

“CORPO-TERRITÓRIO AMEFRICANO”: UM DIÁLOGO INTERSECCIONAL ENTRE A PSICOLOGIA SOCIAL COMUNITÁRIA E AS PRÁTICAS DE CUIDADO DA COLETIVA MULHERES DA QUEBRADA, BH

Karla de Paula Carvalho¹

Paula Rita Bacellar Gonzaga²

RESUMO: Este artigo tem como objetivo apresentar as práticas de cuidado e afirmação identitária, desenvolvidas em articulação com a Coletiva Mulheres da Quebrada, em diálogo interseccional com a psicologia social comunitária e o feminismo negro. Esta aposta teórico metodológica está assentada no reconhecimento das limitações epistemológicas e metodológicas da psicologia, que ganha uma potencialidade ao se articular com diferentes saberes e cosmovisões. Convocamos para o enegrecimento da psicologia pela retomada epistêmica afrocentrada, possibilitando construir noções emancipatórias de sujeito e sociedade. Apresentamos um conjunto de práticas realizadas pela ColetivA, as quais se dão pela afirmação de projetos de sociedade com vistas à transformação social, à proteção da vida e a uma reorientação do cuidado. Para qualificar a discussão, serão apresentadas algumas análises produzidas a partir das cenas vivenciadas nos encontros de intervenção psicossocial em grupo ocorridos entre 2022 e 2023, com as mulheres que frequentam o espaço da ColetivA. As cenas são apresentadas a partir das frentes de atuação em que a ColetivA se estrutura (saúde mental, assistência social, encontros socioculturais e de autocuidado). O caminho trilhado até aqui tem possibilitado ressignificar a identidade da mulher negra ao destacar o seu protagonismo e convocá-las a corresponsabilização do cuidado. Podemos ver como a promoção de saúde mental tem trazido benefícios

¹ Doutoranda em Psicologia pela Universidade Federal de Minas Gerais. Pesquisa financiada pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. E-mail: psicologakarla-carvalho@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9739-308X>.

² Professora Adjunta no Departamento de Psicologia na Universidade Federal de Minas Gerais. E-mail: paularitagonzaga@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7095-5345>.

simbólicos e psicossociais, pela afirmação de um autoconceito, a construção de um pensamento crítico e o espelhamento de uma identidade coletiva.

PALAVRAS-CHAVE: Mulheres periféricas. Feminismo negro. Psicologia afrocentrada. Cuidado psicossocial.

“AMEFRICAN BODY-TERRITORY”: AN INTERSECTIONAL DIALOGUE BETWEEN COMMUNITY SOCIAL PSYCHOLOGY AND THE CARE PRACTICES OF THE WOMEN OF QUEBRADA COLLECTIVE, BH

ABSTRACT: This paper aims to present the practices of care and identity affirmation, developed in conjunction with the *Coletiva Mulheres da Quebrada*, in an intersectional dialogue with community social psychology and black feminism. This theoretical and methodological commitment is based on the recognition of the epistemological and methodological limitations of psychology, which gains potential when articulated with different knowledge and worldviews. We call for the blackening of psychology through the Afro-centered epistemic resumption, making it possible to construct emancipatory notions of subject and society. We present a set of practices carried out by *ColetivA*, which are based on the affirmation of society projects with a view to social transformation, the protection of life and a reorientation of care. To qualify the discussion, some analyzes produced from the scenes experienced in group psychosocial intervention meetings that took place between 2022 and 2023 will be presented, with women who frequent the *ColetivA* space. The scenes are presented based on the areas of activity in which *ColetivA* is structured (mental health, social assistance, sociocultural and self-care meetings). The path taken so far has made it possible to give new meaning to the identity of black women by highlighting their protagonism and calling on them to share responsibility for care. We can see how the promotion of mental health has brought symbolic and psychosocial benefits, through the affirmation of a self-concept, the construction of critical thinking and the mirroring of a collective identity.

KEYWORDS: Peripheral women. Black feminism. Afrocentric psychology. Psychosocial care.

CUERPO-TERRITORIO AMEFRICANO: UN DIÁLOGO INTERSECCIONAL ENTRE LA PSICOLOGÍA SOCIAL COMUNITARIA Y LAS PRÁCTICAS DE CUIDADO DEL COLETIVA MULHERES DA QUEBRADA, BH

RESUMEN: Este artículo tiene como objetivo presentar las prácticas de cuidado y afirmación de la identidad, desarrolladas en conjunto con la Coletiva Mulheres da Quebrada, en un diálogo interseccional con la psicología social comunitaria y el feminismo negro. Este compromiso teórico y metodológico se basa en el reconocimiento de las limitaciones epistemológicas y metodológicas de la psicología, que gana potencialidad al articularse con diferentes saberes y cosmovisiones. Llamamos a ennegrecer la psicología a través de la reanudación epistémica afrocéntrica, haciendo posible la construcción de nociones emancipadoras de sujeto y sociedad. Presentamos un conjunto de prácticas realizadas por ColetivA, que se basan en la afirmación de proyectos de sociedad con miras a la transformación social, la protección de la vida y la reorientación de los cuidados. Para calificar la discusión, se presentarán algunos análisis producidos a partir de las escenas vividas en encuentros grupales de intervención psicosocial ocurridos entre 2022 y 2023, con mujeres que frecuentan el espacio ColetivA. Los escenarios se presentan en función de las áreas de actividad en las que se estructura ColetivA (salud mental, asistencia social, encuentros socioculturales y de autocuidado). El camino recorrido hasta ahora ha permitido dar un nuevo significado a la identidad de las mujeres negras, destacando su protagonismo y llamándolas a compartir la responsabilidad del cuidado. Podemos ver cómo la promoción de la salud mental ha traído beneficios simbólicos y psicosociales, a través de la afirmación de un autoconcepto, la construcción de un pensamiento crítico y la reflexión de una identidad colectiva.

PALABRAS CLAVE: Mujeres periféricas. Feminismo negro. Psicología afrocéntrica. Atención psicosocial.

INTRODUÇÃO – TORNAR-SE PSICOLOGIA AFROCENTRADA: SABERES INSUBMISSOS CONSTRUÍDOS À MARGEM

Para enunciar uma psicologia afrocentrada (GONZAGA, 2019; SOLATERRAR, 2020), é necessário, primeiro, desmascarar as suas facetas coloniais e retomar os saberes ancestrais construídos à margem pelos povos

afropindorâmicos (SANTOS, 2019). A retomada de práticas ancestrais, nos permite questionar o papel da psicologia enquanto instrumento de legitimação da branquitude (GONZAGA *et al.*, 2023), que se caracteriza, como um modo ideológico em que as experiências brancas são tratadas como universais e superiores (SCHUCMAN, 2012). Nesta lógica, a ciência psicológica consolidou-se como neutra, objetiva e imparcial, quando, na verdade, era produzida e pensada a partir da imagem e semelhança do sujeito branco colonial (GONZAGA *et al.*, 2023).

Deste modo, visando questionar discursos que defendem a neutralidade na psicologia, essa pesquisa representa uma AFRONTa às epistemologias hegemônicas e propõe que a saúde mental das mulheres negras e periféricas seja concebida e analisada com base em abordagens feministas e antirracistas. Com o objetivo de enriquecer a psicologia e de alterar as suas bases teóricas e práticas, esta pesquisa foi delineada no âmbito do projeto de extensão “Ser Mulher, Ser Território Próprio”: articulações entre a Coletiva Mulheres da Quebrada – BH, a Psicologia Comunitária e o Feminismo Negro. Esta pesquisa consiste numa interface de saberes entre a psicologia social comunitária, o feminismo negro e a Coletiva. A construção do projeto de extensão e da pesquisa, baseada na premissa da psicologia comunitária e alinhada com o feminismo negro, parte do reconhecimento das limitações epistemológicas e metodológicas da psicologia. Tal permite acolher as complexidades subjetivas e territoriais, bem como compreender as intersecções do racismo, da violência de gênero e das violências fóbicas contra pessoas LGBTQIAP+ como produtoras de sofrimento mental (MAYORGA, 2014; GONZAGA, 2022).

Estamos a construir uma epistemologia protagonizada por mulheres negras e periféricas, assente na grandeza que foi considerada uma ausência. Uma perspectiva que beneficia a psicologia ao promover uma análise e intervenção psicossocial que atenda e acolha a complexidade das pessoas envolvidas e reconheça a sua intelectualidade. Trata-se de uma articulação de saberes que considera a necessidade de formar um pensamento que se desloque do campo hegemônico para a perspectiva social comunitária, agenciada por mulheres negras afropindorâmicas com diversidade afetiva sexual, étnica, cultural, socioeconômica, educacional e

geracional (GONZAGA *et al.*, 2023). Desta forma, nesta pesquisa, ousamos construir coletivamente com as sujeitas participantes, as interpretações e ações desenvolvidas, com o intuito de não sermos reduzidas, ausentadas e silenciadas da nossa própria experiência (GONZAGA, 2022). Nesse sentido este artigo tem como objetivo apresentar as práticas de cuidado e afirmação identitária, desenvolvidas em articulação com a ColetivA Mulheres da Quebrada, num diálogo interseccional com a psicologia social comunitária e o feminismo negro.

Ser corpo-território amefricano é a relação indissociável entre corpo, território e a organização política das mulheres latino-americanas (GONZALEZ, 2020). É afirmar que estamos a curar-nos à nossa maneira é a coalescência entre o corpo/comunidade e a construção de epistemologias a partir da experiência e da perspectiva dos povos negros e indígenas. O encontro com as subjetividades negras coletivas³ permite afetar e ser afetadas, criar um sentido de pertença, desenvolver resistências epistemológicas e construir saberes periféricos que promovam cuidado mútuo entre pessoas negras. O espaço da ColetivA possibilita a desestabilização das estruturas geográficas da produção de conhecimento ao construir intelectualidades e saberes localizados a partir das periferias, capazes de enxergar a completude situacional e relacional. São mulheres organizadas contra projetos coloniais de dominação, tendo a promoção de políticas sociais que fraturem o sistema de gênero colonial (LUGONES, 2014) que sustenta as desigualdades raciais e de gênero e mantém as mulheres negras na subalternidade e na experiência de processos de humilhação social (WERNECK, 2010), como uma das suas prioridades de luta.

As nossas intervenções psicossociais foram guiadas pela lente da interseccionalidade; por conseguinte, por isso, a construção e a condução das ações pressupõem uma posição contínua de reflexividade, de modo a compreendermos as limitações e a evitarmos sobreposições e subordinações de saberes e corpos (MAYORGA, 2014). A interseccionalidade proporciona uma visão poderosa e ampliada para a compreensão das diferentes dinâmicas de dominação, das desigualdades, das violências e das

³ A ColetivA utiliza a demarcação da letra -A- maiúscula para reafirmar o protagonismo que as mulheres possuem na construção do território-rede.

experiências de vida das mulheres que frequentam o espaço da ColetivA, possibilitando-nos delinear e nos possibilita traçar metodologias articuladas com práticas políticas visando a transformação social (AKOTIRENE, 2019).

“MULHERES SÃO COMO ÁGUA, CRESCEM QUANDO SE JUNTAM” COLETIVA MULHERES DA QUEBRADA

Durante a pandemia de Covid 19, perante a negligência do Estado no que tange às práticas de cuidados mínimos no âmbito das políticas de saúde e assistência social, vários movimentos sociais de base comunitária liderados por mulheres negras, como a ColetivA, mobilizaram-se para prestar cuidados que ultrapassam os serviços públicos, face ao aumento da fome, do desemprego e da intensificação das desigualdades (CAMILO *et al.*, 2021). A ColetivA tem como ponto nodal a promoção de cuidado e autocuidado através da intervenção em grupos com temáticas diversas nomeadamente saúde mental, autocuidado, saúde sexual e saúde reprodutiva, infecções sexualmente transmissíveis, violência contra as mulheres, prazer, cinema, oficinas de dança, fotografia, bem como campanhas de doações diversas.

O cenário da pandemia resultou num aumento do sofrimento psicossocial e das demandas de psicoterapia individual, devido às imposições do distanciamento social, aos processos de luto, ao aumento da violência doméstica e a outros fatores que potencializam a vulnerabilidade das mulheres da comunidade (CAMILO *et al.*, 2021). Assim, os movimentos sociais se tornaram protagonistas, assumindo territórios e construindo políticas de garantia de direitos, promoção da vida, saúde e cuidados, como é o caso da ColetivA. Fundada em 2018 e coordenada pelas lideranças Scheylla Bacelar, Sandra Sawilza e Simone Sigale, conta com a parceria de diversas mulheres trabalhadoras que organizam uma rede de cuidados voluntária, promovendo a educação, o acesso à direitos, a orientação sobre serviços e políticas públicas, a informação e a disponibilização de espaços para a partilha das suas experiências.

Durante a pandemia, a ColetivA continuou a atuar, e a garantir cuidados através da doação de cestas básicas, insumos como máscaras, álcool em gel, bem como informação sobre formas de contaminação e como aceder ao auxílio Brasil. São mulheres que, como afirma Werneck (2010), resistem ao racismo heteropatriarcal como imperativo de luta e de imposição dos limites das imagens controladoras, em que as mulheres negras foram historicamente reduzidas (à mãe preta, à doméstica, à mulata, à mucama), à medida que, através da arte, do afeto e da oferta de cuidados, produzem e redefinem identidades políticas coletivas que lhes garantam a sua inserção em processos de transformação social (COLLINS, 2019).

As mulheres negras afetadas pelo racismo, sexismo, lesbofobia, transfobia e outras formas de discriminação afirmam um novo pacto civilizatório e vislumbam o bem-viver como uma utopia. São mulheres que constroem uma prática de luta, contestam o racismo e constroem uma práxis antirracista e feminista (BAIRROS, 2020). E é através da construção de uma comunidade de saberes irmanados pelo feminismo negro e pelas práticas das mulheres que nos antecederam que produzimos saúde, arte, cultura, assistência social, cuidado, informação e direitos. Trata-se de um projeto comunitário de aprendizagem, com uma lógica libertária e transgressora, segundo a abordagem de Freire, que incentiva o pensamento crítico e a construção de metodologias multiplicadoras, com ética e respeito pelo território (ASSUMPCÃO, 2009). Partilhamos saberes e compreendemos a importância de transformar as nossas diferenças em poder e empoderamento e não em desigualdades (LORDE, 2019). São mulheres forasteiras que ocupam a academia, mas mantêm o pé na comunidade e referendam os seus, pois compreendem que não se enquadram nem desejam ser assimiladas - nos pressupostos da cientificidade acadêmica eurocêntrica (GONZAGA *et al.*, 2023).

Com o fito de ilustrar essa realidade, a seguir, apresentamos algumas análises produzidas a partir das cenas vivenciadas nos encontros de intervenção psicossocial em grupo ocorridos entre 2022 e 2023, com as mulheres que frequentam o espaço da ColetivA. As cenas são apresentadas de acordo com as áreas de intervenção da ColetivA (saúde mental, assistência social e encontros de autocuidado), e serão apresentadas

em diálogo com os excertos dos diários de campo produzidos em cada atividade. Os encontros centraram-se na temática da promoção de saúde mental e do autocuidado. Os excertos evocam narrativas e pontos de vista sobre a relação a situação social, bem como a indignação face ao descaso dos governantes, as críticas à estrutura social que as empurram para a pobreza no contexto das favelas, que impedem a sua mobilidade social e retroalimentam o racismo e a violência de gênero. Revelam também episódios de humilhação social, ausência de direitos, barreiras de acesso e aos serviços de assistência e exploração no contexto laboral, bem como a insuficiência de políticas públicas, presentes no racismo quotidiano das periferias e aglomerados do Brasil (CAMILO *et al.*, 2021; PARODI SVARTMAN & SILVA, 2016).

No entanto, os relatos também apresentam uma visão da realidade que é frequentemente ignorada ou silenciada. São mulheres que mesmo sem utilizar uma linguagem específica para definir sua realidade, sabem que há algo de errado com o sistema em que vivem (ADRIÃO, 2015). A sua capacidade de olhar criticamente para a sua condição social, deve-se ao fato de serem “forasteiras de dentro”, uma conceituação com a qual a intelectual Collins (2019) argumentar que as mulheres negras são sujeitas sociologicamente privilegiadas, visto que vivenciam opressões múltiplas. Nesta perspectiva, observam-se as suas estratégias organizativas de enfrentamento e fortalecimento entre as mulheres, que nesta interação eram interlocutoras e produtoras de diferentes saberes e cosmovisões sobre sua realidade social (COLLINS, 2019).

“O QUE NOS HUMANIZA É O AFETO”: EIXO DE SAÚDE MENTAL

O eixo “Gotas de Cuidado” dá nome ao eixo de saúde mental da ColetivA, que se caracteriza como uma área de intervenção prioritária de atuação, tendo em conta as reverberações do racismo heteropatriarcal, as desigualdades sociais e a negação de direitos que contribuem para o sofrimento psicossocial. Assim, a liderança Scheylla Bacellar consultou suas redes de contato, convocando psicólogos e instituições voluntárias que

pudessem contribuir com atendimentos psicossociais gratuitos às mulheres do Aglomerado da Serra. Tais estratégias contribuem para democratizar o acesso à psicoterapia individual, tendo em conta a dificuldade da população negra em acessar serviços privados de psicologia, por não terem condições de aceder ao sistema remoto de atendimento remoto e nem para suportar os valores estipulados para as sessões.

A perspectiva de orientação dos encontros em grupo perpassa pela confluência de saberes, articulando a psicologia com os saberes populares, e possibilita a troca de conhecimentos, o cuidado mútuo e a construção de laços relacionais que nos permitam ser vistos com dignidade (NÚÑEZ, 2022). Isso possibilita o enfrentamento e o fortalecimento entre as mulheres, que nesta interação são interlocutoras e produtoras de diferentes saberes e cosmovisões sobre sua realidade social (SANTOS, 2019). Atualmente, o Gotas conta com grupos de intervenção psicossocial com temáticas diversas, situadas nas experiências das mulheres. As práticas de cuidado propostas pela ColetivA levam-nos a refletir sobre a importância de racializar as práticas, adotando uma perspectiva AFROcentrada no apoio à saúde, no acolhimento, na escuta e no cuidado (GONZAGA, 2019).

Com a retomada das atividades presenciais, foram iniciados grupos de intervenção psicossocial facilitados por psicólogas que compõem da ColetivA, com temáticas demandadas pelas mulheres, nomeadamente a saúde sexual e a saúde reprodutiva, a violência de gênero, as relações afetivas e a solidão das mulheres negras, a saúde mental e o luto. Em todas as ações, foram também pensadas atividades para as crianças, pois compreendemos que acolher mulheres também passa por acolher os seus filhos, para que elas se sintam seguras ao estarem conosco. Ao longo de 2022 e 2023, no âmbito da parceria com o projeto de extensão, decorreram oficinas temáticas e algumas intervenções psicossociais grupais centradas no autocuidado, com foco no fortalecimento da autoestima enquanto cuidado de saúde mental. Ao longo dos encontros, as mulheres compartilharam reflexões que evidenciam a importância da comunidade reconhecer o sofrimento mental e a necessidade de manter uma rede de saúde mental.

Durante a oficina de turbantes, enquanto fazíamos amarrações umas nas outras, algumas mulheres apresentaram a ColetivA para aquelas que estavam indo pela primeira vez. Elas contaram sobre as ações, as doações, as oficinas, a dança, as confraternizações e sobre o acolhimento da saúde mental. Uma delas contou que começou a psicoterapia pela rede da ColetivA e também participa dos encontros e desde então se sente melhor de sua depressão. Outras também relatam melhora no quadro de saúde mental, principalmente por poder compartilhar o que sente de modo seguro, de receberem abraços, sorrisos e apoio de alguma questão que estejam vivenciando e estão aprendendo com as temáticas. Também disseram para as mulheres que os encontros são conduzidos por psicólogas, que dão suporte para algo que estejam precisando e que as questões podem ser relatadas de modo individual ou em grupo. (DIÁRIO DE CAMPO, 22/novembro/2023).

Uma senhora chegou antes do início da atividade e me fez algumas perguntas sobre o funcionamento das atividades e me disse que foi pela primeira vez na ColetivA na atividade do novembro negro, e que foi a assistente social do CRAS que a recomendou. Conta que gostou bastante de participar das oficinas, pelo fato de ter várias mulheres para conversar e se sentiu bem depois das oficinas de autocuidado e empoderamento. Diz ainda que precisa cuidar da saúde mental e não gosta de ir ao centro de saúde pelo fato da rotatividade dos profissionais da psicologia e, com isso, teve que relatar questões dolorosas várias vezes e também não se adaptou porque as profissionais eram distantes. Acrescentou dizendo: “Elas ficam caladas, só eu falo, elas só escutam e perguntam porque, não conversam comigo. Então eu me sentia culpada por não saber responder”. (DIÁRIO DE CAMPO, 29/novembro/2023).

A psicologia por si só, não dá conta das complexidades produzidas pela colonialidade. Por conseguinte, as intervenções psicossociais em grupo, ancoradas nos saberes das mulheres negras, desafiam a tradição

individualizante da psicologia, que prega uma postura profissional neutra, distante do sujeito e desassociada do seu território. Além disso, o relato leva-nos a refletir sobre a produção de um conhecimento deficitário, no que tange a métodos e abordagens clínicas que acolham as repercussões do racismo na saúde mental da população negra. Esta lacuna é visível no relato e corresponde uma experiência similar na vida das pessoas negras que procuram acompanhamento clínico. A maioria tem uma experiência terapêutica traumática, devido à rejeição por parte do profissional. A falta de reconhecimento do racismo como produtor de desigualdades sociais contribui para a intensificação do sofrimento psíquico (TAVARES & KURATANI, 2019). Tais questões levam-nos a crer que o exercício da psicologia comunitária em conjunto com os movimentos sociais implica estar atento às questões sociais latentes, racializar a práxis, o contexto e o território (SANTOS, 2019). Outro aspecto importante é assumir um projeto político que contribua para a descolonização da psicologia (NÚÑEZ, 2019).

Outrossim, a articulação de saberes demonstra sua força no seio dos movimentos de mulheres e permite também desmantelar o sistema de gênero heteropatriarcal, que se mantém através da desunião entre as mulheres e do enfraquecimento e das suas redes de proteção (LORDE, 2019; HOOKS, 2023), como se pode observar pela admiração da interlocutora ao ver mulheres reunidas, exaltando a nossa diversidade corporal, étnica e estética. As intervenções psicossociais têm contribuído para que as mulheres negras identifiquem as suas próprias experiências e as violências de que são alvo, possibilitando romper com a invisibilidade e promover uma reivindicação coletiva e individual. Trata-se de um processo que as leva a questionar os sistemas e a si mesmas, tendo a interseccionalidade como um conhecimento de resistência e como um projeto de justiça social (AKOTIRENE, 2019).

A Coletiva busca repensar o afeto e o cuidado junto às mulheres e se propõe a ser uma rede de apoio e suporte mútuo, ressignificando a identidade de mulher negra por meio da arte e do protagonismo das moradoras (MULHERES DA QUEBRADA, 2022). São mulheres que têm fomentado a participação comunitária e a construção de um espaço

seguro de acolhimento. Um espaço em que as mulheres se sintam seguras para partilhar as suas vivências, com base na premissa de que o silêncio não nos protege; pelo contrário, é através da força e da companhia umas das outras que transformamos o silêncio em linguagem e ação (LORDE, 2019). Isso contribui para produzir novos sujeitos insurgentes e de psicologias que rompam com as lentes homogêneas sobre as mulheres negras. Lentes que as veem como um receptáculo de força, capazes de suportar a dor e o sofrimento, com uma precariedade afetiva, cultural, simbólica, estética e intelectual (GONZAGA, 2022).

Nesse sentido, o cuidado com a saúde mental das mulheres negras funciona como um elemento de afirmação da sua humanidade, que lhes foi negada pelo sistema de gênero moderno colonial. Para isso, é necessário resgatar a memória e a ancestralidade que se tornam processos de cura, por meio dos quais é possível proporcionar mudanças que conduzam a novos projetos de sociedade, de modo a emergirem novas subjetividades descolonizadas (GONZAGA, 2019; SANTOS, 2019). Um elemento fundamental para compreender a atualidade dos processos de desumanização são as denúncias que as mulheres fazem, nos encontros, sobre as suas condições de trabalho, especialmente no que concerne às violências de que são vítimas enquanto trabalhadoras domésticas, auxiliares de serviços gerais e cuidadoras de idosos:

Uma mulher conta que ficou com várias sequelas da covid-19, o que a limita de exercer algumas funções. Conseguiu um emprego como auxiliar de serviços gerais, já tendo acordado com a empresa suas limitações, entretanto, na prática, não ocorreu como estabelecido. Mas, por ser mãe solo, permaneceu no trabalho mesmo não dando conta das exigências. Houve um dia em que sobraram dois pães e ela saiu do trabalho comendo-os. No dia seguinte, foi acusada de roubo e teve que assinar um termo em que dizia que ela não roubaria mais a empresa. Conta que se sentiu muito humilhada, ficou nervosa e depois desse episódio não conseguiu se segurar e disse tudo o que estava sentindo e por conta disso foi acusada de ser violenta. Sua saúde

piorou e ela foi demitida por justa causa. Conta que possui dificuldade para cuidar de sua filha, e que com as sequelas não consegue carregar sua filha no colo. As mulheres a acolhem e dizem que “você ainda não consegue carregá-la, mas nós a carregamos para você” (DIÁRIO DE CAMPO, 17/novembro/2022).

Uma mulher contou que, para fugir dos abusos sexuais do padrasto, foi trabalhar em uma casa de família ainda muito nova, e sua patroa a violentava física e psicologicamente. Chegou a raspar toda sua cabeça em um momento de fúria. Uma conta que dormia com a porta do quarto trancada. Outra conta que quando fazia faxina, trabalhava com fome, pois a patroa não permitia que ela levasse alimento e nem comesse de sua comida; e outra que a patroa oferecia comida estragada. (DIÁRIO DE CAMPO, 30/agosto/2023).

As reminiscências da escravização no mercado de trabalho são perceptíveis nos relatos das mulheres. Como Gonzalez (2020) refere, às categorias de raça e gênero moldam as experiências de subalternidade das mulheres negras na divisão racial do trabalho, estando imbricadas com a suposição de que as mulheres negras suportam, sem reclamar, qualquer carga de trabalho, mesmo estando adoecidas e privadas da alimentação. Em relação a esta problemática, Gonzaga (2019), em sua tese de doutoramento, referindo-se a Lugones (2014), argumenta que o sistema de gênero moderno colonial utiliza a extrema violência que desumaniza as mulheres negras e indígenas para justificar as suas atrocidades, como a animalização das suas experiências e necessidades básicas. Ao analisar criticamente a acusação de roubo relatada pela interlocutora, ainda apoiada na teorização de Gonzaga (2019) sobre o lado oculto do sistema de gênero (LUGONES, 2014), notamos que, o que acontece é uma projeção da fantasia do sujeito branco, em que este projeta a sua identidade perversa e criminosa na pessoa negra (KILOMBA, 2020). Ao comer o pão, a interlocutora despertou na patroa o medo de ver os seus bens possuídos. O ato de fazer assinar um documento é uma atualização da punição com a máscara de ferro, já que não pode amordaçar como fizeram com a

Anastácia. No período da escravidão, utilizava-se a máscara de ferro para punir as pessoas escravizadas que comiam o que elas mesmas plantaram, pois era considerado posse do senhor branco. A boca é uma metáfora da posse, é manter muda aquelas que querem gritar toda violência e humilhação vivenciada (GONZAGA, 2019).

Entretanto, Anastácia continua a falar conosco através das vozes das mulheres do Aglomerado da Serra e tantas outras (GONZAGA, 2019), mesmo que ainda estejam a desempenhar papéis de sujeição em relação às mulheres que ainda consideram a casa do mestre como a única fonte de apoio (LORDE, 2019). O fictício lugar de conforto e proteção propiciado pela casa grande nunca foi um lugar destinado às mulheres negras (GONZAGA, 2019). Podemos ver nos relatos o pacto da branquitude que firma uma lealdade ao sistema de gênero colonial, que estabelece um modelo único de ser mulher (LUGONES, 2014), fazendo com que se sintam superiores e explorem outras mulheres que não se refletem no seu espelho narcísico (BENTO, 2002). São ficções essas que balizam construções sociais do ideal de feminilidade, um ideal do qual as mulheres negras estão excluídas, pois as definições de esposas, mães, fragilidade, docilidade e delicadeza não lhes são aplicadas. Pelo contrário, são vistas como antagonistas, submetidas a regimes de exploração do trabalho e animalizadas, submetidas e forçadas à exploração laboral e sexual e mantidas em modelos coloniais (LUGONES, 2014).

Estes artefatos coloniais possuem ramificações complexas que impedem a mobilidade social das mulheres negras e das mulheres que vivem nas zonas periféricas, pois destituem as suas capacidades, produzem sofrimento mental, minam sua autoestima, sua autopercepção enquanto sujeitos e promovem o sucateamento das suas redes protetivas e afetivas. Entretanto, estas mulheres compartilham a vivência de Carolina Maria de Jesus (1963), e que mesmo diante dessas situações conseguem transformar a dor em cumplicidade com outras mulheres que passam por situações semelhantes (PIEDEDE, 2017). Isto permite-nos reconhecer que a solidão é uma experiência coletiva, e, dessa forma, compreender que é impossível carregar o peso do racismo heteropatriarcal sozinhas. É necessário

reconhecer que o cuidado das nossas subjetividades não é apenas uma tarefa apenas psicológica, mas também social, cultural e coletivA.

A imagem que temos de nós próprias está vinculada à imagem do grupo a que pertencemos. Por conseguinte, a promoção da saúde mental das mulheres tem benefícios simbólicos como a potencialização de uma referência positiva sobre si própria, a manutenção da autoestima e do autoconceito, valorizando suas características e, assim, fortalecendo o grupo (BENTO, 2002). A referência que nos orienta na construção de uma imagem positiva das mulheres negras é o reflexo no abebé de Oxum (GONZAGA, 2019). Oxum recomenda-nos que olhemos para o espelho para encontrarmos o amor verdadeiro. Isso nos faz pensar que é preciso desconstruir a auto imagem turva que o racismo construiu e que nos impede de nos amarmos a nós próprios e aos outros. Uma metodologia que permite “ser e se reconhecer”, ao ativar memórias das mulheres que vieram antes de nós e ampliar a noção de “família-comunidade”, “família-quilombo” (SANTOS & OLIVEIRA 2023, p. 9). Esta afirmação é visível quando as mulheres que não tiveram filhos biológicos, cuidam das crianças da sua comunidade. Deste modo, o encontro aquilombado possibilita o sentimento de pertencimento, o resgate do amor, da autoestima, do senso de valor de sua história e do seu povo.

“MULHERES CUIDANDO DE OUTRAS MULHERES”: EIXO ASSISTÊNCIA SOCIAL

Diante do cenário pandêmico, somado à crise político-econômica e o aumento da fome e do desemprego que assolavam o país, as mulheres da ColetivA organizaram-se para prestar assistência à comunidade. As suas ações se deram por meio da doação de itens básicos para a proteção da vida, principalmente itens que, naquele momento, eram extremamente necessários, como: cestas básicas, máscaras, álcool em gel, absorventes íntimos, enxovais, fraldas descartáveis, brinquedos, entre outros. Ainda no isolamento social, devido aos muitos relatos de moradores sobre a dificuldade de aceder às políticas públicas, foi criado um grupo no *WhatsApp* e noutras redes sociais para informar e orientar as moradoras do

Aglomerado da Serra sobre como aceder aos programas de transferência de renda, como o Auxílio Brasil, bem como sobre práticas educativas de saúde, com informações sobre os cuidados durante a pandemia de covid-19 e apoio a consultas com psiquiatras.

Com o fim da pandemia decretado pelas entidades de saúde, as doações e algumas parcerias foram diminuindo. Entretanto, a ColetivA prosseguiu com as suas campanhas de angariação de fundos e participou em concursos de financiamento. A campanha de Natal solidário continua a decorrer com doações de cestas específicas acompanhadas de frango, pois a ColetivA compreende que o Natal é uma data significativa e simbólica para as famílias. Para estruturar melhor o eixo e atender, na perspectiva da equidade, continua a inscrever diversas mulheres e a realizar um estudo sobre cada uma delas avaliando fatores de risco como sinais de violência doméstica, desemprego familiar e o número de crianças, idosos e pessoas com deficiência naquela família. Para receber as doações, as mulheres têm de cumprir alguns critérios, nomeadamente residir no Aglomerado da Serra, estar cadastrada e participar nas atividades realizadas durante a semana.

Esta estruturação deve-se ao entendimento de que a organização popular em contextos populacionais vulnerabilizados requer o tratamento de questões urgentes. Por isso, a ColetivA dedica-se também à discussão da segurança alimentar e nutricional, ao incentivo do protagonismo das mulheres, através da organização de um ~~do~~ brechó e das confraternizações, e à oferta de cursos de formação e incentivo ao protagonismo feminino para gerar renda. Enquanto a psicologia, em seu histórico em contextos das políticas públicas socioassistenciais, dissocia o trabalhar com a subjetividade com o cuidar da fome e do corpo (SANTOS, 2022), para as mulheres da ColetivA, a luta pela saúde mental implica também em lutar por condições de vida dignas (NÚÑEZ, 2022). Nesse sentido, saúde mental não é concebida de forma dissociada do corpo; por isso, quando são realizadas doações de cestas básicas, é também realizado o acolhimento de cada mulher, escutando quais são as questões que têm atravessado a sua história.

As mulheres assistidas pela ColetivA também são encaminhadas para os serviços públicos competentes na sua área de residência. Durante

os encontros, as mulheres sempre relatam sobre suas experiências nos dispositivos da rede:

No início da atividade, uma participante chega e logo em seguida as mulheres notam seus pés inchados. As mulheres perguntam o que tem acontecido e ela conta que acabava de chegar do centro de saúde e, mesmo tomando a medicação de controle, ficou em observação por conta da pressão alta. Relata que está estressada devido ao episódio de humilhação e desrespeito que viveu. Conta que está desempregada e recebe doações de alguns dispositivos da rede, mas para ser beneficiada, as pessoas precisam chegar de madrugada no local, ouvir falas de desrespeito, ser fotografadas e pode acontecer de nem receberem porque eles escolhem para quem doar. De acordo com ela, as informações são disponibilizadas pelo Instagram e muitas não têm telefone celular. Sua fala dispara diversos sentimentos nas mulheres presentes que também contam suas experiências e incômodos. Fazem comparações entre a ColetivA e os demais dispositivos. Contam que na ColetivA se sentem acolhidas, cuidadas, não tem distinção de cor, tem o sigilo e o cuidado da saúde mental, para além das doações, pois são vistas como humanas. Uma delas conta que as pessoas olham para elas e logo veem uma mulher da periferia e acham que podem humilhar. O sentimento de revolta gerou outro de mobilização, então, as mulheres começaram a discutir o que poderia ser feito de modo coletivo, enquanto moradoras do Aglomerado para expor a situação e impedir que continuem acontecendo (DIÁRIO DE CAMPO, 23/agosto/2023).

Este facto trecho evidencia o caráter assistencialista das políticas sociais, uma prática comum popularizada na América Latina na década de 80 (OLIVEIRA & ROMAGNOLI, 2012). As percepções assistencialistas são resultantes daquelas concepções que nortearam a criação do Serviço Social no Brasil, controlado pelas classes dominantes, com uma doutrina de caráter profundamente religioso e moralizante, que, no entanto, não objetivavam promover reais melhorias nas condições de vida das camadas

menos favorecidas nem facilitar o seu acesso a serviços e políticas públicas sociais efetivas (SPOSATI, 2015). Ainda hoje, grande parte das intervenções centram-se no nível institucional, avançando pouco para a dimensão intersetorial e territorializada que garanta a inserção comunitária, com participação daqueles a quem estão a serviço, inserindo a população nos processos de elaboração e implantação de tais ações (OLIVEIRA & ROMAGNOLI, 2012).

Oliveira *et al.* (2019) observaram também que, nos acolhimentos, os discursos das mulheres brancas são considerados válidos e que estas têm uma maior rede de apoio familiar e socioassistencial. O estudo aponta também para as desigualdades de gênero, raça, classe, regionais e territoriais, no acesso às políticas públicas, um elemento que responsabiliza as mulheres negras e das zonas periféricas empobrecidas pela pauperizadas por sua condição social. Goés e Nascimento (2013) identificaram igualmente desigualdades raciais provenientes do racismo institucional como uma barreira no acesso das mulheres negras aos serviços de saúde preventivos. Ao estudarem as diferenças nas características sociodemográficas e nos níveis de acesso das mulheres baianas aos serviços de saúde preventiva, consoante a raça/cor, concluíram que as mulheres brancas representam 15,4% e as negras 7,9%, o que evidencia que estamos longe de alcançar a equidade.

Compreendendo que o racismo é determinante na sociabilidade das classes, a ColetivA atua na perspectiva de assistência, combatendo as desigualdades sociais através do pelo enfrentamento do racismo heteropatriarcal, que impede as mulheres de viverem com dignidade. Quando as mulheres se preocupam com os pés inchados de uma colega e se deslocam todas para a ouvir, mostram que compreendem o cuidado com a saúde para além da lógica biomédica, considerando os diversos determinantes sociais que condicionam a sua saúde e produzem as desigualdades (BATISTA & BAIRROS, 2017). O acolhimento vai mais longe ao não considerar a hipertensão arterial não como um traço hereditário, mas sim como um sintoma das diversas violências sofridas diariamente pelas mulheres que peregrinam pelos serviços à procura de direitos básicos e de um atendimento digno.

Os intelectuais negros que elaboram constroem a política de saúde da população negra teorizam que os indicadores sociais e de saúde da população negra já não podem mais ser analisados apenas como um traço hereditário (WERNECK, 2016). Evidenciam que o tratamento de doenças e agravos como a hipertensão arterial, a anemia falciforme e diabetes, entre outras, não deve ser feito apenas com medicação. Tendo em vista que os indicadores de saúde já demonstram essa disparidade, não temos assistido à aplicação de metodologias preventivas e reparadoras que alterem esta situação (BATISTA *et al.*, 2013). Ao analisar o relato acima, notamos que durante os procedimentos de controle da pressão arterial no centro de saúde, não foram acolhidas as suas reais demandas. É preciso expandir o conceito de cuidados de saúde, tendo em conta os efeitos do racismo na saúde e nas subjetividades negras. Ao saírem da unidade de saúde e encontrarem-se com outras mulheres para partilharem as suas inquietações com o grupo, significa que aquele espaço se tornou seguro e sustentável coletivamente.

A cena também explicita outra problemática descrita pelas mulheres: a não realização de cuidados preventivos, a falta de continuidade ou o abandono do tratamento nos serviços de saúde. Isto acontece porque sentem que as suas subjetividades não são acolhidas e suas demandas não são escutadas pelos profissionais, a que se somam as barreiras do racismo institucional (WERNECK, 2016) que produzem conjunturas de desigualdade no de acesso às políticas públicas:

Algumas mulheres contam que não têm feito acompanhamento contínuo na unidade de saúde para controle da hipertensão arterial e da diabetes. Outra relata que precisa de acompanhamento de saúde mental, e vai na unidade somente para renovar a receita e pegar a medicação. As mulheres me contam que faltam medicamentos, não são bem recepcionadas pelos profissionais. Sempre faltam profissionais, como médicos e psicólogos. Se sentem culpabilizadas e que suas demandas são negligenciadas, e que o tratamento é diferenciado. (DIÁRIO DE CAMPO, 29/novembro/2023).

As mulheres negras constituem a maioria dos utentes dos serviços públicos, como os centros de referência de assistência social, bem como das beneficiárias de programas como o Bolsa Família (PBF) e o Benefício de Prestação Continuada (BPC). No entanto, o texto do documento responsabiliza a utilizadora pela sua condição de vulnerabilidade e incumbe-a, por conseguinte, de alterar denominada vulnerável, e concerne a esta, por lógica, a mudar sua condição social (OLIVEIRA *et al.*, 2019). Cabe aos equipamentos como o Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) e o Centro de Referência Especializado em Assistência Social (CREAS), por meio do atendimento e acompanhamento territorializados, realizar ações de prevenção de situações de risco e vulnerabilidade, bem como prestar apoio em casos de violação de direitos. Entretanto, devemos refletir sobre a forma como estas políticas têm sido implementadas pelas equipes que prestam compõem estes serviços, o impacto no cotidiano das mulheres negras e periféricas empobrecidas e se as ações executadas têm envolvido este segmento como coparticipantes no enfrentamento de sua própria situação social (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

As duas cenas descritas acima demonstram como a colonialidade instaura a hierarquização racial, ocasionando diversas interdições de mobilidade social (CARNEIRO, 2005) e a supressão de seus direitos através de mecanismos de racismo institucional (WERNECK, 2016). A título de exemplo, temos o Estado que, como punição, retira compulsivamente os filhos às mulheres, o que representa a penalização de mulheres que, devido à interdição dos benefícios assistenciais, deixam seus filhos em casa para trabalhar. O mesmo Estado que não oferece creches e sistemas educacionais integrais de qualidade. Este cenário foi relatado por uma das mulheres que frequenta a Coletiva:

Logo após a finalização da atividade, uma mulher me chama para conversar e enquanto a acolhia, me relatava que sua aflição diz respeito ao que acabava de lhe acontecer. Conta que cortaram sua Bolsa Família pela justificativa de que seu filho em fase escolar havia faltado alguns dias. Conta ainda que é mãe solo e precisa trabalhar para cuidar dos

filhos, e que também estão sem alimento em casa. Diz que têm ocorrido conflitos relacionais com este filho que vem apresentando alguns problemas comportamentais, mas que já retornou à escola e já foi aprovado na série escolar e entrará de férias logo. Relata ainda que foi ao CRAS para explicar a situação, mas não quiseram ouvi-la, não deram uma cesta básica e pediram para que retornasse novamente para reativar o benefício na próxima semana. (DIÁRIO DE CAMPO, 06/dezembro/2023).

A cena descrita acima está relacionada com o caráter fictício da categoria mulher (LUGONES, 2014) que construiu a maternidade como uma identidade inerente ao facto de se ser mulher, um mecanismo para mantê-las restritas ao ambiente doméstico e ao ~~no~~ âmbito dos cuidados e da abnegação (GONZAGA & MAYORGA, 2019). O sistema de gênero colonial também forjou o caráter matrilinear das políticas públicas, principalmente as de assistência social, de saúde e de educação. O foco na figura da mulher mãe e ou em exercício de maternagem (como avós que criam os netos, tias que criam sobrinhas ou filhos de sobrinhas), que estagna as mulheres na posição das únicas responsáveis pelo cuidado de seus familiares (SILVA, 2020). O que traz uma carga social, braçal, intelectual e emocional muito grande para as mulheres. Além de reduzi-las ao cuidado doméstico, mina sua potência criadora e subjetiva, e deixa sequelas emocionais com danos à saúde mental e rebaixamento da autoestima (PINHO & ARAÚJO, 2012). É recorrente na fala das mulheres que frequentam a ColetivA, relatos sobre sobrecarga e esgotamento mental, decorrente do cuidado de suas famílias para além do trabalho fora de casa.

“COLOCO MINHA MÃO SOBRE SUA MÃO, PARA QUE JUNTAS POSSAMOS FAZER AQUILO QUE EU NÃO QUERO E NÃO POSSO FAZER SOZINHA”⁴: EIXO AUTOCUIDADO

A temática da economia do cuidado é recorrente na fala das mulheres que fazem um trabalho voluntário e entre as mulheres acolhidas. Ao longo dos encontros, vem sendo debatido sobre a determinação social que impõe às mulheres a reprodução física, mental e cognitiva do cuidado. No encontro sobre autoestima e autoconhecimento, as mulheres compartilham situações vividas que contribuíram para minar sua autoestima, como os papéis sociais delegados a elas: trabalhadoras, mães, avós, esposas e a posição de cuidado dos outros. Funções essas que, em sua maioria, não são remuneradas, como relata algumas mulheres em um dos encontros: “é um trabalho que não tem direito à folga, não tem salário e décimo terceiro, e muito menos um órgão a quem reclamar dos direitos trabalhistas” (DIÁRIO DE CAMPO, 11/maio/2023).

Ao final do encontro, uma senhora interpela as demais, questionando-as a respeito das queixas recorrentes das sobrecargas do trabalho doméstico. Provoca as mulheres para centralizarem em si mesmas e não nas pessoas que produzem suas sobrecargas, como as patroas e alguns familiares. Convoca as mulheres a desmistificar o arquétipo das mulheres fortes e batalhadoras. Encerra sua fala dizendo que elas também almejam o lazer, o amor, o cuidado de si e momentos de descontração. Conta como a ColetivA tem sido um espaço de sociabilidade. Sugere que nós nos organizássemos e fôssemos juntas para um sítio para poder ter um momento de lazer coletivo. Após sua fala, as mulheres fazem uma provocação em relação à falta de acesso à sociabilidade no território e ao desmonte das políticas públicas que vêm ocorrendo. Conta que alguns

⁴ Uma frase de autoria desconhecida, mas amplamente utilizada em diversos contextos. Na ColetivA ela foi apresentada nos encontros de autocuidado, pela liderança Sandra Sawilza, durante a intervenção nomeada pela liderança de “corredor de afetos”.

anos atrás havia oferta de ações socioculturais, entretanto, esse direito social tem sido negligenciado pela política de assistência social. (DIÁRIO DE CAMPO, 11/maio/2023).

O relato acima evidencia que, apesar das sobrecargas diárias de trabalho e familiares, as mulheres têm vindo a construir um espaço de cuidado que escapa a estas estruturas. As mulheres negras, em particular, são socializadas para ultrapassar limites saudáveis e não sabem como estabelecer barreiras protetoras que eliminem certas formas de estresse cotidiano (HOOKS, 2023). Desta forma, as mulheres que frequentam a ColetivA reivindicam o lazer como forma de cuidado, como proteção do cotidiano saturado, como cuidado da saúde mental, como fortalecimento das relações afetivas e familiares e da vida comunitária.

Devido à tensão das mulheres a respeito da centralidade do cuidado familiar recair sobre elas, pensamos em construir uma intervenção que estimule as participantes a compartilharem suas experiências, dificuldades e estratégias de autocuidado, frente a essa problemática. Com base em Lorde (2019), que nos diz que o autocuidado não é uma indulgência, promovemos atividades de autocuidado, autonomia, autoestima e de como se posicionar de forma assertiva em relação à vida comunitária. Objetivamos também estimular a solidariedade, a empatia e a importância do cuidado, tanto a nível individual como coletivo, por meio do compartilhamento e das trocas de experiências, dificuldades e estratégias de autocuidado que funcionam para cada uma.

A fala no trecho descrito acima lembra-nos que Davis, em conferência proferida na Universidade Federal da Bahia, nos evoca a uma estratégia de guerra de Oxum, convocando-nos a desestabilizar a pirâmide social. Oxum é uma guerreira obstinada que peleja em prol da comunidade. É a ialodê que lidera uma revolta de mulheres contra as desigualdades e nos exorta a fecundar a terra e nutrir o corpo-território (DIAS, 2019). Quando as mulheres erguem as suas vozes (HOOKS, 2019) e reivindicam um espaço seguro para falar das suas experiências para além da dor, mas também da festividade, o lazer, a dança, o prazer e as trocas, possibilita dismantelar a solidão – que é um artefato colonial e patriarcal

que promove o sucateamento de nossas redes protetivas e afetivas. Assim, consoante a Anzaldúa (2000), nada mais transformador que as vozes das mulheres latino-americanas. Não estamos só, em cada corpo-território amefricano há um manancial transformador.

As lideranças da ColetivA nasceram e construíram vidas no Aglomerado, o que faz com que elas sejam sempre demandadas no território e, geralmente, com temas sensíveis. O posto de liderança comunitária faz com que muitas pessoas da comunidade recorram a elas em busca de orientação, acolhimento de urgências e demandas de recursos materiais e socioassistenciais. Esse é um movimento comum nos territórios de exclusão social, que são impactados por problemáticas estruturais e pela ineficiente condução e gerência das políticas públicas (CAMILLO *et al.*, 2021). O que para Werneck (2010), é um mecanismo do racismo estrutural que acaba por alijar o exercício da plena cidadania dos moradores devido à barreira de acesso a diversos mecanismos sociais e institucionais de proteção social. Desse modo, as arbitrariedades das políticas públicas, em territórios compostos por maioria populacional negra, constroem a necessidade de que muitos sujeitos tenham que assumir determinado lugar social que muitas vezes é a imposição de uma escolha. Como é o caso das lideranças da ColetivA que, orientadas pelo senso de justiça social, buscam por melhores condições de vida para a comunidade a qual pertencem.

O fato de assumirem o posto de liderança no Aglomerado da Serra, e de cumprirem com uma função que deveria ser das políticas públicas, revela as ausências socioassistenciais do território. Outra questão é a produção da problemática da responsabilização social das mulheres negras, na luta contra as desigualdades sociais. Ademais, também constrói uma imagem desumanizante das mulheres negras, ao não compreender que esse posto produz desgastes, sobrecargas e adoecimentos de ordem múltiplas. Assim, cabe-nos a reflexão de quais os corpos que suportam a contínua dedicação com o cuidado e o acolhimento das vulnerabilidades do outro? Quais corpos suportam cuidar da fome e das violências territoriais? Quais marcações racistas constituem nossos limites físicos e psicológicos?

Deixamos de lado a nós mesmas para salvar o mundo e servir as outras pessoas, sendo que muitas vezes nós adoecemos por isso. Algo que era comum entre nós era o cansaço, a auto cobrança, a falta de tempo para si, pensamentos auto sabotadores. Uma coisa que eu levo desse encontro é que não estamos tão sozinhas quanto pensamos, principalmente no que diz respeito a nossas dores e sofrimentos. E tem algo reconfortante nisso que é saber que podemos compartilhar estratégias de enfrentamento, e apoio umas com as outras. (DIÁRIO DE CAMPO, 25/março/2023)

Uma das articulações do projeto de extensão com a ColetivA foi a realização de uma oficina formativa para as lideranças, chamada “árvores dos prazeres”. A oficina tinha como intenção abordar a temática da saúde sexual e saúde reprodutiva para que pudessem replicá-la posteriormente. Durante a intervenção, surgiram relatos relacionados ao adoecimento psíquico, cansaços emocionais, sobrecargas mentais e acúmulos de funções. As condições impostas pelo racismo heteropatriarcal, impactam negativamente a vida das mulheres negras e empobrecidas, sendo esses impactos intensificados quando, diante das problemáticas, são levadas a assumir o lugar de cuidado e nunca cuidadas.

Logo, ao depararmos sobre o quanto prezamos pelo cuidado e saúde mental das mulheres acolhidas pela ColetivA, refletimos sobre quem tem cuidado e quem recebe o cuidado. Assim, fomos conduzidas pela perspectiva de que a mutualidade do cuidado entre as mulheres revela nossos poderes ao configurar uma estratégia fundamental para o enfrentamento da despersonalização do racismo heteropatriarcal (LORDE, 2019). Desse modo, foi proposto que aos sábados, ao final de cada mês, seja garantido o encontro de autocuidado entre as voluntárias que conduzem trabalhos em diferentes frentes na ColetivA. Em 2022, os encontros de autocuidado ocorreram a partir de convites da coordenadora do projeto de extensão, para psicólogas que tinham afinidade com as temáticas abordadas pela ColetivA e trajetória de atuação nos movimentos sociais. Já em 2023, a condução dos encontros de autocuidado foi feita pela psicóloga e doutora em psicologia, Larissa Borges. A escolha pela profissional, veio

pela sua dedicação ao estudo da psicologia, relações raciais, feminismo negro, políticas públicas e processos grupais. Além de sua extensa pesquisa de mulheres negras em espaços de poder na América Latina, juventude periférica, hip hop, funk, gênero e raça (BORGES, 2013).

A realização de atividades socioculturais e os encontros de promoção do autocuidado promovem o desenvolvimento de uma criticidade em torno das questões que envolvem o cuidado consigo e com o outro, seja nas nossas redes familiares ou nos movimentos sociais. Dessa forma, a perspectiva que almejamos é que as mulheres tenham condições de trabalho e sociabilidade saudáveis para além das condições impostas. Dessa forma, a proposta de autocuidado para as mulheres que conduzem as ações da ColetivA é um convite a ocuparem o lugar de “cuidadas”, já que sempre estiveram no de cuidar. Pensar no autocuidado em coletivo, é pensar no que Audre Lorde (2019) nos ensina sobre autopreservação. Os encontros de autocuidado para mulheres chegam como uma alternativa para reforçar a humanidade e curar feridas muitas vezes oriundas do período da escravidão e atualizadas cotidianamente. O cuidado coletivo compartilhado entre mulheres é teorizado por Collins (2019) como reconhecimento compartilhado, no qual as mulheres das diásporas percebem a necessidade de teorizar e discutir práticas sobre a condição das mulheres negras, reafirmando sua humanidade, o direito de existir em sua diversidade.

A partir dos encontros, reiteramos que o papel da responsabilidade social associada às lideranças comunitárias veta a circularidade do cuidado, ao torná-lo uma função exclusiva dessas mulheres (NÚÑEZ, 2022). A questão ainda se intensifica quando analisamos as múltiplas jornadas de trabalho conferidas às mulheres, somadas ainda mais para aquelas racializadas e inseridas nos movimentos sociais. De acordo com Núñez (2022), historicamente, a dimensão do cuidar ficou restrita a um grupo específico de pessoas, em especial às mulheres que não são brancas. A intelectual nos convoca a pensar na importância da circularidade do cuidado, para mitigar os impactos na vida destas mulheres como as sobrecargas, o cansaço e a exaustão, descrito de modo recorrente pelas mulheres ao longo dos encontros de autocuidado.

Ouve-se sempre falar do feminismo, empoderamento, sororidade entre mulheres. Porém, é bem diferente quando se trata da quebrada, sendo que várias dessas mulheres passam por todos os tipos de faltas. Faltas de direitos, de afeto, de acessos, de trabalho, de saúde e outras tantas faltas. Mesmo com tantas violências, essas mulheres continuam nos trabalhos diários para sustentar suas famílias. Aí fica uma pergunta: qual é o momento em que elas se cuidam? Quando elas recebem cuidado? Movidas por esses questionamentos, reunimos ações para efetivar a existência da ColetivA. (MULHERES DA QUEBRADA, 2021)⁵

O relato evidencia como a condição social das mulheres negras é marcada por diversas interdições que, em escala mais ampla, produzem controles sociais sobre suas trajetórias de vida. A socialização das mulheres negras, por meio de imagens controladoras e pela exploração de sua força de trabalho, produz sucateamento de sua capacidade de autoproteção e produz esgotamentos no âmbito psicossocial (HOOKS, 2023). Ademais, essas elaborações produzem um traço identitário, fixando-as na base da pirâmide social da vivência do afeto, do cuidado, da sociabilidade e da qualidade de vida (GONZALEZ, 2020). Como explica Lugones (2014), o patriarcado, por meio do sistema de gênero, introduz nas mulheres um ideal a ser seguido, e a partir desse, denota um sentido valorativo e essencialista, adquirido por uma determinação biológica, em que a função da mulher é prestar serviço de cuidado da prole e ser reprodutoras dos valores patriarcais. A característica inevitável de subjugação e subordinação aos cuidados domésticos e maternos, conferidos à estrutura familiar nuclear, certamente mantém as mulheres reféns de extensas cargas de trabalho.

Quando analisada de forma interseccional, vemos, na questão acima, que o trabalho doméstico e a exploração do sexo, pela animalização e pela perspectiva da domesticação, desde a escravidão, é ocupado pelas mulheres negras e, ainda hoje essa é a função esperada para elas (GONZAGA, 2019).

⁵ Documentário - Ser Mulher, Ser Território Próprio – Coletiva Mulheres da Quebrada-2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=xEdskUgBo58>. Acesso em 30/outubro/2025.

A partir do feminismo negro, as mulheres negras vêm tecendo críticas e debatido sobre a domesticação das mulheres no âmbito privado e no acesso ao mundo público. As mulheres negras sempre ocuparam a vida pública, seja pela exploração de sua mão de obra, seja pelas lutas e resistências por libertação. O destino do mundo privado para as mulheres e a divisão racial do trabalho faz com que a cena pública seja vivida da pior maneira possível. Na contemporaneidade, as mulheres, além de manter os afazeres domésticos e maternos, precisam afirmar cotidianamente sua presença em espaços políticos e institucionais. Espaços estes, em que as distribuições de poder não são equânimes, quando analisamos as construções sociais em torno do gênero e da raça (GONZÁLEZ, 2020).

Embora as mulheres negras tenham experienciado o lugar de abjeto, de exclusão, discriminação e rejeição social históricas, também demarcaram seu papel de resistência e liderança em suas comunidades (WERNECK, 2010). De modo geral, as mulheres que conduzem voluntariamente as ações da ColetivA estão alocadas na estrutura do sistema de gênero racista heteropatriarcal e, dessa forma, o que almejam, ao provocarem a humanização das mulheres negras pelos fortalecimentos das redes protetivas de cuidado e afeto, são melhores condições de trabalho, seguridade e sociabilidade saudáveis para além do ambiente doméstico.

Ao construirmos um espaço seguro e profícuo para podermos compartilhar nossos sentimentos, fortalecemos nossas estratégias de circularidade das demandas da rede. Ademais, também reforçamos o que a liderança Sandra Sawilza sempre nos convoca a refletir: “juntas podemos fazer aquilo que eu não quero e não dou conta de fazer sozinha”. Quando, a partir do encontro de autocuidado, a interlocutora do primeiro relato descrito acima, nos diz que “não estamos tão sozinhas quanto achávamos”, é uma forma de nos provocar para a importância de nos cuidarmos coletivamente. A coletivização da experiência comum pela dororidade, como explica Piedade (2017), permite que estabeleçamos uma relação de cumplicidade entre nós, ao reconhecermos nossa humanidade. A dororidade nos permite subverter a solidão na vivência cotidiana da sobrecarga do trabalho, da maternidade e das atribuições a que somos cotidianamente impelidas. Principalmente, por sermos afetadas pelas feridas do racismo

que produzem cicatrizes indeléveis e uma memória afetiva marcada por experiências sofridas e silenciadas em que deixamos de expor nossas dores, por assumir o arquétipo da fortaleza (GONZAGA, 2022).

Em um ato de protesto e preservação, as mulheres negras têm se juntado para refletir sobre o que trazem de memória e ancestralidade, e quais são as formas de buscar curas individuais e coletivas para o autocuidado do corpo-território. Os encargos do racismo e do sexismo resultam em adoecimentos, tensões e sobrecargas emocionais; as mulheres são desencorajadas a se cuidar, podendo ser consideradas egoístas, preguiçosas quando dizem não ao arquétipo da servidão. Por isso, guiadas por Oxum, que lava suas joias, antes mesmo de lavar suas crianças (PRANDI, 2020), nós nos cuidamos como prática revolucionária, cuidar de si não é uma indulgência, mas uma autopreservação e isso é um ato de guerra política (LORDE, 2019).

“NADA MAIS TRANSFORMADOR QUE AS VOZES MULHERES AMEFRICANAS”: CAMINHOS, ENCRUZILHADAS E REVERBERAÇÕES

Iniciamos as discussões deste artigo, mencionando a aliança da ciência psicológica ao pacto da branquitude, e seus efeitos nas políticas públicas que retroalimentam o sistema de gênero racista heteropatriarcal. Dialogamos sobre como a inserção da psicologia nesse setor vem sendo marcada pela reprodução de posturas elitistas e normativas, contribuindo para manter as mulheres negras alijadas de direitos, de viver com dignidade e de ter mobilidade social. Problematicamos também as inadequações teórico metodológicas da psicologia, no que tange à realidade dos sujeitos e seus territórios, acerca da produção do sofrimento psicossocial (GONZAGA, 2022). Em contrapartida a essas posturas hegemônicas de produção de conhecimento, baseadas em modelos de saúde racistas e heteronormativas, reforçamos sobre a urgência em enegrecer a psicologia, pela retomada epistêmica afrocentrada (SANTOS, 2019; GONZAGA, 2019). Tudo isso, com vistas à transformação social daqueles e daquelas

que ainda são interditados (as) do acesso às redes socioassistenciais e protetivas do Estado, como vimos ao longo do artigo.

O racismo generificado dentro do tecido social tem um impacto que reduz a qualidade de vida das mulheres. As ações da ColetivA têm como propósito a construção de novos arranjos sociais e políticos ao potencializar um espaço para falar sobre o que é direito, o que é saúde, de pessoas que não foram consideradas quando políticas foram criadas ou foram consideradas de uma forma reducionista e estereotipada. O resgate da dignidade negra é guiado pela contestação de que nossa humanidade não será negociada. O que nos convoca a retomar os saberes ancestrais de cuidado, como cuidar umas das outras, rompendo com a ideia de humanidade a partir de valores centrados no sistema de gênero moderno/colonial (GONZAGA, 2019; 2022). O maior ato de insurgência das mulheres negras é nos manter vivas, e, para isso, precisamos nos fortalecer socialmente, financeiramente, culturalmente e afetivamente; cultivar sonhos e desenhar projetos de futuro, o que, para nós, é indispensável (LORDE, 2019).

Como proposto, ao longo do texto, foram apresentadas as práticas de cuidado e afirmação desenvolvidas pela Coletiva e as contribuições do feminismo negro e da psicologia comunitária para condução das ações e análise dos processos. Apresentamos as Mulheres da Quebrada e sua forma de organização e mobilização para ofertar o cuidado no contexto emergencial da pandemia de covid-19. Atualmente, sua organização é estruturada por meio de eixos, que visam dar suporte socioassistencial e sua centralidade prioritária que é o cuidado em saúde mental. A ColetivA organiza um conjunto de práticas pela afirmação de projetos de sociedade com vistas à transformação social, a proteção da vida e uma reorientação do cuidado. Um conjunto de práxis alinhadas à psicologia comunitária, que ganha uma potencialidade ao se articular com diferentes saberes e cosmovisões (SANTOS, 2019).

Coadunamos com isso, ao afirmar que as práticas de cuidado são a materialização do espelhamento epistêmico afrocentrado. As práticas reverberam a promoção de um espaço seguro de troca e reflexão das ficções impostas pelo sistema de gênero racista patriarcal. O caminho trilhado até aqui tem possibilitado ressignificar a identidade da mulher

negra ao destacar o seu protagonismo e convocá-las a corresponsabilização do cuidado. Podemos ver como a promoção de saúde mental tem trazido benefícios simbólicos, uma referência positiva de si, a afirmação de um autoconceito, a construção de um pensamento crítico e o espelhamento de uma identidade coletiva.

Ao longo desses dois anos, temos construído uma parceria que afirma como a organização de mulheres orientadas pelo feminismo negro, constrói um legado de luta, de cuidado, de afirmação política, identitária e de resgate da humanidade das mulheres negras e periféricas (COLLINS, 2019). É a consolidação de um feminismo que estende do campo teórico para a prática, para o cotidiano das mulheres no território. Estamos construindo modelos transformadores, sob o ponto de vista de diversas mulheres que constroem noções de organização social e epistemologias periféricas. As memórias ancestrais nos guiam para produzir intelectualidade e construir novos arranjos sociais, sob a ótica de mulheres que não negociam o direito de nomear e agenciar sua própria experiência, de protagonizar a luta, de afirmar um novo pacto social, político posicionado de proteção à vida, em busca do bem viver.

REFERÊNCIAS

- ADRIÃO, Karla Galvão; FINE, Michelle. Feminismo, psicologia e justiça social: um encontro possível? Uma entrevista com Michelle Fine. *Psicologia & Sociedade*, v. 27, n. 3, p. 479-486, 2015.
- AKOTIRENE, Carla. *Interseccionalidade*. São Paulo: Pólen Produção Editorial, 2019.
- ANZALDÚA, Gloria. Falando em línguas: uma carta para as mulheres escritoras do terceiro mundo. *Revista Estudos Feministas*, v. 8, n. 1, p. 229-236, 2000.
- ASSUMPTÇÃO, Raiane (Org.). *Educação Popular na perspectiva freiriana*. São Paulo: Acervo Paulo Freire, 2009. Disponível em: <https://acervo.paulofreire.org/handle/7891/88>. Acesso em: 08/setembro/2025.

- BAIRROS, Luiza. Nossos feminismos revisitados. In: VAREJÃO, Ana et al. *Pensamento feminista hoje: perspectivas decoloniais*. São Paulo: Bazar do Tempo, 2020. P. 19-32.
- BATISTA, Luís Eduardo; BARROS, Sônia. Enfrentando o racismo nos serviços de saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 33, n. Supl. 1, e00090516, 2017.
- BATISTA, Luís Eduardo; MONTEIRO, Rosana Batista; MEDEIROS, Rogério Araujo. Iniquidades raciais e saúde: o ciclo da política de saúde da população negra. *Saúde em Debate*, v. 37, n. 97, p. 681-690, 2013.
- BENTO, Maria Aparecida da Silva. *Pactos narcísicos no racismo: branquitude e poder nas organizações empresariais e no poder público*. 2002. Tese (Doutorado em Psicologia Social) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2002.
- BORGES, Larissa Amorim. *Nas periferias do gênero: transitando entre hip hop, funk e feminismos*. 2013. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2013.
- CAMILO, Claudia; KAHHALEB, Edna; FERREIRA, Maria Luísa; SCHVEITZERD, Mariana. Cuidado em território de exclusão social: covid-19 expõe marcas coloniais. *Saúde e Sociedade*, v. 30, n. 2, e210023, 2021.
- CARNEIRO, Aparecida Sueli; FISCHMANN, Roseli. A construção do outro como não-ser como fundamento do ser. *Revista Psicologia USP* v. 16, n. 3, p. 111-131, 2005.
- COLLINS, Patricia Hill. *Pensamento feminista negro: conhecimento, consciência e a política do empoderamento*. São Paulo: Boitempo, 2019.
- DIAS, Luciana de Oliveira. Reflexos no Abebé de Oxum: por uma narrativa mítica insubmissa e uma pedagogia transgressora. *Articulando e Construindo Saberes*, v. 5, p. 1-15, 2020.

- GOES, Emanuelle Freitas; NASCIMENTO, Enilda Rosendo do. Mulheres negras e brancas e os níveis de acesso aos serviços preventivos de saúde: uma análise sobre as desigualdades. *Saúde em Debate*, v. 37, n. 98, p. 571-579, 2013.
- GONZAGA, Paula Rita Bacellar. *A gente é muito maior, a gente é um corpo coletivo*: produções de si e de mundo a partir da ancestralidade, afetividade e intelectualidade de mulheres negras lésbicas e bissexuais. Tese (Doutorado em Psicologia) - Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2019.
- GONZAGA, Paula Rita Bacellar. Interseccionalidade: uma contribuição do feminismo negro para a construção de práticas e conhecimentos antirracistas em Psicologia. In: CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA; COMISSÃO DE DIREITOS HUMANOS DO CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (org.). *Psicologia brasileira na luta antirracista*: volume 1. Brasília, DF: CFP, 2022. p. 49-62. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2022/11/VOLUME-1-luta-antirracista-1801-web.pdf>. Acesso em: 08/setembro/2025.
- GONZAGA, Paula Rita Bacellar. Psicologia Feminista e Antirracista: Uma Experiência de Extensão Universitária Junto à Coletiva Mulheres da Quebrada. *Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)*, v. 16, Edição Especial, p. 1-13, 2023.
- GONZALEZ, Lélia. *Por um feminismo afro-latino-americano*. São Paulo: Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 2020.
- HOOKS, bell. *Erguer a Voz*: pensar como feminista, pensar como negra. São Paulo: Elefante, 2019.
- HOOKS, bell. *Irmãs do inbame*: mulheres negras e auto recuperação. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2023.
- JESUS, Carolina Maria de. *Quarto de despejo*. São Paulo: Livraria Francisco Alves, 1963.

- KILOMBA, Grada. *Memórias da plantação*: episódios de racismo cotidiano. Rio de Janeiro: Cobogó, 2020.
- LORDE, Audre. A transformação do silêncio em linguagem e ação. In: LORDE, Audre. *Irmã outsider*. São Paulo: [s. n.], 2019. P. 51-55.
- LUGONES, María. Rumo a um feminismo descolonial. *Revista Estudos Feministas*, v. 22, n. 3, p. 935-952, 2014.
- MAYORGA, Claudia. Algumas contribuições do feminismo à psicologia social comunitária. *Athenea Digital*, v. 14, n. 1, p. 221-236, 2014.
- MULHERES DA QUEBRADA. *Ser mulher, ser território próprio* [vídeo]. Produção e direção: Mulheres da Quebrada. [S. l.]: Mulheres da Quebrada, 2021. 1 vídeo (44min 15s). Publicado pelo canal Mulheres da Quebrada. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=eNK6uYio9Og>. Acesso em: 08/setembro/2025.
- NÚÑEZ, Geni. Descolonização do pensamento psicológico. In: PLURAL. *Plural*: valorização profissional em tempos de ‘novas’ práticas em Psicologia. [S. l.: s. n.], 2019. P. 6-11.
- NÚÑEZ, Geni. Efeitos do binarismo colonial na Psicologia: reflexões para uma Psicologia anticolonial. In: CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Psicologia brasileira na luta antirracista*. Brasília: CFP, 2022. v. 1, p. 32-45.
- OLIVEIRA, Érika Cecília Soares; RODRIGUES, Luciana; BATISTELLI, Bruna Moraes; CRUZ, Lilian Rodrigues da. Raça e política de assistência social: produção de conhecimento em psicologia social. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 39, n. spe2, e225556, 2019.
- OLIVEIRA, Luciana da Silva; ROMAGNOLI, Roberta Carvalho. Juventude, Vulnerabilidades e Políticas Públicas. *Perspectivas em Políticas Públicas*, v. 5, n. 9, p. 152-163, 2012.

- PARODI SVARTMAN, Bernardo; GALEÃO-SILVA, Luís Guilherme. Comunidade e resistência à humilhação social: desafios para a psicologia social comunitária. *Revista Colombiana de Psicología*, v. 25, n. 2, p. 331-349, 2016.
- PIEDADE, Vilma. *Dororidade*. São Paulo: Nós, 2017.
- PINHO, Paloma de Sousa; ARAÚJO, Tânia Maria de. Associação entre sobrecarga doméstica e transtornos mentais comuns em mulheres. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 15, n. 3, p. 560-572, 2012.
- PRANDI, Reginaldo. *Mitologia dos orixás*. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.
- SANTOS, Abrahão de Oliveira. Epistemologias Negras: novas propostas para o ensino, a pesquisa e a extensão em Psicologia. In: CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Psicologia brasileira na luta antirracista*. Brasília: CFP, 2022. v. 1, p. 46-57.
- SANTOS, Abrahão de Oliveira. O Enegrecimento da Psicologia: Indicações para a Formação Profissional. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 39, n. spe, e222113, 2019.
- SANTOS, Abrahão de Oliveira; OLIVEIRA, Luíza Rodrigues de. A metodologia do espelho de oxum na psicologia. *Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)*, v. 16, Edição Especial, p. 1-13, 2023.
- SCHUCMAN, Lia Vainer. *Entre o encardido, o branco e o branquíssimo: raça, hierarquia e poder na construção da branquitude paulistana*. Tese (Doutorado em Psicologia Social) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.
- SILVA, Juliana Marcia Santos; CARDOSO, Vanessa Clemente; ABREU, KAMILA EULÁLIO; SILVA, LÍVIA SOUZA. A feminização do cuidado e a sobrecarga da mulher-mãe na pandemia. *Revista Feminismos*, v. 8, n. 3, p. 15-28, 2020.

- SOLATERRAR, Ueslei Carneiro da Silva et al. Sobre AFRONTar a Casa-Grande e botar a cara no sol: uma etnografia transviada de formas de gestão de sofrimento. *Revista TransVersos*, v. 3, n. 3, p. 101-118, 2020.
- TAVARES, Jeane Saskya Campos; KURATANI, Sayuri Miranda de Andrade. Manejo clínico das repercussões do racismo entre mulheres que se “tornaram negras”. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 39, e184764, 2019.
- WERNECK, Jurema. Nossos passos vêm de longe! Movimentos de mulheres negras e estratégias políticas contra o sexismo e o racismo. *Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)*, v. 1, n. 1, p. 07-17, 2010.
- WERNECK, Jurema. Racismo institucional e saúde da população negra. *Saúde e Sociedade*, v. 25, n. 3, p. 535-549, 2016.

Texto recebido em 21/12/2025 e aprovado em 15/10/2025