

Cesta cuidar-se: práticas populares, agroecológicas e solidárias de cuidado protagonizadas pelo GT Mulheres da AARJ

Care Basket: popular, agroecological, and solidarity practices of care led by the Women's Working Group of AARJ

SOUTO, Renata Lúcia¹; FELIPPE, Marcelle²; BOTELHO, Marjorie³; FURTADO DE MELO, Rebeca⁴; MACHADO DE ALMEIDA, Darcy⁵; DE SOUZA ROSA, Rosiney⁶; DE MEDEIROS DINIZ, Juliana⁷; MAYA, Tadzia⁸; DA CONCEIÇÃO ALVES, Larissa Cristina⁹.

¹ Mamífera, espacomamifera@gmail.com ; ² Verdejar Socioambiental, maragroecologia@gmail.com ;

³Ecomuseu Rural, ecomuseurural@gmail.com; ⁴ Colégio Pedro II, rebeca.melo.1@cp2.edu.br;

⁵Associação de Produtores Rurais de Sebastião Lan II, darcy2657@gmail.com ; ⁶ Meninas do Amanhã, rosiney1223@gmail.com; ⁷Cozinha Colher de Pau, jujumedeirosdiniz@gmail.com; ⁸ Escola Estadual Municipalizada Vila Silva Jardim, tadziamaya@gmail.com; ⁹ Verdejar Socioambiental, preta.27897@gmail.com.

RELATO DE EXPERIÊNCIA POPULAR.

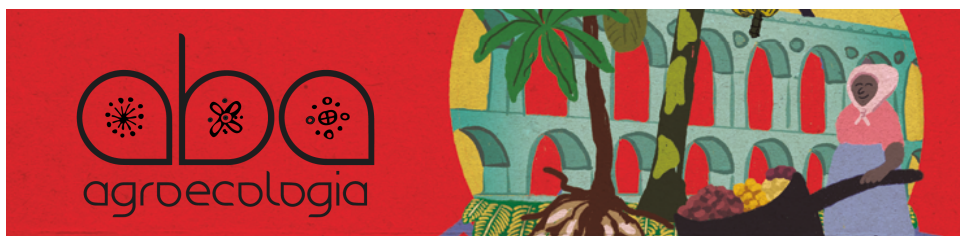
Eixo Temático: Saúde e Agroecologia

Apresentação e Contextualização da experiência

O Grupo de Trabalho de Mulheres da Articulação de Agroecologia do Rio de Janeiro (GT Mulheres da AARJ), sem personalidade jurídica, é um grupo permanente de fortalecimento, apoio e troca de experiências agroecológicas, tendo como base o feminismo, a economia solidária e o bem viver. Criado em 2013, o grupo integra Articulação Nacional de Agroecologia (ANA) através da AARJ e organiza-se em seis regiões do Estado do Rio de Janeiro: Metropolitana, Serrana, Serramar, Costa Verde, Norte e Médio Paraíba. Cada território tem particularidades e ações que demonstram autonomia e também elo com as práticas de bem viver.

É formado por agricultoras do campo e da cidade, assentadas da reforma agrária, indígenas, quilombolas, artesãs, técnicas, pesquisadoras, jovens, estudantes, ativistas, mães e avós. Questões como soberania e segurança alimentar e nutricional, divisão sexual do trabalho, acesso ao território, autocuidado e saúde mental, produção e comercialização de alimentos saudáveis, maternidade e combate ao machismo, ao racismo e outras formas de violência contra as mulheres fazem parte de nosso cotidiano de luta e resistência. Buscamos debater de forma articulada sobre como essas questões atravessam a vida das mulheres e o papel que elas têm tido na manutenção e reinvenção de práticas coletivas de cuidado em suas comunidades.

Durante a pandemia por COVID-19, percebeu-se, dentro do GT Mulheres, um agravamento das condições de saúde física e mental destas militantes, em especial as que se mostravam na linha de frente dos cuidados reprodutivos da família e em ações de acesso a direitos em seus territórios.



Desenvolvimento da experiência

A partir do espaço virtual “whatsapp”, conseguimos manter contato e reciprocidade sob a perspectiva “quem cuida de quem cuida”. Em abril de 2020, no início da pandemia, o GT percebeu a importância de reunir e compartilhar receitas de autocuidado para essas mulheres e assim surgiu a cartilha virtual “Cuidar-se: autocuidado em tempos de reinvenção”. A cartilha teve como objetivo compartilhar experiências de cuidado com o corpo, com o lar, com as crianças, com as idosas e idosos, com as mulheres de lutas que somos. Este material promoveu a ideia de fortalecimento integral da saúde, incluindo cuidados com a alimentação, com o sono e com a rotina, receitas de chás, sucos, o uso da aromaterapia, além de indicar materiais de leitura virtual, poemas e meditações. Ao cuidar de nós e da outra, estamos também cuidando da terra, das cidades, dos campos, das florestas, dos vários lugares que habitamos e compartilharmos em um movimento cíclico de nutrição da vida.

Diante de meses de muita troca de receitas e práticas de saúde integral, encontros virtuais mensais e apoio afetivo emocional, essa ideia cresceu e culminou com a organização da Cesta Cuidar-se, que se propôs a apoiar agricultoras e artesãs em suas atividades econômicas e militantes mais expostas ao COVID-19.

Percebemos a partir de relatos dentro do grupo de “whatsapp” que em tempos de isolamento social, havia um aumento da violência doméstica (agressão física e verbal) contra as mulheres, militantes ou ligadas a elas em seus territórios, deixando ainda mais em evidência que para muitas, nem mesmo seus lares eram lugares seguros. O contexto da pandemia também tornou ainda mais difícil a realização das denúncias; muitas mulheres ficaram sem as redes de apoio de suas comunidades e o acesso a serviços básicos ficou ainda mais deficiente.

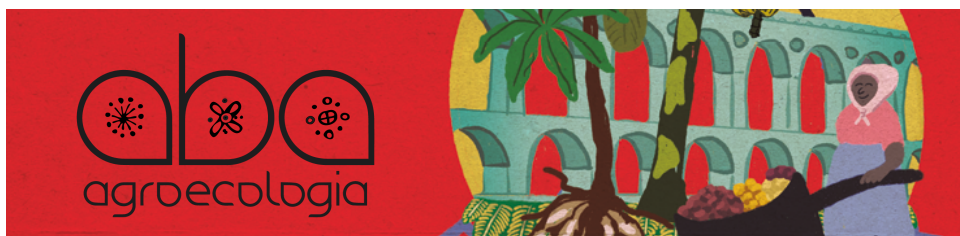
Em territórios mais vulneráveis à pandemia, como aqueles onde foram realizadas nossas ações, eram as mulheres a maioria dentre as pessoas que estavam na linha de frente de ações comunitárias e de solidariedade, desempenhando um papel chave na circulação de informações relevantes, nas ações de prevenção e de exigibilidade de direitos, especialmente saúde, alimentação e educação.

Participamos de um edital de combate à COVID-19 da Fiocruz e nosso projeto “Práticas Populares, Agroecológicas e Solidárias de Autocuidado em Saúde para mulheres em vulnerabilidade” não foi selecionado. Já tínhamos todo escopo de ação e articulação e resolvemos fazer uma “vaquinha” para arrecadar fundos e viabilizar a produção e distribuição de cem (100) Cestas Cuidar-se.

Junto com a vaquinha, submetemos nosso projeto a um edital de apoio remoto que nos possibilitaria refazer a cartilha Cuidar-se, assim como a hospedagem e desenho de site para o GT Mulheres, além de apoio na organização da logística de distribuição das cestas, pelo Caipiralab. Fomos contempladas e este edital foi um grande apoio para que as favelas da cidade do Rio de Janeiro e as regiões contempladas pela militância do GT Mulheres do Estado do Rio de Janeiro recebessem a Cesta.

Os itens da cesta foram:

4 Compostos de homeopatia



- 1 Tintura
- 1 Pomada milagrosa
- 1 Óleo de massagem
- 1 Sabão em pó de mamão
- 2 Sabonetes vegetais
- 200g de sal grosso marinho
- 4 porções de ervas secas variadas
- 2 mudas de plantas medicinais e/ou comestíveis
- 1 caderno com orientações acolhedoras e desenhos para pintura
- 2 máscaras de tecido
- 1 caixa de giz de cera

Recebemos, além do valor arrecadado pela doação voluntária, apoio financeiro das instituições PACS e ASPTA, além de coletivos como Rede CAU, Rede Ecológica e Teia de Solidariedade, para compor as despesas e execução do trabalho.

Entre produção, coleta e distribuição dos itens e Cestas foram mais de 50 locais envolvendo as regionais da AARJ: Metropolitana, Serrana, Serrana Leste, Serramar e Costa Verde.

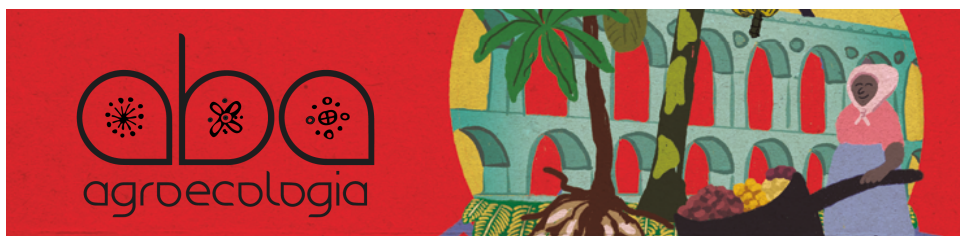
Diante da excelente experiência de entrega das Cestas, dois meses depois uma segunda arrecadação de recursos foi viabilizada por este coletivo. Conseguimos novamente apoiar financeiramente as produtoras dos itens da cesta e contemplar novas mulheres e regiões na distribuição dos itens de autocuidado. Criamos grupos de “whatsapp” para cada um dos territórios que receberam as cestas afim de acompanhar o uso dos itens e manter um espaço afetivo de troca e escuta.

Desafios

Como principais desafios encontramos a aquisição de matéria-prima para confecção dos produtos em meio à pandemia, com os estabelecimentos comerciais fechados e preços altos. Um outro ponto foi o custo de combustível e a logística para coleta dos produtos confeccionados e distribuição nas regiões envolvidas.

Para a aquisição das matérias-primas mais escassas realizamos compras coletivas e o deslocamento dos itens em questão por pessoas que circularam pelo Estado do Rio de Janeiro.

Para a distribuição das cestas buscamos pessoas que entendessem a iniciativa popular e pudessem receber um valor justo dentro dos recursos que tínhamos disponíveis. Contamos também com a colaboração no deslocamento por pessoas amigas que já estariam circulando nas regiões. A rede de comunicação envolvida através da AARJ nos territórios foi de extrema importância, assim como a compreensão da promoção do cuidado em um momento tão difícil para toda sociedade.



Principais resultados alcançados

Foram distribuídas 200 cestas em cinco regionais da AARJ. A maior parte das mulheres acolhidas dividiu os itens com vizinhas, familiares e pessoas que mostraram necessidade de cuidado emergencial. Temos, por isso, uma estimativa de mais de 1000 pessoas impactadas positivamente com a Cesta Cuidar-se, no período de 4 meses de atividade.

A partir dos relatos das mulheres envolvidas, podemos observar a importância do cuidado coletivo e territorial:

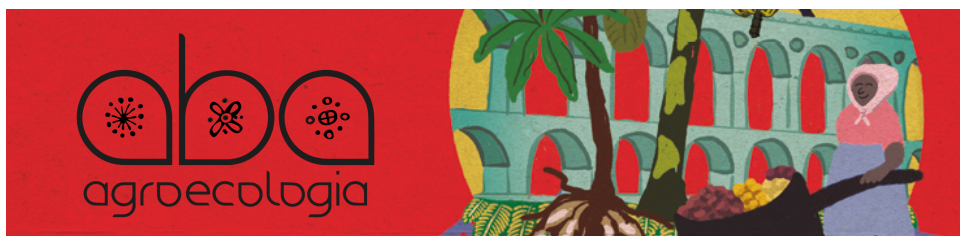
“Quando recebi a Cesta Cuidar-se, foi um alento, um mimo, em momentos tão difíceis que a gente estava passando com a pandemia do Covid 19, tantas coisas acontecendo sem que a gente soubesse realmente o que estava acontecendo. A Cesta veio trazer um alerta para nós, que estávamos cuidando de todas, de todos e esquecendo que também precisávamos de cuidado. E esse foi um mimo tão importante com o DNA de cada uma, o óleo de massagem da Renata, os Florais da Marjorie, os sabonetes da Tadzia, o sabão da Cida, as mudinhas de planta da Graça, a pomada do Grãos de Luz, e de cada território. Sentir a presença de cada uma junto com você. E aí a vontade também de multiplicar essa cesta com as amigas, com as mulheres do território aqui de Sebastião Lan, onde tanta gente precisava de ajuda, precisava de um de carinho e isso foi muito, muito, muito importante”. (Darcy)

“As cestas foram muito importantes na nossa comunidade aqui. Quando vieram as cestas para mim, eu dividi. Fiz aquela multiplicação com as meninas aqui da cozinha. Se eu disser uma coisa vocês não acreditam: até hoje eu ainda uso produtos da cesta. Eu recebi depois, eu comprei depois. E tem uns produtos aqui que eu uso muito para quando a gente cai e se machuca, aquele que a gente usa para passar, eu esqueço o nome. Nossa mãe, foi maravilhoso essas cestas. A gente poderia continuar com elas, né? Quem sabe...” (Juju)

“Foi de extrema importância a Cesta de cuidar. Ainda hoje uso a pomada milagrosa, as tinturas, os chás que preparo todas as noites com ervas frescas que tenho no quintal. Costumo fazer encontros no quintal de minha casa com meninas jovens, mães dividindo conhecimento, repassando o que aprendi com minha avó, benzedeira, parteira, macumbeira, que me ensinou a acreditar nas ervas medicinais”. (Rosiney).

As práticas coletivas de cuidado foram capazes de mobilizar estratégias para a promoção da saúde integral das mulheres envolvidas, assim como de suas famílias, comunidades e territórios. As cestas promoveram práticas coletivas na medida em que mobilizaram diversas e diferentes escalas de compartilhamento de ações. Desde uma ideia coletiva, até uma montagem coletiva, as trocas de mensagens e experiências, e a divisão dos produtos dentro de sua comunidade ou o uso desses produtos no cuidado de várias pessoas.

As cestas buscaram responder à complexidade de nossas vidas e a maneira como a pandemia produziu ou aprofundou nossas situações de vulnerabilidade. Para isso, era necessário compreender que o que estava em jogo não era apenas ações de fortalecimento da imunidade do corpo para que nós fôssemos capazes de



enfrentar e resistir a uma doença, mas perceber, por exemplo, o quanto as mulheres foram sobrecarregadas em seus trabalhos e triplas jornadas, que se tornaram ainda mais demandantes naquele momento. O isolamento, que foi uma medida fundamental para frear a contaminação, também suspendeu a possibilidade de contar com redes de apoio formais ou não formais ou com instituições que desempenhavam algum tipo de suporte nas jornadas cotidianas. Ele também significou o adoecimento emocional, o aumento da violência doméstica e a inviabilização de muitas formas de geração de renda, levando muitas mulheres, famílias e territórios a uma situação de insegurança alimentar e maior vulnerabilidade econômica.

Assim, ao propor as cestas buscamos incluir todas essas questões que transpassaram nossa experiência cotidiana da pandemia. As cestas foram capazes de enredar ações que fortaleceram as redes de escuta, denúncias, troca e auxílio, gerar renda, amizades e saúde. Cada produto levava um pouco de cada uma de nós até as outras, cada visita para entrega representava a lembrança de que seguíamos juntas mesmo em afastamento, cada relato de uso e cura transbordava em aprendizados e fortalecimento da necessidade de lembrar que precisávamos nos cuidar para seguir cuidando de nossas casas, famílias, comunidades e territórios. Coletivamente como GT Mulheres da AARJ, ganhamos força e potência e laços afetivos e rede de reciprocidade ainda mais fortes.

Disseminação da experiência

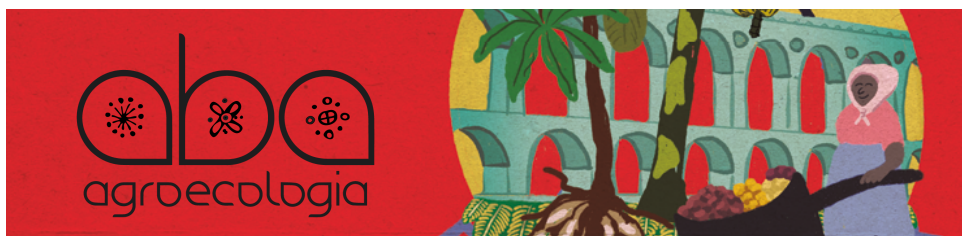
A Cesta Cuidar-se foi uma experiência que inspirou outros coletivos e projetos, assim como alimentou diversas ações dentro do próprio GT Mulheres.

O site do GT Mulheres da AARJ no domínio <https://www.mulhereseagroecologiarij.com.br>, ainda em construção, possibilitou maior visibilidade da experiência das Cestas, assim como do trabalho de cada agricultora, artesã, terapeuta e demais produtoras de saberes. Em um futuro próximo, intencionamos fazer uma lojinha virtual para favorecer a comercialização dos produtos agroecológicos destas mulheres.

O coletivo Teia de Solidariedade da Zona Oeste promoveu a produção e distribuição de itens de autocuidado na pandemia, e seguiu apoiando a iniciativa de geração de renda de mulheres vulneráveis na Zona Oeste do Rio, até os dias de hoje, em especial através do Quilombo Dona Bilina, em Campo Grande.

Na região Serrana as Cestas inspiraram a Caixinha de Autocuidado, iniciativa do Ecomuseu Rural e do Coletivo Grãos de Luz, que distribuiu produtos de autocuidado para mulheres de Nova Friburgo, Bom Jardim e Trajano de Moraes.

No âmbito acadêmico, a pesquisadora da Fiocruz Manguinhos Carolina Niemeyer submeteu o projeto de pesquisa “Quem cuida de quem cuida? Promoção emancipatória da saúde, cuidado e economia feminista” que tinha o objetivo de sistematizar as experiências de autocuidado a partir da Cesta Cuidar-se, assim como promover a geração de renda de mulheres ligadas ao GT Mulheres da AARJ e Rede Carioca de Agricultura Urbana. O projeto não foi aprovado mas na ocasião nos possibilitou vislumbrar a organização de dados desta rica experiência.



As instituições parceiras Verdejar Socioambiental e ASPTA aprovaram e executaram o projeto “Agroecologia cultivando saúde e bem viver nas favelas” que teve como escopo principal a confecção e distribuição da 600 Cestas Cuidar-se na Serra da Misericórdia, subúrbio do Rio de Janeiro. Contemplou também a distribuição de kits de alimentos agroecológicos e itens de educação e acolhimento de crianças na primeira infância. Promoveu mais de 15 encontros de imersão de autocuidado com sessão de cuidados, roda de conversa e oficinas de pomada, saboaria e escalda-pés e teve como desdobramentos a coletiva Mandalla Verde (das mulheres da Verdejar).

Dentro do GT Mulheres foi promovida uma série de encontros virtuais de cuidado e autocuidado com a troca de experiências sobre produção de tinturas, óleos medicados, sabão e outros produtos que envolviam a terapia integrativa e o resgate de saberes em saúde integral.

Esperamos, como GT Mulheres da AARJ, que o cuidado e autocuidado seja incorporado nas práticas cotidianas, tendo em vista que a Agroecologia é a mudança de mentes e dos nossos corpos-territórios, é de dentro para fora, é práxis, em busca de uma sociedade mais justa e promotora de saúde integral.

