela. **A etapa de análise no método da história de vida: uma experiência de pesquisadores da enfermagem.** *Revista Texto Contexto Enfermagem*, v.17, n.4, p.714-9, 2008.

SANTOS, Edméa. **Cibercultura e Pesquisa na Prática Docente.** Tese (Doutorado em Educação). Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2005.

SCHUCMAN, Lia. **Entre o branco o encardido e o branquíssimo: branquitude, hierarquia e poder na cidade de São Paulo.** São Paulo: Annablume, 2014.

SALES, Jôse. **Considerações psicanalíticas acerca do racismo no Brasil.** Tese (Doutorado em Psicologia). Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

SANTANA, Gabriel; SOBRINHO, Boni. **Aquilombamento digital: identidades negras e contemporaneidade.** Online: Clube de Autores, 2020.

SANTOS, Kelly Conceição. **Aquilombamento Digital: mulheres negras, comunicação e trabalho em uma rede de afetos.** Dissertação (Mestrado em Mídia, comunicação e cultura)-Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020.

SANTAELLA, Lucia. **Linguagens Líquidas na Era da Mobilidade.** São Paulo: Paulus, 2007.

SCHWARCZ, Lilia. **Nem preto nem branco, muito pelo contrário: Cor e raça na sociabilidade brasileira.** São Paulo: Claro Enigma, 2012.

SOUZA, Neusa. **Tornar-se negro: as visões da identidade do negro em ascensão social no Brasil.** São Paulo: Graal, 2021.

SCHUCMAN, Lia; GONÇALVES, Mônica. Racismo na família ea construção da negritude: embates e limites entre a degradação e a positivação na constituição do sujeito. *ODEERE*, v. 2, n. 4, p. 61-83, 2017.

SIBILIA, Paula. O universo doméstico na era da intimidade: Nas artes, nas mídias e na internet. *Revista Eco-Pós*, v. 18, n. 1, p. 133-147, 2015.

SPINDOLA, Thelma; SANTOS, Rosângela. Trabalhando com a história de vida: percalços de uma pesquisa (dora?). *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 37, p. 119-126, 2003.

SIBILIA, Paula. **O show do eu: a intimidade como espetáculo** Rio de Janeiro: Contraponto, 2016.

SIBILIA, Paula. La digitalización de la vida. *UNIPE: dossiê "Máquina"*, n. 5, p. 15-21, 2015.

SCOTT, Joan. **Gênero: uma categoria útil de análise histórica.** *Educação & Realidade*.v.20, n. 2, p.5-22, 1995.

TRONTO, Joan. Vicious circles of unequal care In: TRONTO, Joan et al. (Org.) **Socializing care: feminist ethics and public issues.**Lanham: Rowman & Littlefield, 2006.

OLIVEIRA, Roberta Gondim de et al. **Desigualdades raciais e a morte como horizonte: considerações sobre a COVID-19 e o racismo estrutural**. Cadernos de Saúde Pública, v. 36, n.9, p5-45, 2020.

OLIVEIRA, Heron. **Comunidades remanescentes dos quilombolas de Arvinha e Mormaça: processos educativos na manutenção e recuperação do território**. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade do Vale do Rio dos Sinos, São Leopoldo, 2014.

MUNANGA, Kabengele. **Uma abordagem conceitual das noções de raça, racismo, identidade e etnia. Programa de educação sobre o negro na sociedade brasileira**. Niterói: EDUFF, 2004.

MUNANGA, Kabengele. **Discutindo a mestiçagem no Brasil: identidade nacional versus identidade negra**. Belo Horizonte: Autêntica; 2019.

NOGUEIRA, Isildinha. **A cor do inconsciente: significações do corpo negro**. Editora Perspectiva. São Paulo. 2021.

NOGUEIRA, Isildinha. Cor e Inconsciente. In: ABUD, Cristiane; KON, Noemi; SILVA, Maria Lúcia. **O racismo e o negro no Brasil: questões para a psicanálise**. São Paulo: Perspectiva. 2017.

NOGUEIRA, Oracy. **Preconceito racial de marca e preconceito racial de origem**. Tempo Social, v. 19, n. 1, p. xxx, 2006.

NOGUEIRA, Maria Luísa et al. O método de história de vida: a exigência de um encontro em tempos de aceleração. **Pesquisa e Práticas Psicossociais** v.12, n.2, p. 466-485, 2017.

NICOLACI-DA-COSTA, Ana Maria. Internet: a negatividade do discurso da mídia versus a positividade da experiência pessoal. À qual dar crédito?. **Estudos de Psicologia**, v. 7, n.1, p. 25-35, 2002.

QUIJANO, Aníbal. **Colonialidade do poder e classificação social**. In: SANTOS, Boaventura; MENESES, Maria Paula (Org.) **Epistemologias do Sul**. São Paulo: Cortez; 2010, p. 84-130.

MBEMBE, Achille. **Necropolítica**. São Paulo: N-1; 2018.

WILLIAMS, David; COLLINS, Chiquita. Racial Residential Segregation: A Fundamental Cause of Racial Disparities in Health. **Public Health Reports**, v. 116, n. 5, p. 404-416, 200.

KILOMBA, Grada. **Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano**. Rio de Janeiro: Cobogó. 2019.

KLUGE, Hans. **Henri P. Statement to the press by Dr. Hans Henri P. Kluge**, WHO Regional Director for Europe. Geneva: World Health Organization, 2020.

MAGRANI, Eduardo. **A Internet das Coisas: privacidade e ética na era da hiperconectividade**. Rio de Janeiro: PUC-RJ. 2018.

MARTINS, Ana Luiza. Mortalidade materna de mulheres negras no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 11, p. 2473-2479, 2006.

MENEGUEL, Stela; IGUINEZ, LuPcinio. Contadores de histórias: práticas discursivas e violência de gênero. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n. 8, p. 1927-1936, 2007

KENNEDY, Julia. Don't you forget about me. **Journalism Studies**, v. 11, n. 2, p. 225-242, 2010

LAUB, Dori. Truth and testimony. **American Imago**, v. 48, n.1, p.xxxx, 1991.

LEDBETTER, Laura. The rhetorical work of YouTube's beauty community: Relationship and identity-building in user-created procedural discourse. **Technical Communication Quarterly**, v. 27, n. 4, p. 287-299, 2018.

LEFEBVRE. Henri. Espaço e Política. UFMG, 2008

LIMA, Kelly; LEWIS, Maciel e LIRA, Tereza. “O escuro das cores, na pele afrodescendente, herdeira das dores”*: dimensões do racismo no contexto de assistência ao parto. *P hysis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 31(1), e310119, 2021

LIMA, Fátima. PROTOCOLO DE DESCARTE DO LIXO, contracolonialidade e odia seguinte. in: *Pandemia Crítica*. N-1 Edições. 2021.

LEMOS, André. Cibercultura. Tecnologia e vida social na cultura contemporânea. Porto Alegre: Ed. Sulina, 2002.

LEITE, D. M. **O caráter nacional brasileiro: uma ideologia**. São Paulo. Editora Unesp. 2007.

LOPES, Pedro. **O lugar do 'outro' nos discurso e ação racistas** Disponível em: <<http://pubol.ipbeja.pt/Artigos/Artigo%20Racismo%20II%20Ler%20ESEB.pdf>>. 2005.

LORDE, Audre. **Sister Outsider: Essays and Speeches**. Berkeley: The Crossing Press, 2007.

LYOTARD, Jean François. A condição pós-moderna. Rio de Janeiro: Ed. José Olympio; 2002.

PASSOS, Rachel Gouveia. **Mulheres negras, sofrimento e cuidado colonial**. v. 18. n. 45. 2020.

PAZ, Tatiana. **Narrativas audiovisuais de mulheres negras no youtube e mobilização de processos formativos**. Educação & Linguagem, v. 22, n. 1, 2019. Disponível em: . Acesso em: 30 out. 2019

PWC Brasil. O Abismo digital no Brasil. 2020. disponível em:<https://www.pwc.com.br/pt/estudos/preocupacoes-ceos/mais-temas/2022/o-abismo-digital-no-brasil.html>

PIZA, Edith. Branco no Brasil? Ninguém sabe, ninguém viu. In: HUNTLEY, Lynn e GUIMARÃES, Antonio Sérgio Alfredo (orgs). *Tirando a máscara. Ensaio sobre o racismo no Brasil*. São Paulo: Paz e Terra, p. 97-125. 2000.

MUNANGA, Kabengele. As ambiguidades do racismo à brasileira. In In: ABUD, Cristiane; KON, Noemi; SILVA, Maria Lúcia. **O racismo e o negro no Brasil: questões para a psicanálise**. São Paulo: Perspectiva. 2017,p.33-44.

MUNANGA, Kabengele. **Origens africanas do Brasil contemporâneo: histórias, línguas, culturas e civilizações**. . São Paulo: Global. . Acesso em: 08 maio 2023. , 2009

LIMA, Fatima. Trauma, colonialidade e a sociogenia em Frantz Fanon: os estudos da subjetividade na encruzilhada. Arquivos Brasileiros de Psicologia; Rio de Janeiro, 72 (no.sp.): 80-93. 2020.

MIGNOLO, Walter. Histórias locais/projetos globais: colonialidade, saberes subalternos e pensamento liminar. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2012.

RIBEIRO, Djamila. O que é lugar de fala?. Belo Horizonte: Letramento, 2017. 112 p. (Feminismos Plurais)

PEIXOTO, Rodrigo. BEM VIVER, DIREITO À CIDADE E QUILOMBISMO: UMA PESQUISA PARA RECONHECER LUGARES E TERRITÓRIOS NEGROS EM BELÉM (PA). p. 155 -170. V. 2, N. 2. Revista Eletrônica Humanitas. Belém. 2022.

PEREIRA, D. B. S. O Uso do Instagram Patrocinado de Marcas como Veículo de Publicidade. UNICEUB, 2014.

VAN DICK, Teun A. Sociocognitive discourse studies. In: RICHARDSON, J.; FLOWERDEW, J. (Eds.). Handbook of discourse analysis. London: Routledge,. p. 1-26.2016.

RECUERO, Raquel. A conversação em rede: comunicação mediada pelo computador e redes sociais na Internet. Porto Alegre: Sulina, 2012. RECUERO, Raquel. Redes Sociais na Internet. Porto Alegre: Sulina, 2009.

RECUERO, Raquel. A Conversação em Rede: A Comunicação Mediada pelo Computador e as Redes Sociais na Internet. Porto Alegre: Sulina, 2012.

REIS, João José. Identidade e diversidade: éticas nas irmandades negras no temo da escravidão. Revista Tempo v .2. . 7-33. 1996.

REIS, J. J. O abolicionismo em perspectiva continental. Revista afro-asia. v. 31. . 369-373. 2004.

REIS FILHO, José Tiago. **Negritude e sofrimento psíquico: uma leitura psicanalítica**. São Paulo: PUC-SP, 2005.

MINAYO, Maria .Cecilia. de Souza. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde (13ª Ed). São Paulo, SP: Editora Hucitec. 2013.

MINAYO, M.C.S. Hermenêutica-Dialética como caminho do pensamento social. In M. S. S., Minayo MCS, & Deslandes, S. (Orgs.). Caminhos do Pensamento – Epistemologia e Método. Rio de Janeiro, RJ: Ed. Fiocruz. 2003.

MAUSS, Marcel. Sociologia e antropologia. São Paulo: Cosac & Naify. 2003.

VEIGA, Lucas. Descolonizando a psicologia: notas para uma Psicologia Preta. Fractal: Revista De Psicologia. Niterói. 2019.

VEIGA, Lucas. Clínica do impossível: linhas de fuga, linhas de cura. Rio de Janeiro. Editora Telha. 2021.

TAVARES, Jeane e KURATANI, SAYURI. Manejo Clínico das Repercussões do Racismo entre Mulheres que se “Tornaram-se Negras”. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 39, 869 – 880, fevereiro, 2019.

THIBES, M. Z. e MANCINI, P. F. A. (2013). A apresentação do eu na sociabilidade virtual: a economia libidinal da amizade. Ide (São Paulo) [online], vol.35, n.55.2013.

TORONTO, Joan. Assistência democrática e democracias assistenciais. Sociedade & Estado. Brasília. V. 22, n. 2. 285-308. 2007.

TIC Domicílios, 2021. Organização: Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. 2021.

KALKMAN, Suzana et al. Racismo institucional: um desafio para a equidade no SUS? Saude soc. 16 (2) • Ago 2007

PEREZ, Olivia; RICOLDI, Arlene. A quarta onda do feminismo? Reflexões sobre o feminismo contemporâneo. 42º Encontro Anual da ANPOCS GT8 - Democracia e desigualdades. Caxambu. 2018.

VELOSO, Maria do Socorro Furtado, ANDRADE, Alice Oliveira. Aquilombamento virtual midiático: Uma estratégia metodológica para o estudo das mídias negras. Revista Alceu. Rio de Janeiro. 2021.

VENTURI, C & VERZTMAN, J. Interseções da vergonha na cultura, na subjetividade e na clínica atual, in VERZTMAN, J., HERZOG, R., PINHEIRO, T. & PACHECO-FERREIRA, F. (Orgs.). Sofrimentos narcísicos. Rio de Janeiro: Cia de Freud, p.119-146.2012.

VAN DIJCK, Jose. The platform society. Berlin: Alexander von Humboldt Institut für Internet und Gesellschaft, 2016. 1 vídeo (83 min). Publicado pelo canal Alexander von Humboldt Institut für Internet und Gesellschaft. Disponível em: <https://bit.ly/2zvf7tk>. Acesso em: 7 dez. 2017

VIVEIROS, L.; LIMA, A. N. V.; DELL’ORTO, J. M. Direito à cidade e bem viver: diálogos e afetos latino-americanos. V!RUS, São Carlos, n. 22, Semestre 1, jul, 2021. Disponível em: <http://www.nomads.usp.br/virus/virus22/?sec=4&item=3&lang=pt>.

WERNECK, Jurema. De Ialodês e feministas: reflexões sobre a ação política das mulheres negras na América Latina e Caribe. 2008. Disponível em: Disponível em: <http://mulheresrebeldes.blogspot.com/2008/10/de-ialods-e-feministas.html> Acesso em: 29 maio 2015.

WILLIAMS, D.R.; COLLINS, C. Racial Residential Segregation: A Fundamental Cause of Racial Disparities in Health. *Public Health Reports*, 116(5): 404-416, 2001.

WIEVIORKA, Michel. O novo paradigma da violência. *Tempo Social; Rev. Sociol. USP*, S. Paulo, 9(1): 5-41, maio de 1997.

WILIGES, Flavio. Racismo e emoções. *Revista Dissertário*. - Volume Suplementar 6, Fevereiro – 2018

ANEXO 1 - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

INSTITUTO FERNANDES
FIGUEIRA - IFF/ FIOCRUZ - RJ/
MS



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: NARRATIVAS SOBRE RACISMO E SOFRIMENTO PSÍQUICO: PRODUÇÃO DE CONTEÚDO DE MULHERES NEGRAS EM REDES SOCIAIS

Pesquisador: PAULA GAUDENZI

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 53592321.7.0000.5269

Instituição Proponente: Instituto Fernandes Figueira - IFF/ FIOCRUZ - RJ/ MS

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.142.093

Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos "Apresentação do Projeto", "Objetivo da Pesquisa" e "Avaliação dos Riscos e Benefícios" foram retiradas do arquivo Informa23/11/2021).

O presente projeto de tese possui um desenho qualitativo, abordagem essa que é aqui compreendida como algo que preocupa com o nível subjetivo e relacional da realidade social e é tratado utilizando o conjunto do universo, significados, crenças, motivos, valores e práticas dos atores sociais (MINAYO, 2013). Esse método é amplamente utilizada em pesquisas de Saúde Coletiva, por se caracterizar como a busca de um conhecimento

aprofundado a partir da compreensão e do ponto de vista de quem presta a informação (DYNIEWICZ, 2014). Corroboramos com Minayo (2003) ao afirmar que a pesquisa qualitativa responde a diferentes questões de maneiras bastante singulares. É um método que se preocupa com aquele nível de realidade que não é passível de ser quantificado, isto é, trabalha-se com os universos de valores e crenças que correspondem ao sutil das relações e dos fenômenos, não podendo ser reduzido à operacionalização das variáveis.

O processo dessa pesquisa será composto por dois momentos: o primeiro de análise dos vídeos compartilhados no YouTube e o segundo com as entrevistas às produtoras e consumidoras desse conteúdo. Trata-se de duas estratégias para a compreensão da relação entre racismo e sofrimento psíquico no ambiente virtual.

A análise dos vídeos se faz importante por tratar-se da narrativa pessoal que é escolhida para ser

Endereço: RUI BARBOSA, 716
Bairro: FLAMENGO **CEP:** 22.250-020
UF: RJ **Município:** RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)2554-1730 **Fax:** (21)2552-8491 **E-mail:** cepff@ff.fiocruz.br

INSTITUTO FERNANDES
FIGUEIRA - IFF/ FIOCRUZ - RJ/
MS



Continuação do Parecer: 5.142.093

compartilhada com um público desconhecido. Interessa-nos compreender as nuances do que está compartilhado, observar os relatos, postura, composição artística, recursos audiovisuais utilizados. Já as entrevistas são o caminho para o encontro com os universos particulares daquelas que compartilham as narrativas e também daquelas que dedicam algum tempo de seu dia para assistir os relatos sobre as experiências particulares de outras mulheres. Interessa-nos aí a riqueza das composição de valores, crenças e práticas que cada mulher poderá nos apresentar.

Objetivo da Pesquisa:

GERAL

Analisar as experiências contadas por youtubers negras sobre racismo e sofrimento psíquico e sua relação com as práticas de cuidado

ESPECIFICOS

Analisar os sentidos da busca pelo compartilhamento público das narrativas;

Analisar as narrativas de vida e compreender os sentidos atribuídos à negritude por essas mulheres;

Investigar os conteúdos subjetivos que se apresentam a partir de entrevistas com as Youtubers sobre o sofrimento psíquico

Investigar a maneira como as youtubers negras dizem se cuidar e sua relação com o processo de aquilombamento

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

"Os riscos da etapa de entrevistas da pesquisa envolvem: tomar o tempo do sujeito de pesquisa, invadir a sua privacidade, disparar a rememoração de questões sensíveis da vida (enfrentamento ao racismo) e o ativamento de emoções a elas vinculadas, e a sensação de vulnerabilidade ao revelar pensamentos e sentimentos. Com objetivo de minimizar tais riscos pretendo assegurar a privacidade, confidencialidade, anonimato, proteção da

imagem e não estigmatização das mulheres negras, não utilizando quaisquer informações que possam lhes ocasionar prejuízo. Além disso, estarei atenta aos sinais verbais e não verbais de desconforto, para o caso de haver a necessidade, suspender a entrevista imediatamente ao perceber risco ou dano à sua saúde ou no instante em que eles assim desejem, deixando clara essa possibilidade desde o princípio do contato, ressaltando

que não há nenhum impedimento nem constrangimento na interrupção.

Garantirei a proteção da confidencialidade e privacidade das informações produzidas,

Endereço: RUI BARBOSA, 716	CEP: 22.250-020
Bairro: FLAMENGO	
UF: RJ	Município: RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)2554-1730	Fax: (21)2552-8491 E-mail: cepiff@ff.fiocruz.br

INSTITUTO FERNANDES
FIGUEIRA - IFF/ FIOCRUZ - RJ/
MS



Continuação do Parecer: 5.142.093

melhorar as políticas públicas de saúde dirigidas às mulheres negras.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

- TCLE adequado, com linguagem acessível
- Carta compromisso de retaguarda atenção em saúde mental
- Não precisa carta de serviço pois projeto convidará youtubers, por redes sociais

Recomendações:

O (A) pesquisador(a) deve observar os prazos e frequências estabelecidos pela resolução 466/12 e NOB 001/13 para o envio de relatórios de modo a manter o CEP informado sobre o andamento da pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Projeto aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMACOES_BASICAS_DO_P ROJETO_1853445.pdf	23/11/2021 13:11:09		Aceito
Outros	formulariop2.pdf	23/11/2021 13:10:56	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETOnov.pdf	22/11/2021 14:32:10	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito
Outros	Carta_compromisso.pdf	22/11/2021 14:29:41	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_CONSENTIMENTOghps.pdf	22/11/2021 14:29:26	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito
Orçamento	orcamento.pdf	22/11/2021	GLAUCIA HELENA	Aceito

Endereço: RUI BARBOSA, 716
Bairro: FLAMENGO CEP: 22.250-020
UF: RJ Município: RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)2554-1730 Fax: (21)2552-8491 E-mail: cepff@ff.fiocruz.br

INSTITUTO FERNANDES
FIGUEIRA - IFF/ FIOCRUZ - RJ/
MS



Continuação do Parecer: 5.142.093

Orçamento	orcamento.pdf	14:28:47	DE PAULA SANTIAGO	Aceito
Cronograma	cronogramaghs.pdf	22/11/2021 14:21:31	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito
Folha de Rosto	FOLHARostopronta.pdf	06/11/2021 09:19:38	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito
Outros	cartaaprovacao.pdf	04/11/2021 09:07:57	GLAUCIA HELENA DE PAULA SANTIAGO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RIO DE JANEIRO, 02 de Dezembro de 2021

Assinado por:
Ana Maria Aranha Magalhães Costa
(Coordenador(a))

Endereço: RUI BARBOSA, 716
Bairro: FLAMENGO CEP: 22.250-020
UF: RJ Município: RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)2554-1730 Fax: (21)2552-8491 E-mail: ospff@ff.fiocruz.br