



**UNIVERSIDADE DE INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL
DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA – UNILAB
BACHARELADO EM HUMANIDADES**

GEISLA SANARA SILVA DE ABREU

**RELATÓRIO DE PROJETO DE INTERVENÇÃO SOCIAL CÍRCULO DE CURA:
DIÁLOGOS SOBRE A SAÚDE INTEGRAL DA MULHER**

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2018

GEISLA SANARA SILVA DE ABREU

**RELATÓRIO DE PROJETO DE INTERVENÇÃO SOCIAL CÍRCULO DE CURA:
DIÁLOGOS SOBRE A SAÚDE INTEGRAL DA MULHER**

Relatório de Projeto de Intervenção Social apresentado a Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Humanidades.

Orientadora: Profa. Dra. Lia Laranjeiras.

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2018

GEISLA SANARA SILVA DE ABREU

**RELATÓRIO DE PROJETO DE INTERVENÇÃO SOCIAL CÍRCULO DE CURA:
DIÁLOGOS SOBRE A SAÚDE INTEGRAL DA MULHER**

Relatório de Projeto de Intervenção Social apresentado a Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Humanidades.

Data de aprovação: 30/10/2018.

BANCA EXAMINADORA

Orientador (a): Prof(a) Dr(a): Lia Dias Laranjeiras

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB

Examinador (a): Prof(a): Cristiane Santos Souza

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB

Examinador (a): Prof(a) Dr(a): Marlon Marcos Vieira Passos

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB

AGRADECIMENTOS

Expresso a minha gratidão e dedico este trabalho a todas mulheres que vieram antes de mim e que cuidaram da terra para que eu-árvore, pudesse crescer: Vó Dalila, Mãe Claudete Leandro, Tia Genilza, Madrinha Darcy, tia Vera Lucia, Léli, Quinininha, Dadai e Gabi. Gratidão à minha irmã Maiara, que compartilha dessa terra amorosa comigo.

Gratidão à Enzo Amorim, companheiro de muitas caminhadas, por me fazer enxergar a possibilidade de escrever sobre o que amo e acredito como trabalho de conclusão.

À minha orientadora Lia Laranjeira pela paciência e amorosidade com que acolheu minhas ideias, meu tempo, fazendo com que o desenvolver desse ciclo fosse mais leve.

Gratidão a todas as mulheres que participaram do círculo! O sorriso de vocês foi combustível para eu concluir esse ciclo. Gratidão a todas as mulheres que conversei durante o processo e me incentivaram através das conversas, abraços e sorrisos.

À Raine Machado por compartilhar sua voz, seus saberes, sua energia linda nos momentos que me senti sozinha nesse processo de trabalho. Teu cântico dá leveza e força ao mundo, irmã.

À Mariele que ajudou no transporte, sem o qual muitas mulheres não poderiam estar no Círculo de cura. É linda a forma que suas águas molham o mundo fazendo sementes florescer, Mar.

Gratidão à casa do samba! Ao Mestre Primeiro que se ofereceu carinhosamente a me apoiar só em eu fazer menção de querer fazer um evento na casa do samba. Ao mestre Monza que me abriu os caminhos para eu conhecer a Casa do Samba e Mestre Primeiro.

Gratidão às companheiras de caminhada: Alana, Rafa e Flor. Não consigo organizar as palavras pra resumir o que significou ter vocês há anos como porto de confiança e amor.

Gratidão aos homens da minha família pela preocupação, pelo apoio incondicional e pelo cuidado: meu avó Jeronimo, meu tiopadrinho Joseilton (*em memória*), meu pai Jeronimo Junior.

Gratidão as/os educadoras/es que tive durante esse percurso de escola/academia. Sem a dedicação de vocês, eu não enxergaria o mundo como vejo hoje.

O ir e vir do universo é tão grande e foram tantas pessoas que contribuíram para eu chegar onde chego hoje! A energia da gratidão é poderosa e chegará de alguma forma até elas.

Por fim, agradeço a todas energias do universo que impulsionaram esse movimento e proporcionou o encontro, nesta (re)existência, com esses seres lindos.

RESUMO

Este relatório tem o intuito descrever e analisar a execução do projeto de intervenção social com a temática “Saúde Holística de Mulheres Negras” e os resultados obtidos nas suas primeiras ações. O projeto de intervenção teve como objetivos: 1. Proporcionar, através de roda de conversa e vivência com mulheres negras, um espaço de acolhimento para troca de saberes e experiências. 2. Apresentar novas formas de percepção de si através da perspectiva holística como movimento gerador de formas saudáveis de se relacionar consigo a partir do autocuidado, prevenções e curas com métodos naturais. Os métodos naturais são compreendidos como os saberes da tradição oral sobre prevenção e tratamentos através de elementos da natureza e espiritualidade. As rodas constituída de mulheres propostas neste projeto fazem parte de um movimento contra-hegemônico, que pretende provocar uma rasura no sistema patriarcal e racista que tem fomentado o distanciamento das mulheres com os seus corpos. A primeira ação do projeto, a roda intitulada como “Círculo de cura: diálogo sobre a saúde integral da mulher”, ocorreu no dia 5 de outubro de 2018 na Casa do Samba em Santo Amaro-BA. No primeiro Circulo de cura, conseguiu-se atender 11 mulheres com diversidade de perfil. Os resultados obtidos vão além dos esperados pela proposição de metas para o primeiro encontro. Os retornos e as propostas das mulheres que compuseram a roda revelaram o quanto a vivencia foi enriquecedora e um espaço importante para se compartilhar saberes que conectam o auto-cuidado, o funcionamento dos nossos corpos, natureza e espiritualidade. Um dos resultados foi a construção do espaço virtual que permitiu dar continuidade às trocas realizadas no círculo de cura, reverberando a proposta da intervenção por outros espaços.

Palavra-chave: Círculo de Cura (Projeto de Intervenção Social). Negras - Santo Amaro (BA) - Saúde. Saúde holística - Santo Amaro (BA).

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. JUSTIFICATIVA	13
2.1 ETAPAS DO PROJETO	18
3. RELATOS E OBSERVAÇÕES SOBRE O EVENTO “CIRCULO DE CURA: DIÁLOGO SOBRE A SAÚDE INTEGRAL DA MULHER”	21
4. ANÁLISE DA EXECUÇÃO E DIFICULDADES ENCONTRADAS	25
6. RESULTADOS OBTIDOS	27
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS	32
ANEXOS	34

1. INTRODUÇÃO

*Nenhum outro som no ar
para que todo mundo ouça
Eu agora vou cantar
para todas as moças
Eu agora vou bater
para todas as moças
Eu agora vou dançar
para todas as moças
Para todas Aiabás,
para todas elas.*

(As Yabás, Caetano Veloso e Gilberto Gil)

Este relatório tem como finalidade descrever e analisar a execução do projeto de intervenção social com a temática “Saúde Holística de Mulheres Negras”, pensada como um caminho possível para uma nova relação e percepção das mulheres negras com/sobre seus corpos. A intervenção tem como objetivo proporcionar, através de roda de conversa, denominado aqui como círculo de cura, e vivência entre mulheres, um espaço de acolhimento para troca de saberes relacionados a novas formas de percepção de si numa perspectiva holística. Essa intervenção propõe um movimento gerador de possibilidades de se relacionar consigo a partir do autocuidado, prevenções e curas com métodos naturais.

Os objetivos da intervenção pautam-se na problemática da estrutura de desigualdade racial que está posta desde quando o paradigma dominante era a religião judaico-cristã, passando pela ciência ocidental no projeto de modernidade e ressonante no capitalismo. O capitalismo por muito tempo explorou os povos negros pautando-se no discurso religioso e nas teorias raciais importados pela medicina ocidental¹. A indústria farmacêutica e seus medicamentos, que causam diversos efeitos colaterais, tem uma ampla ligação com o sistema capitalista, que lucra com o machismo e o racismo ditando padrões de beleza. Os padrões de belezas postos são pautados em um ideal de perfeição eurocêntrico inatingível e, mesmo

¹ Para aprofundar o diálogo entre o capitalismo e a exploração dos povos negros, ver WILLIANS, Eric. *Capitalismo e escravidão*. Ed. Americanas, Rio de Janeiro, 1975.

assim, fomentador de insatisfação e, conseqüentemente, distanciamento entre as mulheres e seus corpos que não se adequam ao que é posto².

O imaginário criado por esses sistemas inferioriza o gênero feminino e os corpos negros, gerando repressões e mazelas sociais específicas que reverberam na subjetividade das mulheres. Viabilizar outras formas de pensar a saúde holística da mulher negra é encontrar formas de subverter um sistema da medicina oficial, que costuma negligenciar as especificidades desses corpos. Essas questões mais específicas da saúde das mulheres negras estão relacionadas tanto à genética quanto às violências geradas pelas discriminações de gênero, raciais e sociais que provocam limitações pela precária condição de existência (WERNECK, 2016, p.536). Embora o projeto de intervenção social não ignore as doenças que são mais recorrentes entre a população negra, a priori, por fatores genéticos, ele foi formulado com foco especial nas limitações mencionadas que, segundo Simone Monteiro e Marcos Chor Maio (2008, p.138), “se integram aos efeitos do preconceito étnico-racial, mais ou menos explícitos, nas experiências do cotidiano, gerando estresse psicológico e baixa autoestima e fomentando o quadro de falta de equidade social, com reflexos na saúde.”

Diante desses sistemas de opressão mencionados, o projeto visa criar formas de demonstrar outras perspectivas que as mulheres podem ter sobre seus corpos, pautadas em epistemologias que vão de encontro à lógica totalizante, hegemônica, sexista e racista da ciência ocidental. Para alcançar isso, o projeto de intervenção partiu da hipótese de que as rodas de mulheres, na perspectiva do holismo e dos sagrados femininos, em diálogo com os tratamentos naturais, podem auxiliá-las em novas percepções e relações com seus corpos. Nesse sentido, a intervenção impulsiona um movimento de autoconhecimento e autocuidado para auxiliar na cicatrização das marcas que os discursos e práticas motivados pelas discriminações de gênero, classe e raça provocam nesses corpos.

No presente projeto de intervenção, o tema do sagrado na sua relação com o feminino, é abordado numa dimensão plural e denominado aqui como “sagrados femininos”. Nas rodas propostas neste projeto, pretende-se trazer à tona os diferentes sentidos atribuídos ao termo na perspectiva das suas participantes. É explicitado então, por mim, que a perspectiva abordada na roda não está atrelada à lógica dicotômica de sagrado e profano, nem de sacralizar a mulher, mas sim a epistemologias de outras culturas contra-hegemônicas como a afro-

2 Sobre as questões trazidas referente aos padrões de beleza, ver ALVES, Ivia. Deusa ou demônio? O controle do corpo e do comportamento da mulher através do mito da beleza. In: Interfaces: ensaios críticos sobre escritoras. Ilheus, BA: Editus, 2005

brasileira, a indígena e de povos africanos. Diversas culturas africanas, como entre os *dagara*³ e diferentes povos de matriz bantu não distinguem o profano do sagrado e vê o sagrado como manifestação do cotidiano. Segundo Fu-Kiau (1991, p.7), os bantu compreendem que

Nós somos “sagrados” porque nosso mundo natural é sagrado. Nossas moradias e nossos pertences são sagrados, porque são feitos de matérias-primas tiradas do mundo natural, do mundo sagrado. [...] Reconhecer a sacralidade do mundo natural é o começo de nosso entendimento de ser um com a natureza; ou é ou não é.

A saúde holística, que dialoga com a noção do sagrado, está embasada no termo “holismo” cunhado pelo filósofo e estadista sul-africano Jan Smuts (2018, p.5). Este autor compreende que

a realidade final do universo não era nem material, nem espiritual, mas composta por todos. Esse todo não pode ser visto como um princípio geral ou como uma tendência, pois ele se apresenta como uma forma, uma estrutura. O todo é uma unidade complexa formada por partes que são intimamente relacionadas e as unidades individuais afetam o todo, assim como são afetadas por esse.

A escolha da perspectiva da saúde holística neste projeto se baseia na compreensão da integralidade dos corpos e a ligação desses com o cosmo. Nessa perspectiva, o corpo não é percebido apenas pela sua dimensão física, mas também pelos corpos mental, emocional e espiritual que se relacionam e influenciam um ao outro. Essa perspectiva também está presente em culturas indígenas, afro-brasileiras e africanas. Segundo Marieta Reis (2014) – no livro “Do moço do anel às coisas do azeite: um estudo sobre as práticas terapêuticas no candomblé” –, no candomblé, religião afro-brasileira, se tem uma visão holística referente aos corpos e tratamentos. Nesse mesmo livro, a autora discorre sobre a visão do candomblé em relação a sua saúde e à doença nos corpos, pontuando que a doença ocorre pelo desequilíbrio das energias que compõe esses corpos. No candomblé, compreende-se que há uma energia vital, chamada de *axé*, que é o princípio da vida (REIS, 2014, p. 99). A manutenção dessa energia influencia na saúde e na doença dos corpos.

Ainda sobre a perspectiva da integralidade dos corpos e a influência do desequilíbrio desses no desconforto emocional, mental, físico e espiritual, o psicanalista Juracy Marques (2016) fala sobre sua experiência na escuta, durante 10 anos, de pessoas que se converteram ao candomblé e a umbanda – religiões com bases culturais respectivamente afro-diáspóricas e indígenas – fala das práticas de cura dessas pontuando que

3 Sobre a questão do sagrado entre os *dagara*, ver: SOMÉ (2003).

Não tem contraindicação, a exemplo do desajuste do sistema nervoso central, não causa dependência e nem alimenta uma rede criminosa de fármacos, que lucram com a fabricação da doença. Por vivermos na cultura do visível, temos redes de saúde que cuidam dos cortes do corpo, mas a humanidade está órfã quando marcada pelas feridas da alma. (2016, p. 43).

A escolha pela perspectiva holística, levando em conta a visão e os saberes da cultura afro brasileira, de algumas culturas africanas e indígenas, veio da necessidade de enxergar o corpo das mulheres de forma integral, mapeando também essas feridas da alma refletidas nos corpos. Lembrando que o sistema patriarcal e racista provocam constantemente às mulheres, principalmente às mulheres negras, agressões a sua integridade mental, emocional, física e espiritual. O projeto partiu da premissa que compreender-se na perspectiva holística é uma forma contra-hegemônica de cuidar-se e curar-se, pois não alimenta o sistema da indústria farmacêutica e da medicina ocidental que costuma excluir as especificidades de cuidados desse corpos. Sobre a negligência desse sistema de saúde hegemônico, a médica Jurema Werneck (2016, p.536) afirma que “A revisão da literatura especializada publicada no Brasil expõe a baixa presença que a saúde da mulher negra tem nos periódicos nacionais dedicados às Ciências da Saúde”.

Já se tem algumas pesquisas, a exemplo das citadas abaixo, sobre a utilização de métodos naturais que, por sinal, já são reconhecidos pelo SUS como formas de tratamento. Porém, de acordo com os dados desses estudos, poucos são os médicos que reconhecem a sua legitimidade. As nomenclaturas dadas pela medicina convencional a essas práticas modificam-se de acordo com a forma que ela é usada:

[...] quando essas práticas são usadas juntas com práticas da biomedicina, são chamadas complementares; quando são usadas no lugar de uma prática biomédica, consideradas alternativas; e quando são usadas conjuntamente baseadas em avaliações científicas de segurança e eficácia de boa qualidade, chamadas integrativas. (TESSER; BARROS, 2008, p. 916 apud: MACHADO; CZERMAINSKI; LOPES, 2012, p. 616)

Em uma das pesquisas realizadas por Ozirio Simões e Braian Castro (2017, p. 68) sobre o uso da medicina alternativa complementar, os autores afirmam que:

muitas pessoas usam MAC sem perceberem ou admitirem, já que diferentemente de terapias como a Acupuntura e Homeopatia, o uso de chá e a reza são práticas muito difundidas pela população brasileira em geral, mas pouco vinculadas às práticas alternativas. No estudo, temos praticamente as terapias mais conhecidas que são as mais utilizadas pelos entrevistados e vemos que o chá foi a terapia predominante em ambos os casos, seguido pelo remédio caseiro, acupuntura e reza.

Na pesquisa sobre o perfil dos usuários que buscam essas medicinas, os dados coletados sobre o porquê da utilização das medicinas alternativas e complementares constata-se que “está vinculado não só ao fato das terapias alternativas melhorarem o sucesso de um determinado tratamento, mas também está vinculado a insatisfação com a medicina convencional” (SIMÕES; DE CASTRO, 2017, p.67). Ora, levando em conta que a medicina convencional vem negligenciando a saúde da população negra, em especial a da mulher negra, outras práticas que incentivam o cuidado e tratamento da saúde de forma autônomas são compreendidas como de extrema importância para essa população. Desta forma, a saúde holista da mulher negra é pensada como uma forma de auxiliar nesse processo, uma vez que propõe outra relação com o corpo, mente, emoções e espiritualidade. Além dessa relação com os corpos, pode-se dialogar com os conhecimentos populares, sobre prevenção e tratamentos através de elementos da natureza e espiritualidade que tem sido deslegitimizados desde a modernidade.

Sabendo dos inúmeros efeitos colaterais que os remédios farmacêuticos causam e das sequelas que podem provocar com seu uso a longo prazo⁴, assim como a ligação desse sistema de saúde com o sistema patriarcal, atrelado ao capitalismo, o projeto visa ressignificar o conceito de saúde por meio de saberes da tradição oral de mulheres e homens que vieram antes de nós, curandeiras, rezadeiras, ervadeiras, parteiras, ialorixás, babalorixás, dentre outros mestres religiosos e da cultura popular, além de entidades espirituais, como os pretos velhos e a/os cabocla/os, presentes em diversas práticas religiosas de matriz africana, afro-ameríndia e ameríndia. Logo, quando menciono no projeto tratamentos naturais, refiro-me a formas de tratamentos que advêm desses saberes.

O público alvo do projeto de intervenção são mulheres negras residentes de São Francisco do Conde-BA e Santo Amaro-BA a partir da fase da adolescência. Quando o projeto foi escrito, inicialmente, a ideia era que as rodas fossem compostas apenas por mulheres negras, pois compreende-se que as violências raciais atingem, de alguma forma, todas essas

4 A exemplo do Omeprazol, medicamento receitado para a maioria das pessoas que apresentam quadro de gastrite. Já se tem diversos estudos sobre as sequelas que o uso desse remédio podem provocar ao longo do tempo (ARAUJO, 2017). A ialorixá Dalila Abreu, para tratar do mesmo problema passou-me o uso do sumo de batata todo dia pela manhã durante uma semana. Com esse tratamento, não senti mais o incômodo da gastrite - coisa que remédio farmacêutico algum conseguiu dar jeito por muito tempo, pois tratava os sintomas apenas quando os utilizava diariamente. Passei esse saber para outras pessoas e todas que fizeram, me relataram a melhora. Outro exemplo é o uso dos anticoncepcionais femininos que já foi comprovado, mediante diversos estudos, que depois de um tempo prolongado de seu uso podem provocar trombose. Os métodos contraceptivos das pílulas podem ser revistos através da ginecologia natural, que dá instrumentos para autoconhecimento dos ciclos corporais e a possibilidade de cada mulher optar por seus métodos sem utilização de drogas farmacêuticas.

mulheres e o espaço da roda, para além de proporcionar outras perspectivas de compreensão de si e autocuidado, seria um lugar de compartilhamento de experiência, conhecimento, identificação e acolhimento. Porém, durante a execução do projeto, essa composição foi modificada por perceber a carência dessas rodas para mulheres de classes baixas, independente da identidade racial. Essa modificação veio a partir do contato, estabelecido durante o planejamento da intervenção, com mulheres brancas vítimas de relacionamentos abusivos que apresentavam constantemente marcas roxas no corpo em decorrência de sofrimentos físicos e emocionais, e que demonstravam baixa estima em relação a suas capacidades. Diante dessa realidade, foi decidido que essa roda não seria fechada a apenas mulheres negras, mesmo sendo elas o público alvo principal.

A primeira ação do projeto, a roda intitulada como “Círculo de cura: diálogo sobre a saúde integral da mulher”, ocorreu no dia 5 de outubro de 2018 na Casa do Samba em Santo Amaro-BA. O círculo foi composto por 12 mulheres com perfis diversos sendo a maioria mulheres negras. Um dos resultados da roda foi a construção de um espaço virtual, via whatsapp, para continuarmos trocando experiências e para compor uma rede de acolhimento e apoio para a construção dos próximos Círculos de cura.

2. JUSTIFICATIVA

As minhas experiências pessoais no campo político, artístico, holístico e acadêmico são as bases para a construção deste projeto de intervenção. O que impulsionou a sua execução foi a inquietante vontade que tive ao longo de anos de participar de rodas de mulheres sobre ginecologia natural, sagrado feminino, ligação dos corpos com o cosmo, dentre outras temáticas relacionadas ao holismo e que não pude concretizá-la por falta de condições financeiras. Somando-se a isso, impulsionou-me também a minha própria existência enquanto mulher, negra, bissexual, de classe baixa, nascida e residente na Capelinha de São Caetano – bairro periférico da cidade de Salvador-BA.

Nesta condição de existência, passei pelo processo de me olhar no espelho e não gostar do que via por me comparar aos padrões de beleza eurocêntricos; de desaprovar a formação do meu corpo que eu não enxergava, nem tocava, mas sentia. Sentia quando eram as dores, muitas dores de gastrite que me levaram, por vezes, a médicas/os que diagnosticavam como gastrite nervosa e me passava calmantes e remédios farmacêuticos para proteger o

estômago. Além das dores de gastrite, sentia dores insuportáveis de cólica menstrual que não me permitiam andar⁵. Assim como milhares de mulheres negras, eu só soltava os cabelos quando minha vó o alisava no ferro – o ferro conseguia alisar o cabelo desde a raiz! Quando terminava de alisar, nem lembrava de como era meu cabelo antes, jogava o cabelo para os lados e sorria comparando-os ao cabelos da Malu Mader que passava na novela da globo. Resisti inconscientemente em aceitar minhas origens raciais e religiosas, mas consegui subverter a negação de mim, o processo de branqueamento, através dos conhecimentos e saberes que obtive nestes campos citados. Logo, essas vivências impulsionaram a execução do projeto de intervenção social “Círculos de cura...” porque não há sentido em descobrir caminhos para me descolonizar e não compartilhar esses caminhos com outras mulheres que não tiveram condições de estar nos espaços que eu tive e que sofrem de males iguais ou piores dos que passei e passo.

No campo político, cito o encontro de formação e capacitação em Feminismo e Graffiti⁶, do qual participei em 2015, no centro de Salvador, e onde tive a primeira experiência em uma roda de mulheres com o compartilhamento de vivências, lágrimas e abraços. A afetividade e a solidariedade observadas e vivenciadas neste espaço despertaram em mim a vontade de proporcionar a outras mulheres que não têm acesso a esses eventos, especialmente, em razão das dificuldades para acessar sua divulgação e para chegar até o centro da cidade. Quando menciono o acesso à divulgação, me refiro à circulação de informações sobre esse tema que não costumam chegar em espaços periféricos da cidade. Cursar uma faculdade no centro de Salvador me possibilitou ter acesso a esses eventos. Em 2016, fiz parte da organização do I Encontro de Mulheres Estudantes da Unijorge e, novamente, pude ter essa experiência em uma roda de mulheres, na qual compartilhamos afetividades e vivências enquanto mulheres em uma cultura machista. É de extrema importância ter em todos os espaços onde mulheres se reúnem, a experiência que as ativistas Guacira Oliveira e Jelena Dordevic (2005, p. 16) descrevem como:

cuidar de si mesma, cuidarmos umas das outras, deixarmo-nos ser cuidadas, retribuir o cuidado recebido; compartilhar as nossas emoções, os nossos achados na luta feminista e antirracista, as nossas dores e os caminhos para

5 Desde quando comecei a ter atenção ao corpo, fazer a mandala da lua, compreender os meus ciclos, tomar chás no período que antecede a menstruação, que já não sinto essas dores. Através dos saberes que tive através da ginecologia natural, reiki, roda de saúde holística em uma perspectiva afrocentrada e em um diálogo com mulheres mais velhas, compreendi que essas dores estavam ligadas ao modo de vida que eu tinha: alimentação, estresse, memórias dolorosas e a negação da energia feminina que estava intrínseca na minha negação enquanto mulher negra estavam diretamente relacionadas a essas dores.

6 Organizada pela MUMBI – Mulheres Militantes do Bairro à Internet

curá-las; valorizar o nosso saber, nossas experiências e as nossas capacidades é algo fora da ordem, subversivo.

No campo artístico, onde iniciei minhas experiências com a consciência corporal, concluí o curso de Teatro (2014-2015) com o coletivo Anexos, coordenado pelo ator Dêvid Gonçalves. Neste grupo, tive uma experiência aprofundada sobre o uso do corpo no teatro, o cuidado com o corpo e, conseqüentemente, a consciência corporal. Continuei desenvolvendo esses saberes ligados à consciência corporal no coletivo teatral Salvador das Artes, fundado pelo ator e professor de teatro, formado pela UFBA, Kadu Lima. Adentrei o coletivo em 2016 e permaneço até hoje. Também fui colaboradora do projeto de extensão *Corpo encruzilhada – Tradições do Recôncavo*, no qual participei de atividades com as temáticas da corporeidade e desde 2017, faço aulas de dança contemporânea com Carol Diniz (UFRB), atualmente, em parceria com o projeto de extensão *Saber do Corpo na Contemporaneidade: Dança Contemporânea e Cartografia*, no qual sou bolsista voluntária.

Neste projeto de intervenção social, concordando com Santos, considero que “o corpo como construção cultural é portador de emoções, sensibilidades, sentido ético-estético resultante das relações históricas e sociais. Estes sentidos definem a forma do homem ser, pensar e movimentar-se” (2009, p. 36). Passar pelas experiências, vivências e estudos sobre essas questões, me possibilitaram a compreensão da importância da consciência corporal para expandir os limites impostos aos corpos das mulheres, suprimindo suas potencialidades – o que interfere na construção da identidade e a compreensão de si por conta dos distanciamentos criados entre as mulheres e seus corpos.

No campo da saúde holística, adentrei aos poucos a partir de interesses referentes ao cuidado com os corpos, a ciclicidade destes, a forma integrada como o nosso organismo reage, a perspectiva de que tudo é energia, e a ligação de nós, seres vivos, com o cosmo. Sob o ponto de vista de Teixeira (1996, p. 289), a saúde para ser pensada em uma perspectiva holística

precisa ser estudada como um grande sistema, como um fenômeno multidimensional, que envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais e culturais, todos interdependentes e não arrumados numa sequência de passos e medidas isoladas para atender cada uma das dimensões apontadas.[...] Na valorização do corpo como um sistema, as abordagens bioenergéticas são bons exemplos.

Acompanhei a divulgação de algumas rodas de mulheres que tratavam de temáticas que dialogam com o holismo e com a saúde holística. Sem condições financeiras de acessar

esses conhecimentos por meio de oficinas e rodas, fui buscando informações sobre os mesmos através de pesquisas na internet, em livros, diálogos e convivências cheias de perguntas, entusiasmo e atenção com as mais velhas que se encontram em minha vida: Vera Lúcia, minha tia e rezadeira, Dalila Abreu, minha vó e Ialorixá, e Darcy Contreiras, minha madrinha, ervadeira, curandeira e Ialorixá.

Ao decorrer dos anos, com a vontade de adentrar esses espaços e com a minha pesquisa autônoma, já enquanto estudante da Unilab, encontrei e pude participar de algumas rodas com temas que dialogam com a saúde holística a “preços populares”. Em 2017, tive duas formações de Reiki – nível I e II com as mestras em Ma’Heoo’o Reiki Lenimar Cugiovici e Lorena Ribeiro. A primeira formação foi no parque de Pituaçu, localizado na orla de Salvador. E a segunda formação foi em um espaço privado localizado no Cabula, em Salvador. Nessa formação, além de aprender a técnica do Reiki e seus fundamentos, foi compartilhado saberes das culturas indígena e oriental. Particpei também da “Roda de Saúde Holística Feminina – uma perspectiva Afrocentrada”, ministrada por Sávia Santana na Maison – Casa & Aconchego, no Rio Vermelho – bairro de Salvador. A rua no Rio Vermelho era de difícil acesso para quem não conhecia o local, demorei uma hora e meia procurando e só cheguei no espaço por encontrar pessoas na rua que sabiam onde eram e que me levaram até lá. Outra roda que fiz parte foi sobre Ginecologia natural com a obstetra Nabila. Fui convidada a participar dessa roda que ocorreu em um bairro periférico de Santo Amaro, na casa de uma colega que ofereceu o espaço da sua casa para que sua amiga obstetra que visitava Santo Amaro, compartilhasse seus saberes conosco.

No campo acadêmico, através de debates e experiências pude ter embasamentos teóricos para conseguir compreender e refletir de forma mais aprofundada as questões que me inquietavam e que orientaram parte da construção do projeto de intervenção. Ao longo do curso do BHU, elaborei que a percepção que se tem de si é influência da consciência que se desenvolve sobre quem é você no mundo. Desta forma, a percepção que se tem sobre os corpos de mulheres negras acaba sendo atravessada pela (in)consciência criada através do imaginário social construído em bases racistas e sexistas. Assim, a percepção que se tem sobre si influencia na relação que se terá com o próprio corpo (RIBEIRO, 2018). Neste contexto, cito as imposições sociais, religiosas e políticas para que as mulheres se distanciem do seu corpo, que não tenham autonomia nos cuidados consigo, gerando a desconexão de si, a incompreensão dos seus ciclos e a repulsa ao próprio corpo.

Tal imposição encontra como um dos espaços de propagação as próprias instituições educativas, nas quais as mulheres são ensinadas a se distanciarem do seu corpo e controlar os seus desejos. Como aponta a escritora e teórica bell hooks (2013, p.253), ao refletir sobre suas experiências na escola, “O mundo público do ensino institucional era um local onde o corpo tinha de ser apagado, tinha de passar despercebido” pois, pensar sobre este corpo e ter atenção sobre ele seria “trair o legado de repressão e negação que nos foi transmitido pelos professores que nos antecederam, em geral brancos e do sexo masculino.”

O corpo por muito tempo na história, que nos foi contada pela supremacia branca, foi espaço para criação de discurso dominadores e repressivos pelo paradigma da religião e da ciência que colonizou não só os corpos mas as práticas espirituais que estão ligadas ao âmbito cultural. A mulher lidar com sua espiritualidade é uma forma de resistência e tem sido uma forma de lidar com as violências vividas no cotidiano, uma vez que a religião imposta é patriarcal e fomenta discursos opressores, sexistas e racistas. Refletir sobre a espiritualidade é também um movimento para buscar uma melhor relação com os corpos e que pode ser evocada, nas rodas propostas no projeto, pela perspectiva da ancestralidade afro-indígena. A perspectiva do caminho holístico, considerando o lado espiritual, pauta-se também nas reflexões de bell hooks (2017, p. 139). A autora afirma que

frequentemente a prática da espiritualidade feminista encontrou reconhecimento e aceitação nos espaços terapêuticos em que as mulheres tentavam curar as feridas provocadas por agressões patriarcais, muitas das quais ocorreram em suas famílias de origem ou em suas relações pessoais. . E foi nas terapias feministas que muitas mulheres reafirmaram sua busca pela espiritualidade. (tradução minha)

Os conhecimentos sobre os corpos da mulher e sua ligação com o cosmo, assim como a ligação entre os ciclos menstruais e os ciclos da lua; os saberes das parteiras, rezadeiras, raizeiras vem majoritariamente de mulheres com seus saberes ancestrais passados de geração a geração pela tradição oral. Não por coincidência, a ciência ocidental não tem considerado como práticas curativas esses conhecimentos e saberes obtidos de formas que fogem dos seus métodos científicos e são parte da cultura dos povos subjugados.

Acerca desse diálogo sobre a ciência ocidental e os saberes subjugados, a filósofa da ciência Isabelle Stengers (2017, p.12) tece diálogos com as bruxas⁷ pontuando seu pragmatismo e reflete como o processo de afirmação das ciências ocorre pela supressão de práticas classificadas, pela própria ciência, como equivocadas e irracionais. Essas obliterações

7 Ao se referir as bruxas, a autora dialoga com a neopagã Starhawk. A escritora e ativista Starhawk (2018) traça ligações entre espiritualidade e política, fazendo uma crítica a ciência ocidental.

não tem como ser dissociadas da expansão do capitalismo e do poder. (SZTUTMA, 2018, p.339) Segundo Stengers (2017, p.4) “em nome da Ciência, um julgamento foi atribuído à vida de outros povos, e esse julgamento também prejudicou gravemente nossas relações com nós mesmos – sejamos nós filósofos, teólogos ou senhoras idosas com seus gatos”.

Como forma de restituir a legitimidade desses conhecimentos e saberes, o projeto propõe trazê-los como primordiais para a prática de saúde e as atividades de consciência corporal baseiam-se na concepção de que “o conhecimento se dá através da experiência do corpo, que não é simplesmente percebida como irracional ou de segundo nível, mas como algo que impulsiona a força vital que mantém e move o corpo humano.” (BARBARA, 2002, p.185)

Cito os quatro campos distintamente: político, artístico, holístico e acadêmico, mas compreendo que todos esses estão em diálogo – coexistindo e complementando-se. Os conhecimentos e saberes obtidos através das pesquisas, vivências e convivências foram de extrema importância para constituir quem sou hoje com a consciência da importância desse cuidado integral com a saúde, que auxilia na qualidade de existência, compreensão de si.

2.1 ETAPAS DO PROJETO

Para chegar no plano de ação do projeto de intervenção foram necessárias as seguintes etapas:

a) Mapeamento para identificação do problema e do grupo a ser trabalhado

Esta etapa do projeto consistiu em um acompanhamento, pelas redes sociais (Facebook e Instagram), dos eventos que ocorreram/ocorriam/ocorreriam sobre as temáticas que dialogam com a saúde holística das mulheres. Nesse mapeamento, atentei-me ao valor cobrado e o local do evento. Quando os eventos já haviam ocorrido, observava também as fotos para identificar, fenotipicamente com bases nas leituras sociais, se as participantes eram brancas ou negras. Outra observação que fiz foi nas imagens de divulgação dos eventos. Nos registros fotográficos e imagens que estão ligados a divulgação desses eventos, as mulheres que aparecem são majoritariamente brancas.

Os eventos que encontrei com preços “populares” – isto é, mais acessível para uma estudante de graduação oriunda de uma família classe baixa – ou gratuitos, participei. Um sobre “Saúde holística feminina afrocentrada” e outro sobre “Ginecologia Natural”. A

participação nesses encontros consistiu em uma das etapas de observação participante na qual pude analisar as rodas. Nos eventos que já havia participado antes – isso inclui um sobre Reiki –, pude perceber a dificuldade do acesso aos espaços. O que ocorreu na comunidade periférica de Santo Amaro, que considero uma boa localidade se considerarmos o público que não tem acesso a essas rodas por questão de acesso de espaço e financeiro, mas em contrapartida, o evento pareceu-me restrito a uma comunidade acadêmica.

Durante essa etapa, apliquei questionários e dialoguei com algumas mulheres na Unilab e algumas mulheres de lugares diferentes de Salvador para identificar se elas já haviam escutado falar desses eventos, se já haviam participado – o motivo de ter participado ou não.

No final dessa etapa, pude confirmar a hipótese que eu tinha de que mulheres negras, de baixa renda, não tem acesso a eventos sobre essas temáticas. Meio aos dialogo entrevista, aplicação de questionário (45) diagnostico que essas mulheres não tem acesso a divulgação desses eventos e não tem condições financeiras para pagar a participação na media de valor solicitada por estes. A partir dessas observações, defino que o publico alvo do projeto são as mulheres negras. No desenvolvimento do mapeamento encontra-se a necessidade de intervir e desenvolver rodas com essas temáticas para mulheres que não tiveram condições de acessar esses espaços.

b) Referencial teórico que explique e ajude a analisar o problema

O material dessa etapa foi colhido no banco de dados da capes, via internet e na biblioteca. Para auxiliar na compreensão dos problemas e questões trazidas pelo projeto, busquei referenciais teóricos, respectivamente, sobre: constituição do sagrado feminino na relação cotidiana, em culturas de comunidades sobreviventes; a constituição da ciência ocidental e o paradigma da modernidade; formas de pensar a saúde com outras vias que não fosse a da ciência ocidental; como o sistema de Saúde no Brasil tem tratado as questão da saúde da população negra e, em especial, da saúde da mulher negra; análise de pesquisas que trazem dados sobre o sistema de saúde oficial via as praticas com tratamentos sem o uso de fármacos – as ditas praticas alternativas e/ou complementares; a importância de se pensar a espiritualidade como uma forma contra-hegemônica de cuidado e saúde.; como as mulheres ativistas estavam pensando na questão do autocuidado e da rede de afetos; as existências de mulheres negras e suas produções sobre sua condição de existência.

c) Construção de hipótese e objetivo de acordo com as análises feitas

As hipóteses foram construídas a partir das reflexões com base na minha vivência, na escuta de mulheres que não tem contato com as temáticas propostas, na escuta de relato de mulheres sobre sua relação com seu corpo antes e depois de terem contato com essas temáticas, na escuta e mapeamento de relato de vivência de mulheres negras que hoje estão integradas com as rodas e diálogos sobre a saúde em uma perspectiva holística e já não utilizam fármacos. Como suporte para criar as hipóteses utilizei o referencial teórico encontrado.

d) Escolha dos lugares que ocorrerá a intervenção e do público alvo

Na proposta das ações de execução do projeto ficaram definidas que as rodas seriam itinerantes para que pudéssemos ter experiência e diálogos em diversos espaços por conta de sua historicidade, saberes das pessoas que ali vivem e contato com a natureza.

Os espaços pensados para ocorrer os círculos de mulheres serão na Unilab, na casa do samba localizada em Santo Amaro, no Quilombo Dom João – distrito de São Francisco do Conde e a Cachoeira do Urubu, localizado próximo ao distrito de Pedras, na saída de Santo Amaro.

A escolha por desenvolver atividade na Unilab, espaço acadêmico baseou-se na compreensão da importância de ressignificar um espaço que adoce tantas estudantes – Afirmo os adoecimentos com base nos diálogos com mulheres que estabeleci ao longo da fase exploratória e de planejamento de projeto, assim como durante minha própria vivência nesta universidade.

O quilombo Dom João foi escolhido pela historicidade do local, pela relação com a natureza e pela (resistência e existência de mulheres nesse espaço que devem ser escutada, assim como suas experiências com a natureza, que é de onde elas tiram o que sustenta seus corpos – segundo a quilombola Dona Joca, que dialoguei e acompanhei em alguns momentos durante o desenvolvimento do projeto.

A Casa do Samba também foi escolhida pela sua historicidade. Mesmo localizada no centro de Santo Amaro é frequentado pela população das regiões periféricas, tendo a presença constante de mestras e mestres de Santo Amaro. Além de que, a proposta da Casa do samba é justamente a de transitoriedade da população negra naquele espaço que antes era a Casa Grande.

A escolha da Cachoeira do Urubu, antes chamada de Mãe d'água – segundo Criolo, que mora há anos na trilha para cachoeira, é pela dimensão histórica que há no lugar e pelo

contato direto com a natureza, que pode proporcionar às mulheres momentos que com a dinâmica do dia a dia, geralmente não se tem.

Os deslocamentos das mulheres para a Casa do Samba e para a Unilab foram possíveis graças ao transporte da universidade. As responsáveis por essa ação foram a professora orientadora Lia Laranjeira e a colega de Bacharelado em Humanidades, Mariele Cristina Conceição, mais conhecida como Mar.

e) Planejamento do plano de ação

Baseada nas outras etapas, tendo desenvolvido a hipótese e impulsionada pela vontade de oferecer espaços de acolhimento para troca de saberes e experiências entre mulheres. As ações foram planejadas para que ocorressem durante o mês de agosto e setembro nos espaços pensados. Para sua organização foi levado em conta os dias da semana que a maioria das mulheres trabalham e estudam, para que pudessemos atingir as mulheres da classe trabalhadora, acadêmicas e estudante do ensino básico.

f) Execução do plano de ação

O plano de ação não seguiu o cronograma planejado por conta das dificuldades que foram encontradas ao longo do seu desenvolvimento e execução. Contudo, as ações foram reconfiguradas e o evento ocorreu no dia 5 de outubro na Casa do Samba em Santo Amaro.

3. RELATOS E OBSERVAÇÕES SOBRE O EVENTO “CÍRCULO DE CURA: DIÁLOGO SOBRE A SAÚDE INTEGRAL DA MULHER”

O Círculo de cura ocorreu no dia 5 de outubro de 2018 às 14 horas e findou-se as 17horas e 40 minutos.

Às 14 horas eu ainda colocava as flores amarelas no jarro, era a única coisa que faltava fazer para organizar a roda e apenas uma mulher havia chegado. Mariele ligou informando que a saída do ônibus havia atrasado, mas já estavam a caminho. Na sala de entrada da Casa do Samba não havia ninguém. Pensei na importante de ter alguém na frente caso alguém chegasse e não localizasse a sala. A colega que havia chegado, estava deitada na canga dormindo porque tinha vindo direto da aula da faculdade. Deixei-a dormir e fui terminar de arrumar as flores sentada na entrada da Casa do samba. Enquanto eu arrumava, em um momento de distração, avistei algumas mulheres chegando. Ao mesmo tempo que elas

chegavam por um lado, o ônibus da Unilab apontava no outro. Mesmo por caminhos diferentes, a maioria chegaram juntas. Com sorriso enorme, recebo-as.

As mulheres não entraram logo para a sala, ficaram na varanda da Casa do Samba, meio as árvores, sentadas, conversando. Convidei-as para entrar, mas elas sugeriram esperar o restante das mulheres chegarem. Uma das participantes tinha ido com o filho, que brincava com as outras mulheres correndo pela varanda. Ela falou comigo que estava preocupada dele atrapalhar o evento, respondi que não tinha problema algum, que estava tudo bem e que ele faria parte da roda. Criança é vida! - completei, ao vê-lo brincar pelas árvores.

A presença da criança me fez perceber algo esquecido no planejamento e que será refletido para a próxima atividade: pensar em formas de mães, que não tenham com quem deixar suas crianças, não deixem de participar.

Fui para sala ver se faltava algo, logo após chegou a Raíne⁸ na sala tocando um berimbau. Há tempo eu havia pedido que ela ajudasse no cântico para iniciarmos a roda, mas no dia anterior eu havia encontrado-a bem doente, então achei que não teria essa contribuição. No dia 5, ela estava lá, revigorada, com berimbau na mão falando comigo para passarmos a música. Chegou uma outra participante – Luana, capoeirista, que não havia feito a inscrição mas tinha visto a divulgação pela internet no dia 5 e se juntou a nós.

Ainda faltavam duas mulheres que inscreverem-se juntas, o tempo estava passando, falei com uma delas no whatsapp, tive a confirmação que viriam, mas haveria atraso por conta do trabalho. Diante do horário e das coisas que estavam planejadas a serem feitas, decidimos iniciar. As 14:30, fomos às três, cantando e tocando, buscar as mulheres que já haviam chegado e que estavam no lado de fora.

Sáimos e chegamos com uma cantiga entoada pela Raíne: “Foi agora que cheguei, me mandaram lhe chamar, para ver a mulher toda pra poder nos consagrar.” A música entoada para início dialogou com a perspectiva dos sagrados femininos que pretende-se ser trazida durante o projeto. Na lógica ocidental universalizada, os corpos femininos sacralizados estão dentro de um padrão estético e moral que exclui a maioria das mulheres, sobretudo as mulheres negras. Consagrar a forma de ver e sentir o corpo feminino é compreendido como forma de pensar as potências desses corpos que foram condicionados pelo patriarcado e pelo racismo a não serem pensados de forma positiva, nem sentidos como produtores de

8 Raíne Machado é capoeirista, dançarina, poetisa, estudante de Bacharelado em Humanidades pela Unilab e foi convidada para compartilhar no círculo seus conhecimentos sobre a Mandala da Lua.

conhecimento e amados – que é uma via para o autocuidado, afetividade e cura. Logo, é importante “identificar a libertação de qualquer forma de dominação e opressão como uma busca espiritual que nos leva a uma espiritualidade que liga a prática espiritual às nossas lutas por justiça e libertação” (HOOKS, 2017, p. 140).

As mulheres vieram conosco meio aos cânticos, ficamos ao redor do círculo e aos poucos fomos sentando. Dei boa tarde, falei da felicidade que era ter aquele círculo formado, falei rapidamente sobre a proposta do projeto, sobre a importância da troca de experiências pois, as rodas partem da compreensão de que as experiências são fontes de conhecimento e o seu compartilhamento é aprendizado mútuo e pedi que nos apresentássemos umas as outras falando também o que nos levava até ali. A roda seguiu em sentido horário, começado pela Raíne que estava ao meu lado.

3.1 DIVERSIDADE DA RODA

Entre as participantes, pude perceber uma diversidade de perfis. Apenas duas mulheres já haviam participado de rodas com as temáticas propostas. Houve mulheres acadêmicas, ligadas à Unilab – dez brasileiras e uma internacional – e mulheres residentes de Santo Amaro, que mencionaram nunca ter tido contato com um evento com essa temática em Santo Amaro e isso despertou bastante interesse nelas.

3.2 DIÁLOGOS TECIDOS

Após as apresentações, iniciei falando da compreensão da saúde holística/integral de termos mais de um corpo ou campo energético: mental (que corresponde aos pensamentos), físico, emocional e espiritual – ambos coexistem e influenciando um no outro. Mencionei a medicina ocidental, que ao contrário da saúde holística e da ginecologia natural, não busca a raiz dos problemas, tratando apenas os sintomas. Esses conhecimentos trazidos foram dispositivos para iniciarmos diálogos sobre experiências com ginecologistas e medicas/os que mal olham ou tocam em nós quando vamos até elas/es. Outros conhecimentos trazidos foram a explicação sobre os principais chakras do corpo, a compreensão da ginecologia natural em relação às doenças que originam-se no campo mental antes do físico, a importância de nos auto-conhecermos como um ato prevenção e de cuidado com nossa saúde. Após essa introdução, pedi que a Raíne falasse mais sobre a mandala da lua. As falas do círculo foram dinâmicas, não ficou concentrado apenas em uma voz.

Dentre os conhecimentos pensados em ser trazidos pelas mediações nesta roda, ensinar a utilizar a mandala da lua foi um dos principais, pois a mandala é uma ferramenta norteadora deste processo estudo, reflexão e reconexão sobre si em relação ao ciclo menstrual, ciclo lunar e ciclicidade pessoal.

Foram distribuídas as mandalas prontas para as mulheres se guiarem na explicação de como utilizá-la. Havia lápis de cor no círculo, que foi levado com intuito de serem usados para colorir as mandalas como uma forma de já criar um vínculo com aquele instrumento de autoconhecimento. Uma ação a ser repetida em outras rodas, pois percebi as mulheres fazendo anotações de como utilizar a mandala e decorando-a ao seu modo com tanta atenção que foi lindo de ver. Aos poucos, algumas mulheres deitaram-se no chão para pintar, fazer anotações e dialogar.

Durante as explicações as mulheres eram questionadas, sendo convidadas a falar, outras vezes elas mesmas intervinham com questionamentos, desabafos e compartilhamento de experiências. Entre os assuntos abordados no diálogo estavam as energias e arquétipos de cada fase lunar com associações feitas às yabas, à influência das fases da lua nos seres vivos, ao que acontece no corpo durante cada ciclo menstrual, como identificar a saúde desses órgãos de acordo com as características do muco cervical e a ciclicidade dos corpos.

O diálogo foi fluido, às 17 horas ainda não tínhamos conseguido chegar na parte de falar sobre as propriedades curativas das ervas. Nesse horário, Mestre Primeiro me chamou para falar sobre o horário e disse que poderíamos ficar no espaço o tempo que precisássemos. Ao retornar, as mulheres me perguntaram se teria que findar e eu dei a boa notícia que não. Percebi então, a partir das expressões, que a boa notícia não era apenas para mim.

Ao falarmos das ervas e praticas de cura, uma das participantes mencionou a fala de um mestre “tem que cuidar da terra porque a terra é nossa mãe”, as duas mulheres que já faziam a mandala da lua compartilharam suas experiências com esse método e daí emergiram assuntos como: a relação da fertilidade com o estresse, as ansiedades do dia a dia, duas mulheres compartilharam acontecimentos traumáticos na sua vida e como percebiam agora a relação disso com coisas que sentiam em seus corpos. Uma das integrantes mencionou uma prática curativa que consiste em utilizar o vapor das ervas comum em seu país. Ao ver essa menção, identifiquei que ela falava do que conheci através das pesquisas como vaporização do útero. Emocionada, falei que conhecia esse ritual, mas saber que há tempos é utilizado em um país do continente africano me fez compreender um pouco da história dessa prática, que

seria uma das que eu explicaria como fazer no Círculo de Cura. Pedi que ela falasse mais a respeito, pois ela cresceu vendo as mulheres da sua comunidade fazerem.

Essa troca de experiências foi de extrema importância para potencializar o sentido da roda de troca de saberes e compreensão dos sagrados femininos em diversas dimensões culturais. O fato de uma dos espaços pensados para ocorrer as rodas ser na UNILAB, que tem o projeto de integração entre os países lusófonos do continente africano com o Brasil, proporciona às mulheres a experiência de tecer rede de saberes e cuidado entre mulheres na diáspora.

O carro que levariam as mulheres de volta para São Francisco do Conde já havia chegado, precisávamos adiantar. A vivência no Círculo de Cura foi de extrema importância, pois conseguiu atingir ao que se propôs: proporcionar um espaço de acolhimento para troca de conhecimento e experiências entre mulheres e apresentar novas formas de compreender a percepção de si por meio de uma perspectiva holística.

Agradei muito o compartilhamento que houve na roda e pedi que elas adiantassem por conta do atraso do transporte. Levantamos ainda dialogando sobre as ervas e eu disse que elas poderiam levar as ervas que tinha em exposição. Nesses últimos momentos de se ajeitar para ir, houve várias trocas de conhecimentos entre todas em relação às ervas, tudo muito rápido, mas mesmo assim enriquecedor. Falei sobre o uso da folha da costa na cabeça para curar as dores, identifiquei algumas ervas que estavam lá para algumas mulheres, falei do uso do alecrim pela manhã que é ótimo para dar disposição. Escutei outras mulheres falando do uso da arruda; outras formas de cura com a folha da costa; o uso do Barbatimão. Abraços, agradecimentos, o cheiro do incenso e ervas abraçando o ambiente, os sorrisos dando vida ao espaço, o até logo na porta da Casa do Samba, a criança saiu com duas espadas de Ogum nas mãos – que o/as levem bem por essas estradas, pedi.

4. ANÁLISE DA EXECUÇÃO E DIFICULDADES ENCONTRADAS

A falta de recurso financeiro foi a principal dificuldade encontrada. O cronograma e ações planejadas para que ocorresse tudo de acordo com a metodologia proposta foi de encontro à demandas pessoais e acadêmicas da proponente/executora. A não desistência e a reestruturação das ações, mostrou-se como uma alternativa válida, uma vez que a organização foi um momento de aprendizagem para desenvolver as outras atividades. Além de ter sido fundamental para compreender um erro no planejamento que foi o de não ter posto uma

definição e/ou análise de possíveis de apoios que poderiam ser solicitados e dialogados. Os pensados foi referente a transporte, espaço e alimentação, mas não de ONGs e coletivo de mulheres.

Entre as metas postas, as de ter 6 encontros no período de agosto e setembro, diálogo de saberes com mulheres mais velhas (ervadeiras, yalorixas, rezadeiras, quilombolas, etc), imersão em lugares que as participantes estivessem em contato direto com a natureza e iniciar com atividades de consciencial corporal através do movimentos não conseguiram ser cumpridas. Inicialmente, o não alcance dessas metas dava a sensação de desconforto por compreender que elas eram de extrema importância, mas a fala de Lélia Gonzalez, descrita a seguir, me trouxe conforto:

Aí que me parece que os africanos podem nos ensinar muito. Precisamos ter a paciência revolucionária [...] Você adquire uma sabedoria. Você verifica sua temporalidade, seu tempo de inserção, o que você pode fazer e tem a humildade de dizer: eu posso dar essa contribuição e darei com todo o carinho, mas eu não sou o único, não sou o salvador da pátria (GONZALEZ, 2015, p.85).

O que foi desenvolvido proporcionou uma experiência enriquecedora e estimulante para realizar as outras atividades planejadas. Na perspectiva de que muitas mulheres não puderam comparecer por conta dos deslocamentos necessários para conseguir votar, a data que ocorreu a roda não foi das melhores. Contudo, diante da realidade do curto prazo que se tinha para colocar em prática a meta de apresentar alguns resultados como trabalho de conclusão de curso; da disponibilidade de espaço e transporte entre o meado de setembro e início de outubro e o dialogo de disponibilidade das mulheres nesse período, foi a data mais apropriada. O planejamento da data, se atentando ao calendário – que para além das eleições estavam cheios de feriados no mês de outubro é algo a ser levado em consideração no próximo planejamento.

Uma outra dificuldade encontrada foi conseguir dar conta da produção no dia e ter condições físicas, mentais e emocionais para mediar algumas atividades. Havia sido convidada uma pessoa para fazer uma dinâmica de movimentos corporais livres – uma atividade de consciência corporal, mas no dia 05 pela manhã, ela desmarcou e eu fiquei responsável por fazê-la. Por fim, essa foi uma das metas não alcançadas, mas foi falado que essa atividade está na proposta e será trazida na próxima roda. Um dos motivos de iniciar a roda com essa atividade era propor uma dinâmica para expurgar as tensões – o catingo inicial foi um outro caminho para alcançar essa proposta.

Levando em conta os objetivos pensados com a estruturação do projeto, nessa roda pude perceber a concretude deles. A escolha de se criar roda de mulheres veio da necessidade de criar redes de intimidade e afetividade destas, uma vez que o sistema sexista tem fomentado há tempos o distanciamento e rivalidade entre essas mulheres. Pude observar essas redes através da troca de experiência, da confiança em falar sobre si a outras mulheres que não tem intimidades pré estabelecidas. A necessidade de construção de fluxos entre epistemologias diferentes que trazem a perspectiva de dar foco no ser em sua totalidade, saberes de curas e prevenções através de métodos naturais impulsionam uma outra relação com a natureza e ressignifica o conceito de saúde também foi alcançada ao analisar os conhecimentos e saberes compartilhados para autoconhecimento, prevenção, autocuidado e autonomia sobre os corpos.

5. RESULTADOS OBTIDOS

Os resultados obtidos vão além dos esperados pela proposição de metas para o primeiro encontro. Neste primeiro momento, conseguiu-se atender 11 mulheres com diversidade de perfis. Não deu tempo de ter um diálogo final para ter um retorno direto delas sobre a vivência no círculo, esse retorno veio de outras formas. De forma direta, através das que vieram falar comigo pela internet relatando como se sentiu e, indiretamente, através das propostas para as futuras rodas e relatos verificados no espaço virtual que criamos.

A partir de sugestões das participantes, criou-se um espaço virtual no whatsapp com intuito de compartilharmos materiais sobre as temáticas dialogadas, marcamos o próximo círculo e criamos uma rede de apoio. Por este espaço, pude compartilhar em PDF o livro “Manual de Ginecologia Natural e Autônoma” e falar sobre a disponibilidade de oferecer aplicação de Reiki gratuitamente à elas. Ao decorrer dos diálogos, uma mulher relatou que ao começar a tomar os chás e a fazer as mandalas, seu ciclo menstrual veio sem dor de cólica e com menos desconforto. Outras relataram está tomando os chá, pontuando quais eram, fazendo banho de assento e que essas praticas têm ajudado a elas lidar com o estresse diário. Neste espaço, algumas mulheres também tem desabafado sobre suas tristezas e angustias do dia a dia. Esses desabafos são acolhidos com afeto, diálogos e propostas de ervas que podem ajudar. Ao observar como tem sido tecido os diálogos nesse espaço, compreendi que a proposta do projeto com as rodas de construir um espaço de acolhimento para troca de conhecimento e experiências entre mulheres tem reverberado não apenas nas rodas.

Outras sugestões que vieram a roda, foi a de tentamos marca a data do próximo círculo, mas que não conseguimos por conta da incompatibilidade de horários e porque o ônibus já estava a espera de parte delas. Foi proposto que houvesse outra no mesmo mês, mas eu tive que informar que esse mês de outubro eu não tinha mais condições de organizar e solicitei que ela me ajudassem, pois o projeto precisava de auxílio para ocorrer. Obtive retorno positivo referente a essa solicitação. Outra proposta que surgiu foi de que fizéssemos uma oficina para produzirmos nossas próprias mandalas de acordo com cada ciclo individual e ir as comunidades onde as mais velhas vivem para escutá-las. Propostas que foram acolhidas e entrará no planejamento das atividades futuras

De acordo com os relatos nas apresentações individuais, pude perceber que o projeto conseguiu proporcionar essa experiência à mulheres que afirmaram nunca ter a oportunidade de participar de rodas dessa natureza.

As despedidas foram rápidas, ao chegar em casa tive retorno/relato de três mulheres agradecendo pelo Círculo:

“agradecer muito a experiência de ontem, os conhecimentos e a troca. Foi lindo”

“as sensAÇÕES vividas hoje foi incrível, amei a roda de saberes. Já tem várias mulheres querendo participar. Gratidão pelos conhecimentos e as trocas”

Os retornos e as propostas das mulheres que compuseram a roda são tidos como resultados de como o círculo reverberou positivamente sobre as participantes. A construção do espaço virtual foi de extrema importância pois conseguiu que a proposta da roda reverberasse por outros espaços e em outros momentos que não conseguíssemos nos reunir pessoalmente. Os retornos assim como as propostas são de extrema importância pois imprime que estamos indo pelo caminho certo e que foi conseguido criar um espaço de afeto, saberes e aconchego a essas mulheres que demonstraram quererem se reunir novamente.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os círculos de cura propostos no presente projeto de intervenção fazem parte de um movimento contra-hegemônico. A pesquisa e a prática envolvidas neste trabalho mostraram que cuidar de si e ter uma consciência da integralidade dos corpos são saberes existentes em diversas culturas ditas tradicionais, normalmente, negligenciados pela cultura ocidental. Esse movimento pretende provocar uma rasura no sistema patriarcal e racista que tem fomentado o

distanciamento das mulheres com os seus corpos. O fundamento para o desenvolvimento do projeto não veio apenas das minhas experiências de vida ou das teorias acadêmicas, mas sobretudo da observação e da escuta de mulheres nas rodas que participei, na internet e em diálogos relatando como esse compartilhamento de saberes as ajudaram a ter uma relação mais saudável consigo depois de experiências dolorosas provenientes da cultura machista e racista.

Mesmo não tendo conseguido atingir todas as ações propostas⁹, a experiência da execução foi enriquecedora, pois consegui: 1. ter uma visão sobre a prática de desenvolver as etapas do projeto de intervenção; 2. obter aprendizados através dos erros/acertos; 3. pôr em prática uma vontade que vinha do âmago em proporcionar a mulheres que não tem acesso a esses espaços, seja pela questão financeira ou de território; e 4. experienciar no Círculo de cura com mulheres a troca de saberes diversos, o afeto, a escuta e os cuidados. Afinal, como afirma a antropóloga e feminista negra Lélia Gonzalez em uma entrevista¹⁰: “a perspectiva é a de que a gente abra alguns caminhos e a gente tem que ter aí a consciência da nossa temporalidade, ou seja, a gente vem e passa, vem e passa no sentido de passar mesmo e passa também a nossa experiência para quem está chegando” (apud BARBOSA, 2015, p. 85).

Reunir 12 mulheres há dois dias que antecederiam as eleições presidenciais que põem em risco nossas vidas enquanto mulheres, mulheres negras e mulheres lgbts em uma tarde de sexta-feira e vê-las dialogando, sorrindo e compartilhando saberes é incentivador. Na roda, reconhecemos os modelos eurocêntricos que utiliza, via ciência ocidental, os nossos corpos como objetos e lucro farmacêutico. Esses modelos, como pontua Jurema Werneck (2009, p.106),

nos desqualificam, de abdicação ou retardamento da nossa afirmação a partir do princípio da autonomia. De todo modo, ainda nos resta a tarefa inconclusa, ou pouco valorizada, de buscar a voz própria. Refiro-me à busca de outras formas possíveis ou desejáveis de expressão e representação do que fomos, do que poderíamos ter sido, do que desejamos ser, antes e além do eurocentrismo e suas pressões simbolizadas pelo racismo heterossexista, sua dominação econômica e seus ataques no plano simbólico. Ainda que nos reconheçamos múltiplas, mutantes, inconclusas.

Através das novas reflexões que foram surgindo na execução do planejamento e do Círculo de cura, identifico que o papel do projeto é também auxiliar nessa tarefa. A utilização

9 Houve mudança em relação à quantidade e aos lugares dos encontros, além da ausência das mulheres mais velhas convidadas.

10 Entrevista concedida em Salvador a Jonas Conceição em 1991 para o jornal do Movimento Negro Unificado.

da perspectiva holística e dos sagrados femininos para pensar a saúde e estar no mundo é um dos caminhos propostos. Mas coletivamente podem ser construídos outros saberes e caminhos coletivos ou individuais para encontrar esse autoconhecimento, “sem demasiada valorização do individualismo e tampouco reificando culturas e seus aspectos de subjugação, o que nos tornaria cúmplices das demandas da atual avidez pelo exótico, pelo diferente, pela alteridade de consumo. Falando a voz de nossos desejos” (WERNECK, 2009, p. 106).

A maioria das mulheres, de alguma forma, possuem relações conturbadas com seus corpos que são compreendidos por elas, pelas pessoas que lhe cercam e por outras instâncias da sociedade por uma consciência construída pelo discurso patriarcal e racista. Ter-se esse tipo de percepção distorcida e negativa sobre si interfere na autoestima e experiências cotidianas refletindo na saúde e causando doenças.

Pensar na saúde das mulheres, majoritariamente negras, em condições socioeconômicas vulneráveis, e as políticas afirmativas que tratam de especificidades étnico-raciais é algo recente. De acordo com Jurema Werneck (2016, p. 537), “A vinculação entre racismo e vulnerabilidades em saúde chegou à agenda da gestão pública com mais força após a realização da Marcha Nacional Zumbi dos Palmares em 1995 (...)”. Ou seja, “grande parte das formulações conceituais de diretrizes e estratégias e da atuação em saúde da população negra teve origem fora do sistema de saúde, a partir da atuação dos sujeitos negros organizados, de suas análises, conhecimentos e valores.” (WERNECK, 2016, p.539).

No processo de formulação, Werneck ainda afirma que as mulheres negras tiveram destaque “não apenas por sua experiência histórica e cultural nas ações de cuidado, mas também por serem as mulheres negras a parte expressiva de trabalhadoras de saúde das diferentes profissões” (2016, p.539). Portanto, as ações de mulheres negras pensando em sua saúde e na saúde de outras mulheres negras é que tem gerado um movimento para a atenção à saúde de nossos corpos negros.

Contudo, mesmo com essas ações sendo construídas e postas em prática, o Sistema Único de Saúde (SUS) ainda não consegue dar conta das demandas dessa população, menos ainda às especificidades da mulher negra. A partir disso, reitero a importância de encontrar estratégias para modificar essa realidade a auxiliarmos as mulheres nesse movimento de cuidado com sua saúde. Principalmente as mulheres negras que histórica e culturalmente lhes é posto o papel de cuidadora (dos outros) e não são incentivadas a cuidar de si. Outro grupo de risco são as mulheres das classes baixas que ocupam muitas horas do seu dia trabalhando

na rua, cuidando de casa, das/os filhas/os, estudando e sob uma fetichização de “mulher guerreira”. Como afirma a filósofa Djamila Ribeiro,

Internalizar a guerreira, na verdade, pode ser mais uma forma de morrer. Reconhecer fragilidades, dores e saber pedir ajuda são formas de restituir as humanidades negadas. Nem subalternizada nem guerreira natural: humana. Aprendi que reconhecer as subjetividades faz parte de um processo importante de transformação (RIBEIRO, 2018, p. 14)

Os diálogos propostos nos Círculos de Cura buscam mostrar a importância da autoconsciência e do reconhecimento de nossas subjetividades, fragilidades, e de acolher e perceber as dores como um processo de cura. O primeiro encontro conseguiu acolher nos diálogos entre as mulheres todas as questões propostas e debatidas aqui. Então, ao pensar na entrevista citada de Lélia Gonzalez (1991), na qual ela diz que “A perspectiva é a de que a gente abra alguns caminhos” e ao considerar as primeiras ações concluídas no projeto de intervenção, penso que: os caminhos estão sendo abertos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Ivya. Deusa ou demônio? O controle do corpo e do comportamento da mulher através do mito da beleza. In: *Interfaces: ensaios críticos sobre escritoras*. Ilheus, BA: Editus, 2005
- ARAÚJO, Elisângela Graim de Matos. *Riscos e benefícios do uso prolongado de Omeprazol* Revista Especialize On-line IPOG - Goiânia - Ano 8, Edição nº 14 Vol. 01 dezembro/2017
- BARBOSA, Paulo Corrêa. Lélia Gonzalez: *o feminismo negro no palco da história*. Brasília: Abrovideo, 2015.
- BARBARA, ROSAMARIA. *A dança das Aiabás: dança, corpo e cotidiano das mulheres de candomblé*. (tese de doutorado) - USP. São Paulo, 2002
- FUKIAU, Kimbwandende kia bunseki. *A visão bântu kôngo da sacralidade do mundo natural*. Tradução portuguesa por Valdina O. Pinto. Associação cultural de preservação do patrimônio bantu-acbantu Comunidades organizadas da diáspora africana rede kôdya. Parceria Fome Zero, nº 067.
- HOOKS, Bell; *Ensinando a transgredir: a educação como prática da liberdade*. Trad. de Mrcelo Brandão Cipolla – São Paulo: Ed WMF Martis Fontes, 2013.
- HOOKS, Bell. *El feminismo es para todo el mundo*. Tradução em espanhol: Beatriz Esteban Agustí, Lina Tatiana Lozano Ruiz, Mayra Sofía Moreno, Maira Puertas Romo, Sara Vega González Maquetación. Ed. Traficantes de Sueños C/ Duque de Alba 13. C.P. 28012. Madrid. Tlf: 915320928. [e-mail:editorial@traficantes.net]
- LIMA, Patrícia Valle de Albuquerque Lima. *O holismo em Jan Smuts e a Gestalt-terapia*. Rev. *abordagem gestalt*. v.14 n.1 Goiânia jun. 2008
- MACHADO, D.C.; CZERMAINSKI, S.B.C; LOPES, E.C. *Percepções de coordenadores de unidades de saúde sobre a fitoterapia e outras práticas integrativas e complementares*. *Saúde em Debate* . Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 615-623, out./dez. 2012
- MARQUES, Juracy. *Ecologia do Espírito*. Paulo Afonso/BA: Editora da SABEH, 2016.
- MONTEIRO, Simone; MAIO, Marcos Chor. "*COR/RAÇA, SAÚDE E POLÍTICA NO BRASIL (1995-2006)*" In: Livio Sansone, Osmundo Araújo Pinho (organizadores) *Raça : novas perspectivas antropológicas / - 2 ed. rev.* Salvador : Associação Brasileira de Antropologia : EDUFBA, 2008
- OLIVEIRA, Guacira; DORDEVIC, Jenela. *Cuidado entre ativistas: TECENDO REDES PARA A RESISTENCIA FEMINISTA*. CFEMEA, BRASÍLIA/df, 2005
- REIS, Marieta. *Do moço do anela às coisas do azeite. Um estudo sobre as práticas terapêuticas no candomblé*. Salvador(BA): Kawo-Kabiyesile, 2014.
- RIBEIRO, Djamila. *Quem tem medo do feminismo negro?* Editora: Companhia das letras, 2018

SANTOS, Inaicyr Falcão dos. Dança E Pluralidade Cultural: Corpo e Ancestralidade. Revista Múltiplas Leituras, v.2, n. 1, p. 31-38, jan. / jun. 2009.

SOMÉ, Sobonfu. *O espírito da intimidade: ensinamentos ancestrais africanos sobre maneiras de se relacionar*. São Paulo: Odysseus, 2003.

SIMÕES, Oziris; CASTRO, Braian Valério Cassiano de. *Perfil dos usuários de medicina alternativa e complementar na região central de São Paulo*. AArquivos Medicos dos Hospitais e da Faculdade de Ciencias Medicas da Santa Casa de São Paulo 2017;62(2):63-70.

STARHAWK. Magia, visão e ação. Revista do Instituto de Estudos Brasileiros, Brasil, n. 69, p. 52-65, abr. 2018.

SZTUTMAN, Renato. Reativar a feitiçaria e outras receitas de resistência – pensando com Isabelle Stengers. Revista do Instituto de Estudos Brasileiros, Brasil, n. 69, p. 338-360, abr. 2018.

STENGERS, Isabelle. Reativar o animismo. Caderno de Leituras, n.62, Edições Chão da Feira, Belo Horizonte, mai. 2017

TEIXEIRA, Elizabeth. Reflexões sobre o paradigma holístico e holismo e saúde. Revista Esc. Enfermagem. USP. Vol 30, n2, São Paulo, 1996.

WERNECK, Jurema. *Nossos passos vêm de longe! Movimentos de mulheres negras e estratégias políticas contra o sexismo e o racismo* In: Vents d'Est, vents d'Ouest: Mouvements de femmes et féminismes anticoloniaux [en línea]. Genève: Graduate Institute Publications, 2009 (generado el 12 octubre 2018). Disponible en Internet: <<http://books.openedition.org/iheid/6316>>. ISBN: 9782940503827. DOI: 10.4000/books.iheid.6316.

WERNECK, Jurema. *Racismo institucional e saúde da população negra*. Saúde Soc. São Paulo, v.25, n.3, p.535-549, 2016

WILLIAMS, Eric. *Capitalismo e Escravidão*; tradução e notas de Carlos Nayfeld, revisão técnica de Ilmar Rohioff de Mattos. Ed. Americanas, Rio de Janeiro, 1975.

ANEXOS



Cartaz artesanal que foi utilizado para divulgação



Geisla Abreu
arrumando as flores
sentada na entrada
da Casa do samba
Fotografa: erê

Rafine Machado
tocando berimbau
antes das outras
mulheres entrarem
no espaço





Foto do centro do Círculo de cura - fotografia enviada por uma das integrantes
Fotografa: Jamile Reis



Mulheres em diálogo no Círculo de cura



Diálogos sobre a mandala da lua - foto enviada por uma integrante
Fotografa: Jamile Reis



Mandala da lua distribuída para as integrantes do Circulo – foto enviada pela integrante
Fotografa: Jamile Reis



Diálogos sendo tecidos entre as integrantes do círculo



Integrante do círculo segurando seu buquê de barbatimão, margaridinha e crisântemo, arruda, alecrim e erva doce. - Fotografia enviada pela integrante Jamile Reis



Após a arrumação do espaço, momento de ida e despedida do mestre que estava responsável pela casa do Samba quando íamos embora.