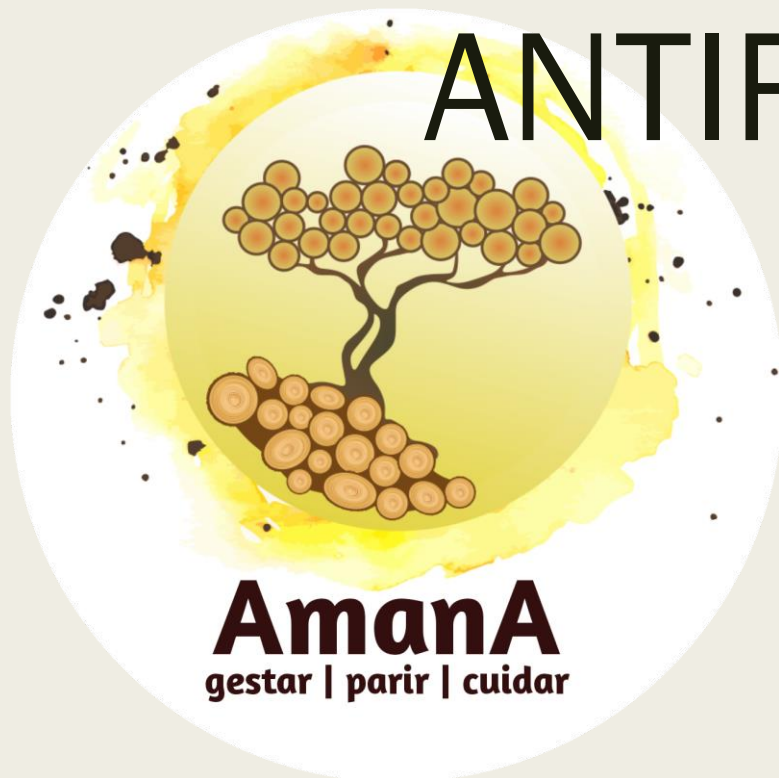


PEQUENO MANUAL ANTIRRACISTA

PARA DOULAS



POR QUE UM MANUAL ANTIRRACISTA?

E por que um manual antirracista PARA DOULAS?

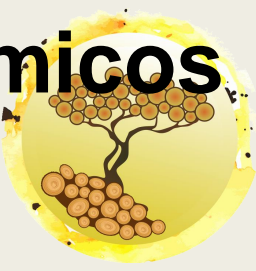
Não faz muito tempo o mundo todo decidiu começar a debater sobre o racismo, sobre a dívida histórica deixada pela escravidão e, há menos tempo ainda, teve início um debate sobre antirracismo, suas definições, motivos e implicações. O debate – imprescindível, aliás –, chegou, lentamente, até as e os profissionais envolvidos na luta pela humanização do parto. Entre essas pessoas, estão as **doulas**.

Você já parou para pensar de que maneira o **racismo** atua nesse universo? Porque ele existe em tudo, em todos, o tempo todo. Basta um olhar crítico para detectar onde. Qual o seu papel enquanto profissional do parto, na luta antirracista? Qual é seu público? De que maneira você fala com ele? Você atende ou se preocupa em atender a população negra e periférica? Como você aborda essas pessoas?

Para responder estas e outras perguntas, nasceu o *Pequeno Manual Antirracista para Doulas*. O objetivo é mostrar possibilidades de atendimento às mulheres negras e periféricas, para além da caridade e dentro da prática antirracista.

1- Estude sobre os diversos contextos sócio econômicos e culturais das mulheres negras no Brasil.

Se achar que já entendeu, estude mais um pouco



Compreender a realidade social, econômica e cultural da periferia é imprescindível para enxergar os caminhos que podem conectar seu atendimento às mulheres que habitam essas regiões.

Estudar a formação das comunidades onde moram, das cidades onde residem, das ocupações formais e informais que exercem, os espaços de lazer e de consumo em que circulam é fundamental, assim como conhecer as dificuldades impostas pelo racismo estrutural, pela segregação espacial, pelo abandono afetivo dessa população.

Sim, existem mulheres brancas pobres, mas no Brasil, a pobreza tem cor, e ela é preta. Estude sobre o processo de escravidão e abolição e suas consequências. Somente olhando para a história poderemos compreender de verdade o objetivo desse trabalho.

É no contexto das ciências humanas que convergem os pontos para um entendimento global da saúde da gestante, da história de nascimento, criação e família dessas mulheres.

2- Estude sobre a saúde da população negra e periférica antes de oferecer seus serviços



As demandas de saúde são diferentes daquelas que estamos acostumadas a ver nos cursos de Doulas e nas atuações com mulheres das classes A, B e C+.

Existem ocorrências específicas que precisam ser consideradas durante um pré-natal bem feito, como incidências epidemiológicas, genéticas ou mesmo de negligência anterior, considerando que a população negra e periférica tem os piores índices de acompanhamento de saúde.

O site do Ministério da Saúde ainda disponibiliza alguns dados relacionados e deveria fornecer um panorama completo e atualizado, porém não existe mais um compilado único confiável de informações.

Para cobrir esta lacuna, busque informações em sites de divulgação científica como Scielo.br, além dos dados agregados por Coletivos, associações comunitárias, centros de referência municipais por bairro ou região. Esses espaços existem e resistem. Utilize e divulgue para ajudar a fortalecer.

3- Estude sobre a realidade do pré-natal, parto, pós-parto e amamentação das mulheres negras e periféricas



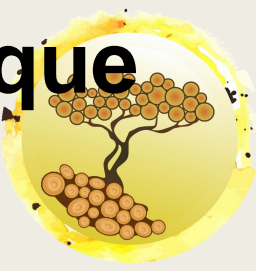
De acordo com a pesquisa Nascer no Brasil, realizada pela Escola Nacional de Saúde Pública da Fundação Oswaldo Cruz (ENSP/Fiocruz), mulheres negras são as mais negligenciadas em relação ao pré-natal.

Os dados mostram que 41,4% das mulheres negras não foram alertadas sobre complicações na gravidez, 1,7% não teve acesso ao pré-natal e das que tiveram, 67,9% consideraram o pré-natal ruim ou péssimo. Além disso, ainda resiste a ideia racista de que corpos negros são mais fortes, mais tolerantes à dor, ou estão “acostumados a sofrer” e por isso podem suportar negligências e violência obstétrica.

Outro dado importante diz respeito ao acesso à educação formal, já que mulheres negras e periféricas estudam por menos tempo e alcançam menos graduações, são maioria em cargos de submissão e grande parte das gestantes negras são demitidas após a licença-maternidade, ou até mesmo durante a gravidez. Parte considerável abre mão da licença maternidade com receio de serem demitidas se fizerem uso deste direito.

Leve em conta estes e outros dados antes de propor condutas na gestação, parto e pós-parto.

4- Ofereça seu trabalho de maneira gratuita sempre que puder, mas especifique o grupo de atuação



Se você deseja abrir uma ou mais vagas para doular voluntariamente mulheres negras e periféricas, especifique para quem essas oportunidades estão abertas e divulgue em locais ou para pessoas que você sabe que ajudarão chegar neste público.

Ao oferecer rodas de gestantes ou de pós-parto, perceba se o espaço utilizado é adequado em termos de localização, acesso e identidade.

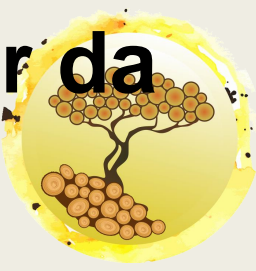
Atuar em clínicas particulares, co-workings e outros espaços projetados para receber pessoas de um grupo que exclui a periferia, mesmo que os encontros sejam gratuitos, essas rodas não serão acessíveis para quem não tem o hábito de circular em determinados bairros, ou precisa de mais de uma condução para chegar, ou se sente intimidada pela estrutura do lugar.

As barreiras culturais são invisíveis, mas existem e segregam.

Prefira parques, praças, postos de saúde – se houver abertura, clínicas populares de ultrassonografia, entre outros.

Não adianta atuar de forma voluntária, mas terminar restrita ao mesmo grupo de sempre.

5- Não julgue a realidade da mulher periférica a partir da sua experiência pessoal ou de formação



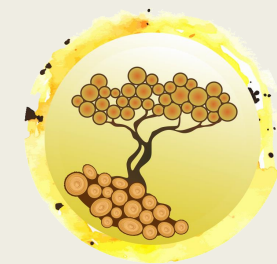
Prepare-se, porque a maioria das garantias sociais e legislação vigente não chegam até ela. Considere isso antes de sugerir práticas distantes do cotidiano dessas mulheres.

Historicamente, mulheres negras e periféricas, embora em grande parte dos lares sejam as responsáveis únicas pelos cuidados com suas famílias, financeira e emocionalmente falando, também são as que mais precocemente se veem impelidas a deixar o lar para retornar ao trabalho no menor período após o parto, conforme mencionado anteriormente. Este é o grupo que experimenta maior insegurança emocional durante a gestação, porque é também quem mais perde o emprego após o nascimento dos filhos e ao mesmo tempo quem menos possui direitos básicos como licença maternidade.

A realidade das mulheres negras e periféricas reduz consideravelmente o tempo de amamentação exclusiva de seus bebês e não permite as mesmas oportunidades de criação de seus filhos. Os baixos salários em sub empregos reduzem as condições de compra de acessórios comuns em outros lares, como copos de transição, cadeiras que vibram, cadeiras de alimentação ou até mesmo babadores especiais.

Considere este cenário em seu acompanhamento antes de sugerir links e práticas inviáveis como amamentação prolongada, condenar uso de bicos e mencionar criação com apego, BLW, entre outros.

6- Vá aonde elas estão



Posts incríveis no Instagram não vão chegar até as mulheres que não estão habituadas a acessar o universo da humanização. Você vai precisar descobrir novos caminhos.

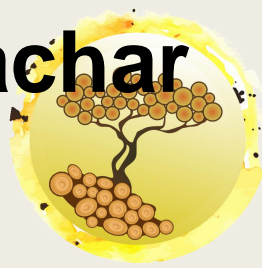
Um grande número é usuária do SUS, porém grande parte das mulheres negras e periféricas são trabalhadoras formais e por isso têm acesso ao médico fofinho do plano de saúde. Considere isso na hora de buscar seu campo de atuação.

Proponha encontros no posto de saúde do seu bairro, converse humildemente com as enfermeiras, seja clara na sua intenção e não faça parecer que sabe algo que elas não sabem.

Faça parceria com operadoras de planos de saúde para cursos e oficinas e ocupe este espaço.

Uma sugestão é começar pelos e-mails institucionais ou o “fale conosco” das páginas oficiais na internet. Messenger ou Direct Message do Facebook e Instagram também costumam funcionar, e você vai sendo direcionada ao responsável pelos cursos e oficinas.

7- Simplifique seu vocabulário sem cair no erro de achar que mulheres pobres e negras precisam de tutela



Ofereça seus serviços de maneira objetiva, sem elitismos, explicando a importância dentro da realidade delas.

Adeque seu vocabulário, mas não infantilize. Mulheres de origem humilde não são ignorantes, apenas precisam que você fale de maneira simples e clara, tomando o cuidado de explicar os termos da área, não suprimi-los.

Palavras como *puerpério* e *aleitamento materno* podem parecer corriqueiras para quem está acostumada a trabalhar com isso, porém não faz parte do cotidiano de outras pessoas e podem afastar quando você parte do princípio de que elas já estão familiarizadas com eles e deixa de explicá-los.

Explicar sem tutelar é uma tarefa que exige prática. Acostume-se a falar de modo que qualquer pessoa, de qualquer realidade, consiga compreender o que você diz.

Trabalhar com mulheres negras não é fazer caridade, é compreender que são a maioria da população e as maiores vítimas do sistema obstétrico desigual e por isso precisam também receber acompanhamento e informação de qualidade, ainda que não possam pagar os valores cobrados neste ramo.

Tome cuidado com expressões racistas que já deveriam ter sido abolidas do seu vocabulário.

8- Não suponha de antemão que mulheres negras não podem pagar pelo serviço. Precifique seu trabalho



Não suponha que elas não podem pagar. Elas querem ter acessos, não receber esmolas.

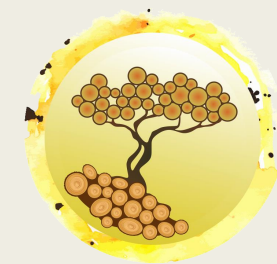
Valorize-se, mas compreenda a realidade da mulher e flexibilize e negocie.

Analise caso a caso, ofereça seu voluntariado se perceber que de outra maneira ela não terá acesso ao seu serviço.

Seja objetiva na explicação do seu trabalho, descreva seu pacote de serviços, liste o que está incluso e o que você não irá fazer durante o atendimento ou quais itens são cobrados à parte. Ofereça possibilidades.

Se ela entende a importância, se tem acesso ao valor cobrado, ela vai solicitar seus serviços.

9- Tenha projetos engatilhados



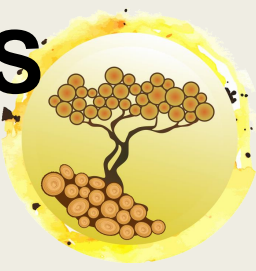
Tenha projetos engatilhados e participe de editais do seu município e do Estado, aproveitando oportunidades para implementar rodas de gestantes, oficinas para mães periféricas, cursos e formações relacionados ao parto, pós parto e amamentação.

É comum prefeituras e governos estaduais promoverem chamamentos anuais ou semestrais para ações na periferia. Algumas vezes o caminho é através das secretarias de cultura, outras vezes a oportunidade vem através da saúde ou educação.

Fique atenta e crie o hábito de ler editais.

O melhor caminho para chegar até às mulheres negras e periféricas é através das políticas públicas.

10- Conheça, valorize e vote em quem defende o SUS



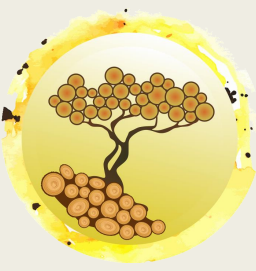
Conheça o SUS, visite os postos, CRAS e outros aparelhos de atendimento público à saúde.

Se possível, torne-se uma usuária. Conheça o sistema por dentro, faça uso de suas possibilidades, identifique o que pode melhorar e valorize aquilo que já funciona bem. Lembre-se que é preciso conhecer pessoalmente para criticar, para atuar e propor intervenção.

Escolha seu partido, suas candidatas e candidatos através de suas falas sobre o Sistema Único de Saúde.

Não adianta desejar atender a população periférica e não conhecer o aparato que assegura, ainda que às vezes de maneira falha, o acesso dessas pessoas à saúde.

Defenda o acesso à saúde pública universal e de qualidade, e lute junto para que melhore mais e melhore sempre.

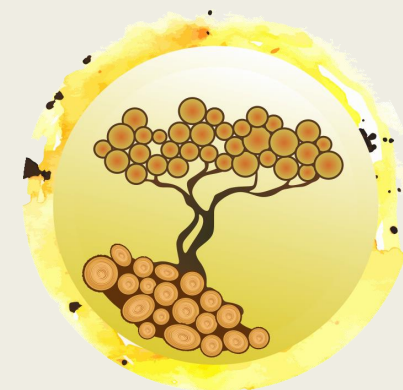


Este manual não tem a pretensão de encerrar uma discussão. A luta antirracista e anticlassista é de eterna construção. A intenção deste trabalho é provocar a reflexão e ajudar a fazer emergir novas ideias e novas práticas para uma atuação horizontal da doula no contexto da humanização do parto

A melhor maneira de mudar o mundo é começando por nós mesmos.
Observe suas práticas e atitudes e mude sempre que necessário.

Seguimos juntas na luta,
Mayra.

REFERÊNCIAS

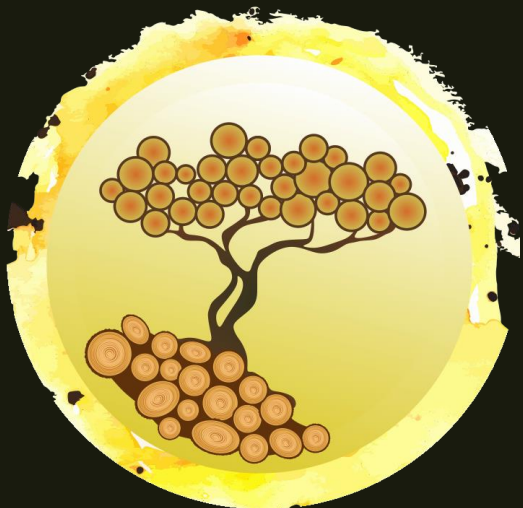


- LEAL, Maria do Carmo; GAMA, Silvana Granado Nogueira da. Nascer no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**: Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), Rio de Janeiro, v. 30, n. 1, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/>. Acesso em: 3 fev. 2020. MULHERES Negras e Maternidade: um olhar sobre o ciclo gravídico-puerperal. volume 5, número 4. Salvador, Bahia: Cadernos de Gênero e Diversidade, Universidade Estadual do sudoeste da Bahia, 2019. Disponível em: <https://portalseer.ufba.br/>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- CRUZ, Isabel. Empoderamento das Mulheres Negras na Amamentação. **Online Brazilian Journal of Nursing**, Rio de Janeiro, ano 2007, v. 6, n. 2, p. 00, 2 fev. 2011. Disponível em: <http://www.aleitamento.com/amamentacao>. Acesso em: 8 jan. 2020.
- CRUZ, Isabel. Saúde da Mulher Negra. **Online Brazilian Journal of Nursing** [Online] 5:1. Disponível em: <http://www.uff.br/objnursing/index.php/nursing/article/view/263/52>. Acesso em 09 jan. 2020
- SIMÕES, Nataly. Mulheres negras são as mais negligenciadas no acesso à licença-maternidade. **Alma Preta**, [S. l.], ano 2019, p. 00, 23 dez. 2019. Disponível em: <https://www.almapreta.com/>. Acesso em: 29 maio 2020

Mayra Barbosa é Geógrafa, Doula periférica e Educadora.

Idealizadora do Espaço AmanA, lugar de encontro entre mães e profissionais da saúde e educação, coordena o GEMAP, Grupo de Estudos sobre Maternidade e Periferia, é ativista e mãe de três biscoitos.

Problematiza tudo sempre e não se importa em ser a "chata do rolê", porque ela quer criar filhos antirracistas, ter amigos antifascistas e viver em um mundo onde equidade não seja uma utopia



CONCEPÇÃO
Mayra Barbosa
APOIO
Marina Pedrosa