

ESCREVIVÊNCIAS SOBRE NEGRITUDE, RACISMO E PRÁTICAS DE CUIDADO NO CIBERESPAÇO

ESCREVIVÊNCIAS ON BLACKNESS, RACISM AND CARE PRACTICES IN CYBERSPACE

Anderson Moraes Pires¹, Narla Eveline Ramos Lopes², Tamyres Soares de Souza³, Laís Helena de Sousa Nascimento⁴

¹Mestrando em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará. Especialista em Psicologia Sexual pelo Centro Universitário Faveni.
Contato: andersonpires@gmail.com

²Bacharel em Psicologia pela Universidade Estadual do Piauí. Especialista em Política da Assistência Social pelo Centro Universitário Internacional.
Contato: narlaevelinepsi@gmail.com

³Bacharel em Psicologia pela Faculdade Maurício de Nassau. Especialista em Psicologia Clínica.
Contato: ta.myres@hotmail.com

⁴Bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Estácio do Ceará.
Contato: psicologia.laisnascimento@gmail.com

Resumo

Este artigo relatou a experiência de participantes de um movimento social negro durante o ano de 2022, que atuaram predominantemente no ciberespaço. Desenvolvido a partir de uma perspectiva qualitativa crítica, com abordagem crítico-reflexiva, esta escrevivência também discutiu sobre as práticas de autocuidado de pessoas negras que participam de movimentos sociais no ambiente digital e se problematizou os desafios emergentes para a militância negra na era digital. Tal discussão se deu considerando as experiências de profissionais da psicologia, no ano de 2022, que estiveram na coordenação do Psicologia Denegrada – um coletivo que tem a saúde mental da população negra como pauta principal. No desenvolvimento desta escrevivência, evidenciou-se a dificuldade de abordar a negritude e práticas de cuidado, como tema central, sem recuperar casos de violência racial; a potência de grupos voltados para o cuidado de pessoas negras que utilizam códigos artísticos; e, algumas práticas que podem desmobilizar o ciberativismo negro. Desse modo, considerou-se o aquilombamento virtual como, simultaneamente, uma estratégia de luta e cuidado.

Palavras-chave: escrevivência; negritude; racismo; práticas de cuidado; ciberativismo.

Abstract

This article reports on the experience of participants in a black social movement during the year 2022, who acted predominantly in cyberspace. Developed from a critical qualitative perspective, with a critical-reflexive approach, this experience also discussed the self-care practices of black people who participate in social movements in the digital environment and problematized the emerging challenges for black activism in the digital age. This discussion took place considering the experiences of psychology professionals, in 2022, who were coordinating the Denegrada Psychology Collective - a collective that has the mental health of the black population as its main agenda. The development of this writing experience highlighted the difficulty of approaching blackness and care practices as a central theme without recovering cases of racial violence; the power of groups focused on the care of black people using artistic codes; and some practices that can demobilize black cyberactivism. In this way, virtual aquilombamento was seen as both a strategy of struggle and care. **Keywords:** escrevivência; blackness; racism; practices of care; cyberactivism.

Editor-associado: Ana Carolina Cordeiro Alves

Recebido em: 03/10/2023

Aceito em: 19/06/2026

Publicado em: 21/08/2026

Citar: Pires, A. M., Lopes, N. E. R., Souza, T. S. de, & Nascimento, L. H. de S. (2026). Escrevivências sobre negritude, racismo e práticas de cuidado no ciberespaço. *Mosaico: Estudos em Psicologia*, 14(1), 380-393.

Introdução

A experiência histórica da população negra no Brasil é atravessada por processos contínuos de desumanização que remontam ao período escravista e se atualizam em diferentes configurações sociais, políticas e institucionais. A constituição da sociedade brasileira a partir de ideologias e práticas racistas produziu formas duradouras de classificação e hierarquização dos sujeitos, estabelecendo aquilo que Neusa Souza (1983, p. 19) descreveu como um “paralelismo entre cor negra e posição social inferior”. Longe de representar apenas um legado do passado, tais processos permanecem operando na contemporaneidade, produzindo efeitos concretos sobre as condições de vida da população negra e sobre os modos pelos quais pessoas negras percebem a si mesmas, constroem vínculos e elaboram suas experiências no mundo.

Neste trabalho, compreendemos o racismo para além de manifestações individuais de preconceito ou discriminação. Trata-se de um fenômeno histórico, estrutural e relacional que organiza desigualdades, distribui privilégios e vulnerabilidades e participa ativamente da produção das subjetividades. Em outras palavras, o racismo “cria maneiras de tornar a vida abjeta e descartável” (Pires & Nascimento, 2025, p. 3). Nessa perspectiva, como defende Cida Bento (2022), o racismo atravessa instituições, práticas sociais e processos de constituição subjetiva, incidindo sobre os modos de sentir, existir e projetar futuros. Seus efeitos não se restringem às condições materiais de existência, mas alcançam também os domínios simbólicos e afetivos da vida social, impactando significativamente a saúde mental, o pertencimento coletivo e as possibilidades de participação política da população negra.

Em contraposição a essas dinâmicas de violência, os movimentos negros têm desempenhado papel fundamental na produção de estratégias de enfrentamento ao racismo e de afirmação da vida negra. Ao longo da história, tais movimentos constituíram espaços de denúncia das desigualdades raciais, reivindicação de direitos e elaboração de projetos coletivos voltados à construção de condições mais dignas de existência. O Movimento Unificado Contra a Discriminação Racial, por exemplo, assumiu como princípio a denúncia sistemática das práticas racistas e a organização permanente da comunidade negra para seu enfrentamento (Nascimento, 2016). Mais recentemente, o desenvolvimento das tecnologias digitais ampliou as possibilidades de atuação política desses movimentos, favorecendo a emergência de novas formas de mobilização, circulação de saberes e articulação comunitária em ambientes virtuais.

Nesse contexto, iniciativas como Portal Geledés, Alma Preta e diversos coletivos negros que atuam nas redes sociais digitais têm contribuído para a difusão de práticas antirracistas, para a valorização das produções intelectuais negras e para a construção de espaços de acolhimento e fortalecimento coletivo. Entretanto, a atuação política em ambientes digitais também expõe ativistas

e lideranças negras a formas específicas de violência, entre elas a disseminação de discursos racistas, ataques coordenados e processos permanentes de vigilância e hostilidade. Essa ambivalência tem sido discutida por Faustino e Lippold (2023), autores que argumentam que as tecnologias digitais são atravessadas por relações de poder que atualizam, em novas bases, dinâmicas coloniais de controle, extração de dados, vigilância e gestão das populações. Nessa perspectiva, os ambientes digitais apresentam-se como espaços de resistência e como territórios nos quais desigualdades raciais podem ser reproduzidas.

Essa tensão evidencia uma questão central para os movimentos negros contemporâneos: a necessidade de sustentar práticas de enfrentamento ao racismo sem negligenciar as condições de cuidado daqueles e daquelas que realizam esse trabalho político. Como argumenta Lorde (2019), o autocuidado não constitui uma prática individualista ou narcísica, mas uma estratégia de autopreservação profundamente vinculada à luta política. Em contextos marcados pela violência racial, cuidar de si e dos seus torna-se uma condição para a continuidade da existência e da ação coletiva. Tal reflexão torna-se ainda mais relevante quando consideramos que, conforme apontam Faustino e Lippold (2023), as plataformas digitais operam por meio de mecanismos que capturam atenção, modulam comportamentos e potencializam formas de exposição e desgaste subjetivo. Assim, pensar o cuidado no contexto do ciberativismo negro implica também problematizar as condições sociotécnicas nas quais a militância é realizada e os impactos dessas dinâmicas sobre a saúde mental e a sustentabilidade das ações coletivas.

Partindo dessas reflexões, este artigo tem como objetivo relatar nossa experiência enquanto coordenadoras de um movimento social negro durante o ano de 2022, cuja atuação ocorreu predominantemente no ciberespaço. Por meio da escrivência como estratégia teórico-metodológica, discutimos as práticas de cuidado construídas no interior dessa experiência coletiva e problematizamos os desafios colocados para a militância negra na era digital. Ao fazê-lo, buscamos refletir sobre as potencialidades e os limites do ciberativismo negro como espaço simultâneo de luta, produção de subjetividades e cuidado coletivo.

Movimentos Negros e Ativismo Digital

O movimento negro pode ser compreendido como um sujeito político coletivo que emerge das lutas históricas da população negra contra as diferentes formas de opressão racial presentes na sociedade brasileira. Conforme Gomes (2011), trata-se de um sujeito político que se organiza em diálogo com outros movimentos sociais na disputa pela construção de uma sociedade democrática. Nessa mesma direção, Domingues (2007) define o movimento negro como a luta empreendida pela população negra para enfrentar os problemas produzidos pelos preconceitos e pelas discriminações

raciais. O movimento negro constitui um campo plural de experiências, estratégias e formas de mobilização que se transformam em resposta às condições políticas e sociais de cada período histórico.

Embora a expressão “movimento negro” costume remeter às organizações explicitamente voltadas para a mobilização racial, essa compreensão não deve invisibilizar outros espaços de produção da vida coletiva negra. Terreiros de candomblé, escolas de samba, grupos culturais e diferentes formas associativas construídas pela população negra também desempenharam, ao longo da história brasileira, funções de fortalecimento identitário, preservação de memórias, produção de pertencimento e resistência às desigualdades raciais (Domingues, 2007).

Ao reconstruir a trajetória do movimento negro brasileiro durante o período republicano, Domingues (2007) demonstra que suas formas organizativas foram continuamente reinventadas. O autor identifica quatro grandes fases dessa trajetória (entre 1889 e 1937, entre 1945 e 1964, entre 1978 e 2000 e a partir dos anos 2000), evidenciando que cada período foi marcado por diferentes prioridades políticas, formas de organização e estratégias de enfrentamento ao racismo. Tal historicidade permite compreender que a pluralidade constitui uma característica central do movimento negro, cujas formas de atuação se modificam conforme as condições materiais, os conflitos sociais e os desafios políticos de cada época.

Entre as diferentes estratégias construídas pela população negra para enfrentar a violência racial, destaca-se a noção de aquilombamento. Souto (2021, p. 157) afirma que aquilombar-se “[...] diz respeito à criação de zonas de segurança, de acolhimento, de fortalecimento”. Nesses espaços, tornam-se possíveis o compartilhamento de experiências, a construção de alianças, a elaboração de estratégias coletivas e a circulação de saberes produzidos nas próprias experiências negras. Conforme argumenta a autora, o aquilombamento também favorece a possibilidade de obter suporte, reconhecer feridas, promover processos de cura e instruir-se reciprocamente. O aquilombamento constitui uma tecnologia coletiva de cuidado e resistência.

Adotamos a noção de aquilombamento como uma prática contemporânea de construção de vínculos, proteção coletiva e produção de estratégias de existência diante das múltiplas formas de violência racial. Essa compreensão remete à criação permanente de espaços de fortalecimento político, afetivo e comunitário. Trata-se de uma prática que possibilita sustentar formas coletivas de vida em contextos marcados pelo racismo. Como aponta Gomes (2011), as tensões, divergências e conflitos presentes nos movimentos negros não anulam seu potencial emancipatório; ao contrário, fazem parte dos próprios processos de construção política e elaboração coletiva de projetos de transformação social.

Quando deslocada para o ciberespaço, contudo, a noção de aquilombamento adquire contornos mais complexos. Se, por um lado, as redes sociais digitais ampliam possibilidades de

encontro, circulação de saberes e articulação política entre pessoas geograficamente distantes, por outro também operam segundo racionalidades que podem fragilizar os vínculos comunitários. Aguiar (2008, p. 15) define as redes sociais como formas de interação orientadas para a promoção de mudanças, constituídas pelas múltiplas relações estabelecidas entre indivíduos e grupos. Entretanto, tais relações não se desenvolvem em um vazio. Como adverte Acosta (2019, p. 10), “Os meios de comunicação promovem o consumismo e o individualismo, e até mesmo decidem os valores e a cultura que devem ou não ser difundidos”.

Essa observação torna-se particularmente relevante quando pensamos o aquilombamento virtual. Enquanto o aquilombamento pressupõe acolhimento, reciprocidade e fortalecimento coletivo, as plataformas digitais frequentemente operam por meio da exposição permanente, da competição por visibilidade e da valorização de performances individualizadas. Além disso, Acosta (2019) alerta para os limites das propostas de “bem viver” que não enfrentam criticamente os padrões de consumo e as formas contemporâneas de produção de subjetividades. Assim, o ciberespaço apresenta-se como um território marcado por disputas.

Apesar dessas tensões, as redes sociais digitais têm se constituído como importantes espaços de mobilização política. Conforme destacam Malta e Oliveira (2016, p. 61), elas podem funcionar como “[...] uma ferramenta importante para que indivíduos e grupos possam atuar como agentes de transformação”. É nesse contexto que emerge o ciberativismo, entendido por Ugarte (2008, p. 55) como “[...] toda estratégia que persegue a mudança da agenda pública, a inclusão de um novo tema na ordem do dia da grande discussão social, mediante a difusão de uma determinada mensagem”. O ciberativismo não se limita, portanto, à presença de sujeitos nas plataformas digitais; trata-se de uma prática política orientada para a disputa de sentidos, produção de visibilidade e transformação social.

No caso da população negra, o ciberativismo tem desempenhado papel relevante na ampliação dos debates públicos sobre racismo, direitos humanos e justiça social. Lima (2022) argumenta que os ativismos negros e feministas mediados pelas tecnologias de informação e comunicação contribuíram para expandir os parâmetros das agendas contemporâneas de direitos humanos. Carneiro e Pinheiro (2021), ao analisarem a atuação de Djamila Ribeiro, Lívia Natália e Luna Génot durante a pandemia de Covid-19, evidenciaram como as plataformas digitais possibilitaram a circulação de vozes negras que historicamente foram silenciadas nos espaços institucionais de produção de conhecimento e de decisão política. De modo semelhante, Nascimento e Mota (2021) identificaram o potencial do ciberativismo negro para o fortalecimento de práticas educativas antirracistas, indicando o crescimento desse campo de estudos nos últimos anos.

Em conjunto, essas produções demonstram que o ciberativismo negro constitui uma das expressões das estratégias historicamente construídas pelo movimento negro para enfrentar o

racismo e disputar projetos de sociedade. Contudo, a expansão dessas práticas também exige atenção aos seus efeitos subjetivos e políticos. Afinal, os mesmos ambientes digitais que possibilitam o aquilombamento são utilizados para a difusão de discursos racistas, sexistas e autoritários (Lemos & Coelho, 2022). Compreender essa tensão é fundamental para analisar as potencialidades e os limites das práticas de cuidado e resistência desenvolvidas por movimentos negros no ciberespaço.

Procedimentos Metodológicos

Este artigo se constitui como um relato de experiência – uma escrevivência – que tem uma perspectiva qualitativa crítica, com abordagem crítico-reflexiva. A perspectiva mencionada busca compreender a si mesma como uma prática a fim de conscientizar, em vez de, somente, descrever uma realidade social (Carspecken, 2011). Não estamos interessadas, por exemplo, somente com os dados numéricos sobre o tema aqui discutido. Desse modo, ao informar e descrever, acreditamos que temos o potencial de fomentar mudanças sociais.

Lembramo-nos, em razão disso, da prática de escrevivência, e posicionamos essa prática como uma ferramenta metodológica para este relato de experiência. Conceição Evaristo, em um jogo de escrever, viver e se ver, explica que a escrevivência é uma prática ou um caminho afro-referenciado que borra a imagem de sofrimento do passado, mas não somente. *Escreviver* é “[...] contar histórias absolutamente particulares, mas que remetem a outras experiências coletivizadas, uma vez que se compreende existir um comum constituinte entre autor/a e protagonista” (Soares & Machado, 2017, p. 206). Também entendemos, a partir da produção intelectual de Evaristo e de outras autoras que têm colocado a escrevivência como um método de produção de conhecimento (Soares & Machado, 2017; Alves-Machado, 2021), que a produção da escrevivência é uma maneira de reinvenção das nossas subjetividades.

Portanto, para a produção desta escrevivência, concentramo-nos no período de janeiro a dezembro de 2022, um ano marcado por alterações em decorrência do retorno às atividades presenciais que a pandemia de Covid-19 havia pausado. Esse ano também foi escolhido porque, mesmo com o retorno às atividades presenciais, conseguimos, no Coletivo Psicologia Denegrída, integrar ações nas redes sociais digitais, o que nos mostrou que também praticamos um ciberativismo.

Recorremos às pautas e registros das reuniões realizados no ano em questão, além de anotações que fizemos em blocos de notas individuais. Também revisitamos o histórico de conversas nos nossos grupos de whatsapp para que pudéssemos lembrar de eventuais ocorridos que, a nosso ver, mereciam menção.

Uma Breve Contextualização do Coletivo Psicologia Denegrida

O Coletivo Psicologia Denegrida surgiu em março de 2019, inicialmente como um grupo de estudos formado por estudantes de Psicologia de uma instituição de ensino superior. Sua criação esteve relacionada à percepção das limitações de uma formação historicamente marcada pela centralidade de referenciais eurocentrados e pela reduzida presença de autoras e autores negros nos currículos da área. Diante desse contexto, o grupo passou a promover debates sobre saúde mental da população negra.

O interesse despertado por essas iniciativas e a aproximação com pautas dos movimentos negros impulsionaram a transformação do grupo de estudos em um coletivo voltado à produção de práticas de cuidado. Desde então, o Psicologia Denegrida desenvolve atividades como grupos de estudo, oficinas, palestras, clubes de leitura e ações de divulgação científica, fundamentadas em contribuições de intelectuais negras e negros que problematizam as relações entre racismo e saúde mental.

Com a pandemia de Covid-19, parte significativa dessas ações foi deslocada para o ambiente digital. Em 2022, período abordado neste relato, o coletivo ampliou sua atuação por meio de clubes de leitura, produções para redes sociais, transmissões on-line e podcasts, ao mesmo tempo em que passou por um processo de reestruturação interna. Atualmente, sua coordenação é composta por quatro profissionais da Psicologia e conta com a colaboração de outras pessoas que participam da elaboração e execução das atividades desenvolvidas.

Promovendo Saberes Negros e Práticas de Cuidado

Em janeiro de 2022, durante a primeira reunião interna da coordenação do Coletivo Psicologia Denegrida, discutimos as ações que seriam desenvolvidas ao longo do ano. Entre as propostas levantadas estavam a retomada do clube de leitura on-line – denominado, naquele momento, “Clube do Livro” –, a produção de vídeos e áudios para as redes sociais e a continuidade da participação em rodas de conversa sobre saúde mental da população negra. Apesar de nossas trajetórias distintas, compartilhávamos a revolta, a raiva e a inconformidade produzidas pelas experiências cotidianas de racismo. Tais afetos expressavam a permanência de um sistema social que, como argumenta Souza (1983), produz subjetividades atravessadas pela inferiorização racial e pela constante necessidade de negociação da própria humanidade.

Diante disso, decidimos priorizar o clube de leitura. Mais do que divulgar a produção intelectual de mulheres negras, buscávamos criar um espaço de encontro, acolhimento e elaboração coletiva das experiências vividas durante a pandemia de Covid-19. Nossa aposta era que a literatura negra poderia funcionar como mediadora de processos de reconhecimento, identificação e

fortalecimento mútuo. Em outras palavras, tratava-se de construir, ainda que virtualmente, um espaço de aquilombamento.

O primeiro ciclo teve início em fevereiro de 2022, a partir da leitura de *Olhos d'água*, de Conceição Evaristo (2016). Disponibilizamos inicialmente vinte vagas gratuitas, preenchidas por meio de formulário eletrônico. Diante da procura, ampliamos o número de convites para vinte e cinco participantes. Ao final, doze mulheres negras, residentes em diferentes regiões do país, permaneceram frequentando os encontros. Realizamos seis reuniões quinzenais sem a definição prévia dos contos que seriam discutidos. Essa escolha metodológica reflete nosso desejo de acompanhar o movimento do próprio grupo, permitindo que os interesses, afetos e inquietações das participantes orientassem os percursos da leitura.

Desde os primeiros encontros, buscamos construir uma atmosfera de acolhimento. Era prática recorrente iniciar as reuniões com músicas compostas e interpretadas por pessoas negras, criando um ambiente que favorecesse a escuta e o compartilhamento de experiências. O grupo se desenvolveu lentamente, como se precisasse construir as condições necessárias para que determinadas histórias fossem narradas. A escrita de Evaristo (2016) mobilizou temas como pobreza, racismo, violência urbana, abandono e sobrevivência, exigindo de todas nós uma disponibilidade afetiva para lidar com memórias, dores e experiências frequentemente silenciadas.

Com o passar dos encontros, percebemos que a literatura operava como um catalisador de narrativas pessoais. As histórias presentes em *Olhos d'água* eram recebidas como experiências capazes de convocar lembranças familiares, trajetórias comunitárias e reflexões sobre as marcas do racismo em nossas vidas. Nesse sentido, os encontros produziram algo semelhante ao que Bento (2022) descreve como um processo de desvelamento das estruturas raciais que organizam a sociedade brasileira. Ao compartilhar experiências, as participantes deslocavam a compreensão do sofrimento de uma dimensão individual para uma leitura coletiva e política das desigualdades raciais.

A potência dessa experiência levou o grupo a solicitar a continuidade das atividades. Assim, em maio de 2022, iniciamos um novo ciclo de leitura, desta vez dedicado à obra *Quarto de despejo: diário de uma favelada*, de Carolina Maria de Jesus (2019). Como algumas participantes não puderam permanecer e ainda havia vagas disponíveis, abrimos uma nova chamada pública. Quatorze pessoas se inscreveram e aproximadamente oito concluíram os onze encontros realizados.

A escolha de *Quarto de despejo* não foi aleatória. A obra de Carolina Maria de Jesus explicita, de forma contundente, os entrelaçamentos entre racismo, pobreza, gênero e exclusão social. Sua narrativa evidencia aquilo que Faustino e Lippold (2023), em diálogo com Fanon, identificam como os efeitos concretos das estruturas raciais sobre a experiência vivida. Embora separadas por décadas da realidade narrada por Carolina, reconhecíamos em suas (e nossas) palavras elementos que

permanecem presentes na vida da população negra brasileira: a precarização das condições de existência, a vulnerabilidade social e a constante necessidade de desenvolver estratégias de sobrevivência diante da violência estrutural.

As discussões sobre a obra frequentemente extrapolavam os limites do texto literário. Carolina registrava a fome e a indignação diante das desigualdades produzidas por decisões políticas. Em um dos trechos debatidos, afirma: “Eu quando estou com fome quero matar o Jânio [Quadros / ex-presidente], quero enforcar o Adhemar [de Barros / ex-prefeito de São Paulo] e queimar o Juscelino [Kubitschek / ex-presidente]. As dificuldades cortam o afeto do povo pelos políticos” (Jesus, 2019, p. 28). Essa passagem suscitou reflexões sobre o contexto político brasileiro vivido em 2022, marcado pelos efeitos da gestão federal alinhada ao bolsonarismo, pelo aprofundamento das desigualdades sociais e pela circulação ampliada de discursos autoritários e de extrema-direita. Em nossas conversas, compreendíamos esse cenário como produtor de insegurança social e de ameaças às políticas públicas voltadas à saúde, educação e garantia de direitos.

Ao mesmo tempo, a leitura de Carolina produziu efeitos inesperados. Ao narrar detalhadamente sua experiência com a fome e o sofrimento de seus filhos, a autora mobilizou memórias familiares e experiências coletivas que atravessavam muitas de nós. Embora nenhuma participante estivesse submetida às condições extremas descritas na obra, a narrativa acionava lembranças de mães, pais, avós e avôs que enfrentaram contextos semelhantes de privação. Nesse sentido, a leitura compartilhada revelou que a fome descrita por Carolina não dizia respeito apenas a uma experiência individual ou histórica, mas integrava uma memória coletiva de parte da população negra brasileira.

Tal experiência nos levou a compreender os clubes de leitura como espaços de cuidado e elaboração psicossocial. Ao compartilhar histórias, reconhecer sofrimentos comuns e construir interpretações coletivas para experiências frequentemente individualizadas, produzíamos formas de aquilombamento que ultrapassavam a dimensão intelectual da leitura. Os encontros tornaram-se espaços de acolhimento, fortalecimento e reconstrução de sentidos diante das violências produzidas pelo racismo. Em consonância com Souto (2021), entendemos que aquilombar-se envolve criar “zonas de segurança, de acolhimento, de fortalecimento” (p. 157). Foi precisamente isso que observamos emergir nos clubes de leitura: um espaço virtual onde a literatura negra se transformava em dispositivo de cuidado, resistência e produção de outras possibilidades de existência.

Na Luta para Cuidar de Si e do Outro em uma Rede de Ódio

Nas reuniões e demais espaços de convivência do Coletivo Psicologia Denegrada, tornou-se recorrente a afirmação de que não haverá paz enquanto a sociedade brasileira continuar reproduzindo e alimentando o racismo. Tal percepção não emerge apenas de formulações teóricas ou

posicionamentos políticos abstratos, mas das experiências concretas que atravessam a vida da população negra. Se, por um lado, os movimentos negros têm ampliado sua presença no ciberespaço e produzido importantes estratégias de mobilização, por outro, as tecnologias digitais também se consolidaram como espaços de atualização das violências raciais.

Na internet, o racismo alcança crianças, adolescentes, adultos e idosos; atinge artistas, intelectuais, estudantes, profissionais da saúde, atletas e trabalhadores dos mais diversos campos. Embora determinados grupos – especialmente mulheres negras – sejam alvos privilegiados dessas violências (Malta & Oliveira, 2016; Lima, 2022; Carneiro & Pinheiro, 2021), o racismo digital revela a capacidade de adaptação das estruturas raciais aos novos meios de comunicação. A simples realização de uma busca em plataformas digitais permite identificar inúmeros episódios ocorridos na última década, evidenciando que o ambiente virtual não constitui uma ruptura com as desigualdades raciais presentes na sociedade, mas uma de suas formas contemporâneas de manifestação.

Reconhecendo a centralidade que as tecnologias assumiram na produção das relações interpessoais e dos processos de subjetivação (Acosta, 2019; Lemos & Coelho, 2022), optamos por investir na produção de conteúdos antirracistas voltados às redes sociais digitais. Nossa atuação concentrou-se principalmente no Instagram, plataforma que possibilita ampla circulação de conteúdos, respostas rápidas e maior potencial de compartilhamento. Paralelamente, ocupamos plataformas de áudio por meio de um podcast voltado para debates sobre saúde mental da população negra, abordando temas como *Mulheres negras acadêmicas em diversos contextos*¹, *Paternidade negra: afeto e responsabilidade*² e *Terapia para população negra*³.

Entendíamos essas ações como práticas coletivas de cuidado. Contudo, a própria dinâmica das plataformas digitais logo revelou importantes contradições. A velocidade de circulação das informações, a fragmentação dos conteúdos, a lógica dos recortes descontextualizados e as limitações dos recursos comunicacionais frequentemente dificultavam a construção de debates mais complexos. Além disso, observávamos que sentimentos, experiências e posicionamentos políticos eram frequentemente reduzidos a interpretações simplificadas, produzindo conflitos e incompreensões que ultrapassavam os conteúdos originalmente publicados.

Nosso perfil no Instagram ultrapassava treze mil seguidores durante o período analisado. As publicações frequentemente alcançavam milhares de visualizações, curtidas e comentários, indicando

¹ Acesso ao episódio completo em:
<https://open.spotify.com/episode/3jrSBBL5KoQmaBm6Xgro1o?si=toSDLcxHTKOVl0rgExr0wA>

² Acesso ao episódio completo em:
<https://open.spotify.com/episode/2aXPVlIHhXAlDgcwTgi65?si=2c3df5f421764ac7>

³ Acesso ao episódio completo em:
<https://open.spotify.com/episode/5qYugSY6obQf18KPtHTlQC?si=fc8debb96ee549fc>

o interesse de muitas pessoas pelas discussões promovidas pelo coletivo. Esse engajamento era recebido por nós como um sinal da relevância das pautas abordadas. Entretanto, a ampliação da visibilidade também significava maior exposição a manifestações racistas e ataques direcionados às nossas produções.

Entre os comentários recebidos, destacamos dois exemplos publicados em uma postagem⁴ que divulgava uma fala de Silvio Almeida sobre a impossibilidade teórica e política da noção de “racismo reverso”:

Quando “o negro” defende políticas que os separam da sociedade, como a política de cotas raciais, que tem por premissa a “incapacidade” de uma parcela da sociedade pela quantidade de melanina, faz o uso sistêmico do racismo, segregando-se e se colocando como inferior (Comentário 1).

Racismo é basicamente preconceito contra raças, independente de onde venha, branco com negro, negro com branco, inclusive negro com negro, e esse termo racismo reverso só é usado porque, para os negros, só é racismo quando o negro é a vítima, porque existe negro racista, mas esse termo só se usa quando o negro é preconceituoso com outro negro (Comentário 2).

Não nos interessa responder pontualmente aos argumentos apresentados nesses comentários. O que nos chama atenção é que eles expressam uma lógica amplamente disseminada na sociedade brasileira: a recusa em reconhecer a dimensão histórica e estrutural do racismo. Ao equiparar situações socialmente desiguais, tais discursos produzem o apagamento das relações de poder que sustentam as desigualdades raciais e reforçam aquilo que Bento (2022) denomina de pacto narcísico da branquitude. Trata-se de uma racionalidade que protege privilégios raciais ao mesmo tempo em que desloca para a população negra a responsabilidade pela existência do próprio racismo.

Essa dinâmica também pode ser compreendida a partir das reflexões de Souza (1983), principalmente quando a autora demonstra como a sociedade brasileira produz um “paralelismo entre cor negra e posição social inferior” (p. 19). O racismo não opera pela produção de narrativas que desautorizam a experiência negra. Nesse sentido, os comentários recebidos funcionavam como tentativas de invalidar os conhecimentos produzidos por pessoas negras, questionar a legitimidade das denúncias de racismo e desqualificar práticas voltadas à promoção da equidade racial.

Foi justamente nesse ponto que percebemos os efeitos subjetivos do racismo digital. Embora tais comentários não representassem a maioria das interações recebidas, eles possuíam força suficiente para nos desestabilizar emocionalmente. Não se tratava de uma paralisação completa de nossas atividades, tampouco de um desejo de abandono imediato do trabalho desenvolvido. Contudo, experimentávamos momentos de dúvida, frustração, raiva e desgaste. Por vezes, questionávamo-nos

⁴ Acesso à publicação em: <https://www.instagram.com/p/ChqKEuagCQI/>

se os conteúdos produzidos para denunciar e enfrentar o racismo realmente alcançavam os efeitos que pretendíamos produzir.

Consideramos importante explicitar essas experiências porque elas revelam uma dimensão frequentemente negligenciada do ativismo digital. Como citamos, os efeitos do racismo não se restringem às estruturas institucionais ou às desigualdades econômicas, alcançando também os processos de constituição subjetiva. As violências raciais produzem impactos emocionais concretos, afetando sentimentos de pertencimento, reconhecimento e continuidade da ação política. Nesse sentido, o racismo digital não atua apenas sobre indivíduos isolados; ele busca produzir desgaste coletivo, enfraquecer vínculos comunitários e dificultar processos de mobilização.

Foi precisamente diante dessas experiências que o cuidado passou a ocupar um lugar central em nossa atuação. Além do acolhimento oferecido às participantes dos clubes de leitura e das demais atividades promovidas pelo coletivo, percebemos a necessidade de construir estratégias voltadas para nossa própria sustentação emocional e política. As reuniões internas passaram a funcionar como momentos de escuta, acolhimento e elaboração compartilhada das experiências de violência racial. Dividimos entre nós o monitoramento das redes sociais, limitamos exposições excessivas a conteúdos hostis e fortalecemos vínculos com outras pessoas e movimentos negros.

Compreendemos em consonância com Lorde (2019) e com a própria tradição dos movimentos negros que o cuidado como uma prática coletiva de resistência. Aquilombar-se, nesses momentos, significou construir condições para permanecer em movimento apesar das tentativas de deslegitimação, silenciamento e desgaste promovidas pelo racismo digital. O cuidado emergiu, portanto, não como uma atividade complementar ao ativismo, mas como condição fundamental para sua continuidade.

Considerações Finais

Nesta escrevivência, buscamos narrar e analisar experiências desenvolvidas pelo Coletivo Psicologia Denegrída ao longo de 2022, tomando o ciberativismo negro como espaço de produção de cuidado, resistência e disputa política. As experiências dos clubes de leitura evidenciaram que a circulação de saberes produzidos por mulheres negras, especialmente por Conceição Evaristo e Carolina Maria de Jesus, ultrapassou a dimensão estritamente educativa e constituiu um dispositivo de acolhimento, reconhecimento mútuo e fortalecimento coletivo. Os encontros possibilitaram a elaboração compartilhada de experiências marcadas pelo racismo, revelando que a construção de vínculos e a produção de escuta podem favorecer processos de enfrentamento das marcas subjetivas da violência racial.

Nossa experiência revelou as contradições que atravessam o ativismo antirracista nas redes sociais digitais. Se plataformas como o Instagram ampliam a circulação de saberes e fortalecem a

mobilização política, elas também funcionam como espaços de atualização das violências raciais. Os ataques e comentários hostis recebidos pelo coletivo evidenciaram que o racismo digital produz efeitos emocionais concretos, capazes de gerar desgaste, frustração e questionamentos sobre a continuidade da ação política. Nesse contexto, o cuidado deixou de ser uma prática voltada apenas para as pessoas acompanhadas pelo coletivo e passou a constituir uma necessidade para aquelas que sustentam cotidianamente o trabalho de denúncia e enfrentamento do racismo.

Por fim, defendemos que a noção de aquilombamento oferece uma importante chave analítica para compreender as potencialidades e os limites do cuidado no ciberespaço. Nossa experiência sugere que as redes digitais podem ser apropriadas como espaços de construção de vínculos. Os clubes de leitura demonstraram que o aquilombamento virtual pode constituir uma estratégia de cuidado, resistência e promoção da saúde mental da população negra. Em uma sociedade estruturada pelo racismo, criar e sustentar espaços coletivos de escuta permanece uma tarefa ética e política fundamental para a construção do bem viver.

Referências Bibliográficas

- Acosta, A. (2019). *O Bem Viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos*. São Paulo: Editora Elefante.
- Aguiar, S. (2008). Redes Sociais: da mobilização popular ao ativismo digital. In: *das ruas às redes: 15 anos de mobilização social na luta contra a fome e a pobreza*. Rio de Janeiro: COEP.
- Alves-Machado, L. *Escrevivências clínicas: violência sexual na vida de meninas negras - um triplo trauma*. 2021. 128 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Católica de Pernambuco - UNICAP. Pró-reitoria Acadêmica. Coordenação Geral de Pós-graduação. Curso de Mestrado em Psicologia Clínica, 2021.
- Bento, M. A. (2022). *O pacto da branquitude*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Carneiro, L. P. S., & Pinheiro, V. R. (2021). Ciberativismo negro feminino no Instagram: as atividades da rede social em prol da prática antirracista durante a pandemia de covid-19. *Palimpsesto*, 20(36), 319-341.
- Carspecken, P. F., (2011). Pesquisa Qualitativa Crítica: conceitos básicos. *Educação & Realidade*, 36(2), 395-424.
- Conceição, E. (2016). *Olhos d'água*. Rio de Janeiro: Pallas: Fundação Biblioteca Nacional.
- Domingues, P. (2007). Movimento negro brasileiro: alguns apontamentos históricos. *Tempo*, 12(23), 100-122.
- Faustino, D., & Lippold, W. (2023). *Colonialismo digital: por uma crítica hacker-fanoniana*. Boitempo.
- Gomes, N. L. (2011). O movimento negro no Brasil: ausências, emergências e a produção dos saberes. *Política & Sociedade*, 10(18), 133-154.

- Jesus, Carolina Maria de. (2019). *Quarto de despejo: diário de uma favelada*. 10 ed. São Paulo: Ática.
- Lemos, J. G., & Coelho, D. M. (2022). Quem controla a internet? *Revista de Psicologia*, 13(2), 10-25.
- Lima, D. (2022). *Feminismo negro e ciberativismo no Brasil*. *Entropia*, 3(6), 05-21.
- Lorde. A. (2019). *Irmã Outsider*. Belo Horizonte: Ed. Autêntica.
- Malta, R. B., & Oliveira, L. T. B. (2016). Enegrecendo as redes: o ativismo de mulheres negras no espaço virtual. *Gênero*, 16(2), 55-69.
- Nascimento, A. (2016). *O genocídio do negro brasileiro: processo de um racismo mascarado*. São Paulo: Perspectivas.
- Nascimento, S., & Mota, A. (2021). O Ciberativismo Negro como Instrumento Potencializador da Educação Antirracista. In *Anais do XXIX Seminário de Educação*, pp. 170-181. Porto Alegre: SBC.
- Pires, A. M., & Nascimento, I. M. V. (2025). Juventudes negras LGBTQIA+: vidas precárias e modos de resistências em contexto de genocídio-necropolítica. *Psicologia & Sociedade*, 37, e291716. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2025v37291716>
- Soares, L., & Machado, P. (2017). “Escrevivências” como ferramenta metodológica na produção de conhecimento em Psicologia Social. *Rev. psicol. polít.*, 17(39), 203-219.
- Souza, N. S. (1983). *Tornar-se negro: as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social*. Rio de Janeiro: Edições Graal.
- Souto, S. (2021). É tempo de aquilombar: da tecnologia ancestral à produção cultural contemporânea. *Políticas Culturais Em Revista*, 14(2), 142-159.
- Ugarte, D. (2008). *O poder das redes: manual ilustrado para pessoas, organizações e empresas chamadas a praticar o ciberativismo*. Porto Alegre: EDIPUCRS.