

Flor de cacto: acolhimento e reflexões sobre o trauma e luto na periferia

por Andrea Arruda¹

Danielle Braga²

Cristiane Uchôa³

Resumo: O projeto Flor de Cacto atua na zona Sul de São Paulo, realizando atendimentos em grupo com mulheres que relatam memórias de Luto e Trauma psicossocial. Ao longo deste projeto, propomos refletir sobre a periferia e a produção do Trauma a partir da violação dos direitos. Pensamos ações, através de metodologia circular, que facilite o acolhimento das memórias.

Palavras-chave: Periferia. Luto. Trauma. Mulher.

Introdução

O Flor de Cacto nasceu junto e a partir da articulação e relação com alguns coletivos de mulheres que atuam na região dos distritos do Capão Redondo, Jardim Ângela, Jardim São Luís e Campo Limpo, localizados na periferia da zona sul da cidade de São Paulo. Somos um grupo sem CNPJ, formado por três psicólogas viventes e atuantes na periferia da zona sul de SP. Desde 2014, prestamos serviços voltados para o cuidado do sofrimento psíquico causado pela banalização da violência no território. As regiões de atuação do projeto são densamente povoadas, concentrando famílias de baixa renda, majoritariamente negras, tendo como provedoras mulheres e com grande porcentagem de jovens, se comparadas às regiões mais privilegiadas da cidade.

As regiões que atuamos sempre foram constituídas por muitas lutas e resistências, contando com a atuação de movimentos sociais, ativistas e coletivos/as: Coletivo Fala Guerreira, Periferia Segue Sangrando, Escola Feminista Abya Ayla, Capulanas, Núcleo de Mulheres Negras, Fórum em Defesa da Vida, entre outros. O grupo já desenvolveu projetos anteriores no campo da saúde mental, tais como: O Projeto Conversa Rendada, desenvolvido em 2014,

¹ Flor de Cacto, São Paulo, Brasil. andrea.paula@pro.fecaf.com.br. Edital Territórios Clínicos – 2024/2025

² Flor de Cacto, São Paulo, Brasil. danifemsib@gmail.com. Edital Territórios Clínicos – 2024/2025

³ Flor de Cacto, São Paulo, Brasil. s.cris.uchoa21@gmail.com. Edital Territórios Clínicos – 2024/2025

que consiste em ouvir e discutir as histórias das mulheres com base em temas como Violência de Gênero, tipos de violência, direitos das mulheres e Lei Maria da Penha, com base na Arte Terapia, e também mapear as violências relatadas. O projeto Opuntia (significa Flor de Cacto), foi desenvolvido em 2016 até 2020, é um grupo de apoio que atendeu a demanda do luto advindo da perda de entes queridos, independente da relação antes estabelecida e vivenciada. Recentemente, encerramos o projeto Escute as Mães de Maio, iniciado de 2021 a 2024, que ofereceu atendimento psicossocial a mães integrantes do movimento nacional Mães de Maio e Mães da Leste. Além destes projetos, houve sempre a nossa participação em formações no território e contribuições em coletivos parceiros.

Recentemente fomos contempladas com o Edital Territórios Clínicos 2024/2025 e, com isso, pudemos iniciar uma nova etapa dessas ações. Nossos encontros estão sendo realizados no Espaço CDHEP (Centro de Direitos Humanos e Educação Popular) localizado no Capão Redondo — Zona Sul de SP.

Graças a este financiamento, acolhemos mulheres da periferia, cis ou trans, maiores de 18 anos, por demanda espontânea e gratuitamente, que chegam até nós a partir da divulgação com os serviços da rede socioassistencial (CRAS, CREAS, SEAS, SAS, CDHEP...) Defensoria Pública (Rede Apoia), parceiras e redes sociais. A partir dessas ações de divulgação e articulação, podemos realizar atendimentos individuais e em grupo com foco no fortalecimento das integrantes, sendo realizados os encaminhamentos e acolhimentos necessários. Planejamos realizar um mapeamento dos serviços que realizam atendimentos a estas mulheres. Em 2025, desejamos realizar um seminário e dar continuidade aos grupos de estudos sobre Luto e Trauma Psicossocial, buscando conectar grupos que lutam contra o genocídio negro e o encarceramento em massa, e a favor dos movimentos LGBTQIAP+.

Percepções sobre a Periferia e a produção do Trauma

O luto e o trauma nas periferias urbanas são experiências profundamente complexas e frequentemente negligenciadas pela sociedade dominante de onde parte a inviabilização do reconhecimento das vidas perdidas e das consequências das perdas, dificultando as manifestações de luto coletivo que possibilitariam espaço político de cuidado. Judith Butler (2015) amplia o entendimento ao afirmar que “o luto não é privado, mas um ato social e político que pode ser instrumentalizado para reivindicar direitos e reconhecimento”.

Achille Mbembe expande essa análise ao considerar como as dinâmicas coloniais persistem nas periferias urbanas contemporâneas. Ele descreve a necropolítica como uma estratégia que determina que “certas vidas podem ser tomadas e descartadas com impunidade, perpetuando o trauma e o luto nas comunidades periféricas” (Mbembe, 2003, citado em Silva, 2018). Nas periferias, o luto muitas vezes se torna coletivo, marcado por eventos traumáticos recorrentes que deixam cicatrizes duradouras na comunidade.

As periferias da cidade de São Paulo, assim como tantos outros territórios constituídos de margens sociais, são caracterizadas por profundos processos de precarização da existência, que

vão desde condições de pobreza politicamente induzidas até uma atuação repressiva da mão armada do Estado, que apresenta mais sua face punitivista, que pune a pobreza, do que aquela que busca o cuidado, no sentido de garantir direitos. Além disso, esses territórios são marcados pela ampliação do crime, que envolve um número crescente de jovens que se veem sem possibilidades de ingresso no mundo formal de trabalho e escolarização.

Nas periferias, onde a violência e a perda são frequentemente normalizadas, o luto pode ser silenciado ou distorcido pela marginalização estrutural. Altas taxas de homicídios, suicídios, feminicídio e maiores ainda de encarceramento, vão minando a vida no interior de famílias, reduzindo as possibilidades de vislumbrar seus futuros fora do espectro da violência. Tal sofrimento social tem gerado adoecimentos que encontram pouca atenção por parte da rede pública de atendimento à saúde, devido à banalização da violência e ao pouco acesso aos cuidados aos traumas. O luto e o trauma nas periferias não podem ser compreendidos apenas como processos individuais de dor, mas como fenômenos intrinsecamente ligados às estruturas de poder.

Circular nossas dores, desenhar nossa colcha de retalhos e viver em comunidade

Os encontros acolhem e abordam a temática do Trauma e Luto na Periferia, temas focais das atividades. Utilizamos a metodologia dos processos circulares para falar sobre a morte, como resultado da violência, em decorrência da pandemia ou do descaso dos serviços públicos. Visam, também, propor outra relação com o corpo, sobretudo sentir e oferecer algo generoso para si mesma. Planejamos o encontro em quatro partes: chegada e acolhimento, partilha a partir de uma pergunta disparadora, registro/expressão material da palavra de forma artística e encerramento. Desejamos criar espaços de partilha e de escuta e oferecer um ambiente onde as mulheres possam compreender e elaborar individual e coletivamente como foram sendo impactadas pelas violências. Desta forma, os círculos ofereceram apoio, contorno, reconhecimento, conexão e validação de vozes e sentimentos silenciados, bem como a expressão, criação e materialização simbólica, para ser feita “a transição do silêncio à fala, como um gesto revolucionário” (Hooks, 2020,p.45). Ao criar um espaço de reconhecimento e validação, convida-se as mulheres a se expressarem. Nesse caso, escutar é uma decisão política.

"Ao afirmar que o horizonte primordial da psicologia deve ser a conscientização, se está propondo que o fazer do psicólogo busque a desalienação das pessoas e grupos, que as ajude a chegar a um saber crítico sobre si próprias e sobre sua realidade" (Martín Baró, 1996, p. 17).

Como criar um espaço onde o/a sujeito/a possa ser alguém com o/a outro/a, quando ele/a fala? Conectar-se consigo mesmo? Ver a história sob outra perspectiva? Nessa perspectiva, o acolhimento, o fortalecimento e a aprendizagem de um fazer, a partir do encontro e da escuta da outra e com a outra, nos leva a redescobrir a solidariedade, rejeitar a violência e pensar

ações de valorização da vida. É preciso conectar o corpo e a mente, que muitas vezes ficam desconectados por conta do trauma, e muitas vezes a única resposta que o corpo consegue dar é o que sua mente produz em torno da dor e da culpa.

O afeto cura, nos dá flexibilidade para movimentar nossas vidas, relaxa o corpo rígido e endurecido pela ausência do toque. Recuperar o afeto pelo corpo que gerou uma vida é um propósito a ser sempre pontuado. Costurar retalhos, fragmentos de memórias vivas e criar conexões entre as integrantes, para ser novos fios e novas reconfigurações coletivas.

Quando, durante os encontros, passamos óleo nas mãos e as massageamos, sentimos cheiros e preparamos um espaço acolhedor, visualmente bonito, estamos refletindo que o corpo necessita de novas informações, novas memórias. Elas viram a pior cena de suas vidas, muitas delas tiveram que ver seus filhos no IML, além da constante presença em locais do sistema judiciário, que é frio e gera uma sensação de pouco acolhimento. Os encontros visam propor outra relação com o corpo, sobretudo sentir e oferecer algo generoso para si mesma.

Os círculos, então, ofereceram apoio, contorno, reconhecimento, conexão e validação de vozes e sentimentos silenciados pelas mordanças impostas pelo Estado que nos mata cotidianamente. A partir dessas experiências com os encontros, passamos a compreender que nos territórios periféricos, embora sejam os homens as vítimas diretas do homicídio e dos encarceramentos, são as mulheres que sofrem com perdas em suas famílias e se colocam em alerta constante para que violências não se repitam. Isso se mostra por meio da intensa adesão feminina às nossas atividades desde seu início. Luto, traumas e doenças são vivenciados por mulheres que buscam tornar a vida de suas famílias possível. A obrigação do cuidado, que vem a partir de um aprendizado patriarcal, faz com que elas se impliquem mais com a responsabilização não apenas das famílias, mas também com suas comunidades. São essas mulheres que vivenciam abandonos, traições, violências domésticas e humilhações em trabalhos precários, atravessadas por essas violências geradas pela intersecção de sua condição de gênero, raça, classe social, sexualidade e território.

Ressalta-se o desejo que temos em assumir a responsabilidade umas pelas outras, uma vez que acreditamos na filosofia Ubuntu. Nós por Nós. Nessa perspectiva, o acolhimento, o fortalecimento e a aprendizagem de um fazer, a partir do encontro e da escuta da outra e com a outra, nos leva a redescobrir a solidariedade, rejeitar a violência e pensar ações de valorização da vida.

Qual escuta é necessária para o luto e o trauma?

Consideramos que o Estado na sua estrutura patriarcal, violenta as mulheres quando não as acolhe em suas necessidades de sobrevivência. Por mais que haja uma crítica em relação à imposição de uma maternidade, há de se pensar que essa reflexão não chega para as grandes massas, e o que vemos são mulheres fundamentando suas vidas na criação dos seus filhos. Vivemos em meio a um genocídio de jovens, mas esses jovens, diferente do que o Estado os imagina, têm alguém que os ama e que sofre por eles. Que lhes ensinaram a não sair sem RG



por Jailson Borges de Assunção, 2024

de casa, que ficam acordadas quando eles não voltam. Mães periféricas, múltiplas, que sentem no cotidiano as dores do racismo classista estrutural que destila ódio aos seus filhos. A mulher que passa por tal acontecimento se vê desequilibrada física, financeira e psicologicamente com a notícia e a nova realidade. No caso das “mortes violentas” não há possibilidade de refletir sobre a finitude humana, pois a notícia é abrupta e inesperada.

A morte como resultado dessa guerra civil, quase anunciada pelo racismo estrutural presente, mas negado pelas instituições de poder, contra uma população desarmada, é uma situação imposta à periferia e às pessoas que nela vivem, o que gera muito sofrimento. As mortes violentas praticadas pela mão armada do Estado desorganizam e ameaçam a sanidade psicológica por causarem grande sofrimento, representando, assim, um risco para a saúde mental.

O luto é acompanhado de vários sentimentos misturados, como culpa, raiva e reprovação de si. O enlutamento está associado a um aumento de risco de mortalidade, especialmente durante as primeiras semanas e nos seis primeiros meses, por causas as mais variadas possíveis, dentre elas o suicídio, abuso de álcool, mortes acidentais e violentas, doenças cardíacas, entre outras. Além do aumento de mortes associados ao enlutamento, problemas físicos, incapacidade, o uso frequente de medicação e hospitalização estão correlacionados com o luto. Também sintomas de estresse ou doenças psicológicas, mudança de estilo de vida e de hábitos alimentares, sintomas de ansiedade e tensão, podem estar sendo induzidos pelo luto, além de serem presentes nas queixas, ao buscar atendimento médico (SANTOS, 2014, p.89–90).

A síndrome do coração partido é o nome dado às mortes associadas ao luto (SANTOS, 2014, p.89–90). Considerando que “o luto é a reação à perda de um ser, com o qual se possui vínculo afetivo à morte” (SILVA, 2014, p. 71). Cada indivíduo precisará de seu tempo particular para realizar seu luto, porém admite-se que quanto menos entregue a um tempo de livre expressão emocional durante seu luto, maiores são as chances de um quadro complicado se acentuar (SOLANO, 2014, p. 95).

Uma mãe enlutada nunca se conforma completamente com a morte do seu filho, encara a perda do seu filho como a morte do seu mundo, a morte de seu presente e futuro. O luto materno é um fenômeno essencialmente conflitante, ou paradoxal, no qual uma mãe deseja superar a morte, mas quer reter sua proximidade ao seu filho.

Seria inadequado falar sobre uma conclusão, superação ou finalização do luto, já que este é um processo dinâmico e flexível que não obedece a uma hierarquia de fases ou sintomas. Seria mais adequado falar de uma adaptação à perda, sem pressa, na qual os indivíduos podem dar novo significado para a vida.

É fundamental haver uma escuta qualificada que considere o contexto da dor e perda que atravessam as mulheres na periferia. Entre as possibilidades de cuidados estão os atendimentos psicológicos individuais e/ou familiares e grupos de indivíduos atravessados pela mesma dor.

Deve-se pontuar que as mulheres / mães estão invisibilizadas dentro dessa guerra civil estruturalmente genocida contra a população periférica, jovem e preta. Tal invisibilidade desfavorece o cuidado e a possibilidade de ter uma escuta para a dor dessa situação, uma vez que dar escuta para tal escancara uma violência que é social e estrutural. A busca por políticas de reparação são imprescindíveis neste processo, já que estas perdas geram muitos danos materiais para além do psicológico. Portanto, o Estado deve ser responsabilizado pelos danos causados pela sua mão armada, porque a dor do luto se agrava quando não se tem uma resposta para a violência sofrida.

Não se trata de uma lógica punitivista: “de olho por olho, dente por dente”, mas de uma nova estrutura que pense em reparar os danos cometidos contra as mães / mulheres que perderam seus entes queridos. Para isso, os reparos devem ser estruturais mediante políticas públicas que fortaleçam as enlutadas de modo que haja espaços individuais e coletivos de cuidado e proteção.

A vida tem outros tons e a comida ganha novos sabores e cheiros, tudo fica alterado. Cuidamos para que o afeto nos gestos seja fundamental para recuperar o que foi perdido com a dor. Não é necessário refazer a rota para amenizar o que foi feito pelos agentes do Estado. É sobre modificar o que está diante de nós e o depois. Sobre viver e sobre o futuro, é como olhar para frente. Como criar locais seguros de expressão da dor para que se possa caminhar. A vida é contínua, ela olha sempre para frente. O exercício de acolher é também acolher o passado, que é presente, pois a dor é constante, mas é necessário criar ferramentas para se concentrar no após, de imaginar mundos novos. Existe algo poderoso sobre nomear o luto. Isso nos ajuda a sentir o que está em nós. Quando se nomeia, se sente e isso se move através de nossa subjetividade. As emoções precisam de movimento, ter um lugar para falar, ser reconhecida/o, poder nomear, possibilita romper ciclos de violência e adoecimento.

A necessidade de expor não só a perda, mas o amor, a continuidade. É um ato de resistência e uma recusa: é a dor lhe dizendo que acabou, e o seu coração dizendo que não; a dor tentando encolher seu amor para deixá-lo no passado, e o seu coração dizendo que o amor é no presente. (CHIMAMANDA ADICHIE, p.108, 2021).

É importante buscar formas alternativas que visam à redução do dano causado pelo trauma. A família é de fundamental importância nesse processo. Contudo, muitos não conseguem lidar com a duração do sofrimento e acabam se afastando, aumentando a sensação de culpa, dificultando o suporte emocional. Quando a família se afasta, acaba gerando outro luto, um vazio que fica pela ausência dos festejos familiares, almoços e datas comemorativas. Segundo Bessel Van Der Kolk (2020), no livro “O corpo guarda as marcas”:

O modelo de doença cerebral esquece quatro verdades primordiais: 1) nossa capacidade de nos destruirmos uns aos outros é a mesma de nos curarmos uns aos outros; a restauração de relacionamentos e da comunidade é fundamental para recuperar o bem-estar; 2) a linguagem nos dá o poder de modificarmos a nós mesmos e aos outros, comunicando nossas experiências, ajudando a definir o que sabemos e criando um consenso de significados; 3) somos capazes de regular nossa fisiologia, inclusive algumas das chamadas funções involuntárias do corpo e do cérebro, mediante atividades básicas como respiração, locomoção e toque; 4) podemos alterar as condições sociais de modo a criar ambientes em que crianças e adultos consigam se sentir seguros e florescer (VAN DER KOLK, 2020, p 53).

Somos pessoas que vivem em coletividade e, quando somos impossibilitadas dessa capacidade de trocar, compartilhar nossas questões e angústias, sem pensar na comunidade, damos um passo para trás na busca de cuidar do trauma. Não somos poeiras soltas no espaço, as histórias de todas nós estão ligadas no território e nas relações humanas que nos atravessaram.

Referências

- ADICHIE, Chimamanda Ngozi. *Notas sobre o luto*. São Paulo: Companhia das Letras, 2021.
- COSELLATO, Gabriela. *Luto por perdas não legitimadas na atualidade*. São Paulo: Summus, 2020.
- KOVÁCS, M. J. *Educação para a morte: temas e reflexões*. São Paulo, SP: Casa do Psicólogo. 2003.
- _____. (1992). *Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- MBEMBE, Achille. *Crítica da Razão Negra*. São Paulo: N-1 Edições, 2018.
- _____. *Necropolítica: Biopoder, soberania, estado de exceção, política da morte*. – São Paulo: n-1 edições, 2018.
- OLIVEIRA e SILVA, A. C. (2014). *Conceituando o luto*. In: F. S. Santos, A. L. Schliemann, & J. P. C. Solano, Tratado brasileiro sobre perdas e luto (pp. 71-78). São Paulo, SP: Atheneu.
- PRANIS, Key. *Processos circulares de construção de paz*; tradução de Tônia Van Acker. Imprensa: São Paulo: Palas Athena, 2017.

SANTOS, S. R. B. *A teoria do apego e o luto*. in: SANTOS, F. S., SCHLIEMANN, A. L., SOLANO, J. P. (orgs). Tratado Brasileiro sobre Perdas e Luto. São Paulo: Atheneu Editora, 2014, p. 99-107.

SOLANO, J. P. *Luto e saúde mental*. in: SANTOS, F. S., SCHLIEMANN, A. L., SOLANO, J. P. (orgs). Tratado Brasileiro sobre Perdas e Luto. São Paulo: Atheneu Editora, 2014, p. 95-97.

_____. *Modelos de luto “normal*. in: SANTOS, F. S., SCHLIEMANN, A. L., SOLANO, J. P. (orgs). Tratado Brasileiro sobre Perdas e Luto. São Paulo: Atheneu Editora, 2014, p. 109-112.

_____. *Luto complicado (ou traumático, ou patológico)*. in: SANTOS, F. S., SCHLIEMANN, A. L., SOLANO, J. P. (orgs). Tratado Brasileiro sobre Perdas e Luto. São Paulo: Atheneu Editora, 2014, p.113-116.

SILVA, A. C. O. *Conceituando o luto*. in: SANTOS, F. S., SCHLIEMANN, A. L., SOLANO, J. P. (orgs). Tratado Brasileiro sobre Perdas e Luto. São Paulo: Atheneu Editora, 2014, p. 71-77.

VAN DER KOLK, Bessel. *O corpo guarda as marcas: Cérebro, mente e corpo na cura do trauma*. São Paulo: Sextante, 2020.

YODER, Carolyn. *A cura do trauma: quando a violência ataca e a segurança comunitária é ameaçada*. tradução de Luís Bravo. – São Paulo: Palas Athena, 2018.



Todo Dia é Dia de Santo!
por Bitta Bardo, 2025