

---

## “Quem tá fazendo a função toda é só as mulheres”: Yoga, lazer e cuidado em tempos de pandemia

“WHO IS DOING THE WHOLE FUNCTION IS JUST WOMEN”: YOGA, LEISURE AND  
CARE IN PANDEMIC TIMES

**Alicia Cima Rodriguez e Daniel Giordani Vasques**

---



**Edição electrónica**

URL: <https://journals.openedition.org/pontourbe/12424>

DOI: 10.4000/pontourbe.12424

ISSN: 1981-3341

**Editora**

Núcleo de Antropologia Urbana da Universidade de São Paulo

**Refêrencia eletrónica**

Alicia Cima Rodriguez e Daniel Giordani Vasques, «“Quem tá fazendo a função toda é só as mulheres”:  
Yoga, lazer e cuidado em tempos de pandemia», *Ponto Urbe* [Online], 30 v.1 | 2022, posto online no dia  
28 julho 2022, consultado o 18 outubro 2023. URL: <http://journals.openedition.org/pontourbe/12424> ;  
DOI: <https://doi.org/10.4000/pontourbe.12424>

---

Este documento foi criado de forma automática no dia 18 de outubro de 2023.



Apenas o texto pode ser utilizado sob licença CC BY 4.0. Outros elementos (ilustrações, anexos  
importados) são "Todos os direitos reservados", à exceção de indicação em contrário.

---

# “Quem tá fazendo a função toda é só as mulheres”: Yoga, lazer e cuidado em tempos de pandemia

*“WHO IS DOING THE WHOLE FUNCTION IS JUST WOMEN”: YOGA, LEISURE AND CARE IN PANDEMIC TIMES*

Alicia Cima Rodriguez e Daniel Giordani Vasques

---

## NOTA DO EDITOR

Versão original recebida em / Original Version 08 abr 2022

Aceitação / Accepted 14 jun 2022

## Introdução

- Em 2020, a população mundial viu-se enfrentando uma crise sanitária de proporções alarmantes que estremeceu em nível global as dimensões sociais, políticas, ambientais, entre outras. Ainda que a pandemia de Covid-19 não seja um evento isolado, e sim o resultado de esgotamentos de sistemas capitalistas e de modos de vida monoculturais, a transmissão de um novo vírus desconhecido abalou, em maior ou menor grau, as dinâmicas das nossas vidas. Neste contexto, uma das recomendações das organizações da área da saúde era “ter cuidado”: cuidado ao sair de casa, cuidado para não encostar em um objeto contaminado, cuidado para não levar as mãos à boca ou nariz. As profissões de cuidado foram muito demandadas; as cuidadoras, as enfermeiras, as médicas, entre outras, observaram suas cargas de trabalho aumentarem em meio a um cenário assustador. Ademais, o trabalho não remunerado de cuidado exercido por mulheres no ambiente doméstico continuou invisível e desvalorizado; com o fechamento de creches, escolas, espaços recreativos. As redes de apoio se restringiram e as sobrecargas cresceram. Além disso, as sociabilidades foram abruptamente alteradas

a partir do isolamento social, já que o contato com outras pessoas sem a utilização de equipamentos de proteção tornou-se arriscado e perigoso. Neste sentido, muitas reuniões, encontros e práticas coletivas foram suspensas ou tornaram-se mediadas pelo ciberespaço.

- 2 O campo de pesquisa deste trabalho compreendeu estes contextos pandêmicos. Em março de 2020 eu, enquanto instrutora de yoga e pesquisadora, voltaria a ministrar aulas de yoga para um grupo de mulheres em um ginásio municipal de Porto Alegre. Entretanto, março chegou mas os encontros no ginásio, não. O anúncio da chegada da pandemia começou a tornar-se a cada dia mais real e os planejamentos daquele ano cada vez menos palpáveis. Depois de um extenso período de adaptações e reorganizações, em julho de 2020 retornamos às aulas de yoga através do ciberespaço. Celulares, computadores, *tablets*, redes, espaço privado e doméstico passaram a agregar nosso ambiente de prática.
- 3 A partir destes e outros atravessamentos e afetamentos que serão apresentados no decorrer do texto, o que seria uma etnografia de práticas de yoga foi se transformando em uma etnografia que visou acompanhar e analisar as dinâmicas de cuidado presentes na vida daquelas alunas. Ao longo dos meses fui me aproximando da rotina delas, vendo através das telas partes das suas casas, entendendo as suas dinâmicas de vida, ouvindo relatos acerca das tarefas domésticas e de cuidado que faziam, observando a restrição do tempo e as disposições para o cuidado de si e para o lazer. Dessa forma, mediados pelas aulas de yoga no ciberespaço e utilizando referências bibliográficas que confluem com o tema, o texto trata das dinâmicas de cuidado, autocuidado, sociabilidades e lazer destas mulheres interlocutoras durante o primeiro ano de pandemia de Covid-19.
- 4 A entrada em campo ocorrera um ano antes, em 2019, a partir do desdobramento de uma bolsa de popularização à ciência vinculada à Universidade Federal do Rio Grande do Sul; a bolsa previa atividades de extensão e ensino correlatos ao yoga. Assim, a partir da vinculação ao projeto, de contatos com agentes da Secretaria Municipal de Esportes que nos abriram as portas de um ginásio municipal, começamos a formar um grupo com pessoas vizinhas ao ginásio interessadas em vivenciar práticas de yoga. Fizemos a divulgação das aulas para a comunidade do entorno e em uma sexta-feira, durante o período da tarde, eu aguardava apreensiva quem quer que fosse atravessar aquele portão do ginásio. Por mais que eu tivesse uma trajetória anterior junto ao yoga, já havia participado de um curso de estudos e formação, aquela estava sendo a experiência mais desafiadora até então: junto àquela teia formada por ginásio, universidade, professores e alunas, eu estava corporificando a experiência de ser instrutora de yoga.
- 5 Inicialmente chegaram majoritariamente mulheres e o grupo se manteve assim; o que se dissipou foi a presença daquelas pessoas que chegaram ali pelo seu interesse "exclusivo" no yoga, aquelas que não participam de outras dinâmicas junto ao grupo. Depois de um tempo de convivência com as alunas do Ginásio Maria Evaristo<sup>1</sup>, percebo que para além da atividade física, o ginásio agrega diversos interesses comunitários de um bairro de Porto Alegre, podendo ser lido como um *pedaço*, no sentido de Magnani (1998), das mulheres do bairro. Ademais, antes das aulas de yoga as mulheres do grupo já possuíam vínculos com o ginásio do qual são vizinhas e por lá participavam de diversas atividades; dessa forma, aquele espaço era visto pela comunidade como um território para o lazer, onde ocorriam práticas esportivas, comunitárias, corporais. Por isso, para além do autocuidado, elemento associado ao yoga, a busca por formas de

lazer associadas a práticas corporais e que proporcionassem espaços de sociabilidade na comunidade também faziam agir nos encontros.

- 6 Em 2020, deu-se continuidade ao projeto, porém devido à pandemia de Covid-19 as aulas começaram a ocorrer pelo ciberespaço. Do início ao fim das aulas transitamos por processos de ensino-aprendizagem acerca da utilização das plataformas digitais que usamos para mediar os encontros. Quando eu estava (re)estabelecendo os contatos com as alunas para o início das aulas de yoga do ciberespaço, realizei ligações telefônicas individuais perguntando de suas rotinas, seus interesses e possibilidades, e lembro-me que elas ficaram animadas com a volta das aulas, mas receosas quanto a utilização das tecnologias: “Google Meet, que bicho é esse?” (Entrevista com Marli).
- 7 Outra aluna chamada Rosa sugeriu “qualquer coisa tu vens aqui em casa e instala para mim” (Entrevista com Rosa), para solucionar a sua pouca familiaridade com o “mundo virtual” ela propôs que eu fosse até sua residência lhe auxiliar. Pedir ajuda para familiares ou amigos foi uma estratégia usada por outras alunas também; nos momentos iniciais das aulas de yoga era comum aparecerem outras pessoas em cena, geralmente seus filhos ou netos que ficavam encarregados de abrir o *link*, verificar as condições de áudio e vídeo para que elas pudessem participar. Marli assume as suas dificuldades e satiriza a situação: “Meu neto mora aqui na frente [...], eu vou dizer pra ele, qualquer coisa falar contigo, qualquer coisa tu explicas pra ele, eu entendi, mas não entendi que bicho é esse, tem muito braço.” (junho de 2020). Apesar das dificuldades e estranhamentos iniciais, eu sempre me disponibilizava para realizar tutoriais e ligações ajudando-as nesses povoamentos do ciberespaço.
- 8 Além disso, através de um grupo de WhatsApp fazíamos combinações acerca dos encontros, decidimos conjuntamente o horário das aulas, que duravam em torno de 60 minutos. As aulas ocorriam uma vez por semana e oscilavam com a presença de cinco a nove mulheres. No dia anterior ao encontro eu encaminhava um *link* da sala virtual e as relembrava do encontro do dia seguinte. No horário combinado, entrávamos na sala e reservávamos algum tempo para conversar, logo após este período de descontração, iniciávamos a prática do yoga, geralmente com uma meditação, depois passávamos para as posturas físicas e finalizávamos com um relaxamento.
- 9 Durante a pandemia, em um momento complexo e repleto de incertezas, as sociabilidades e os elos entre as trajetórias destas colegas, vizinhas e amigas formaram importantes bases de fortalecimento. Contudo, ao longo do trabalho de campo fomos percebendo que havia controvérsias na construção desse espaço de autocuidado e lazer do yoga. Algumas alunas foram deixando de entrar nas aulas e relatos relacionados a sobrecarga de tarefas começaram a surgir. Durante nossas conversas em um grupo de *WhatsApp* elas compartilhavam um pouco da sua rotina e justificavam por diversas vezes as suas faltas com compromissos relacionados ao cuidado e às responsabilidades domésticas.
- 10 Segundo a filósofa Silvia Federici, o trabalho doméstico, além de ser imposto às mulheres, “foi transformado em um atributo natural da psique e da personalidade femininas” (2019, p. 42). Na maioria das vezes esse trabalho de cuidado é invisibilizado e não remunerado, ocupando grande parte da rotina das mulheres e tendo como consequência a restrição de tempo ao lazer.
- 11 As perguntas deste estudo foram construídas a partir do trabalho etnográfico e das vivências que nos atravessaram. Recordo-me da fala da aluna Noemi: ela justificou a

suas faltas da seguinte maneira: "Oi prof. Ainda não tenho tempo pra yoga [...] não se preocupem comigo, assim que as escolas infantis abrirem eu estou livre, bjs" (D.C. 14/10/2020). A partir dos dados e das inquietações que surgiram nos perguntamos: em tempos de pandemia, qual lugar ocupava a prática do yoga na vida de um grupo de mulheres? De que modos elas lidavam com as demandas de cuidado e de lazer? O objetivo deste estudo foi refletir, a partir da experiência etnográfica, as dinâmicas de cuidado e lazer na vida de um grupo de mulheres durante a pandemia.

- 12 Falar sobre a pandemia pode remeter à falsa impressão de algo homogêneo, como se o mundo todo, além de estar acometido pelo surto da mesma doença, estaria vivenciando-a da mesma forma, contudo "a sua escala global não significa universalidade, tampouco justifica a sua homogeneização. De forma direta: a pandemia é um evento múltiplo e desigual" (SEGATA *et al.*, 2021, p. 8). Para além de números e métricas, existem pessoas, histórias e vivências; nesse sentido a antropologia auxilia-nos na construção de elos com essas trajetórias e no enfrentamento a essa crise, pois "se a Covid-19 não se realiza de forma homogênea, as respostas a ela e às suas múltiplas pandemias também não podem ser" (Segata et al, 2021, p. 9). No caso específico deste estudo, aproximamo-nos da trajetória de um grupo de mulheres de mais de 50 anos, escolarizadas, moradoras de um mesmo bairro dentro de uma metrópole de um país latino-americano. Elas vinculam-se entre si por laços de vizinhança/amizade e por acessarem as mesmas infraestruturas de lazer.
- 13 A etnografia foi realizada de julho a dezembro de 2020, totalizando 23 aulas de aproximadamente uma hora de duração cada. Utilizamos a metodologia etnográfica "de perto e de dentro" (Magnani, 2018) e do "ser afetado" (Siqueira; Favret-Saada, 2005). Em seu estudo sobre feitiçaria, Favret-Saada precisou afetar-se pela prática para aproximar-se dos *nativos*: "não pude fazer outra coisa a não ser aceitar deixar-me afetar pela feitiçaria, e adotei um dispositivo metodológico tal que me permitisse elaborar um certo saber posteriormente." (2005, p. 155). Nesse sentido, Siqueira e Favret-Saada (2005) criticam a hierarquização da razão sobre o afeto, ela permitiu-se ser afetada pela epistemologia de outras e outros a favor da construção do saber. Dessa forma, também enquanto pesquisadora, participei, percebi e escrevi os diários de campo assumindo a afetação recíproca desenvolvida entre o grupo de yoga.
- 14 Os diários de campo que fui construindo durante a pesquisa contêm descrições, anotações e relatos das minhas percepções acerca das interações com o grupo; nos momentos das práticas de yoga as nossas trocas englobavam a corporalidade e a performance, já as conversas ocorriam predominantemente nos momentos anteriores à aula e no grupo de *WhatsApp*. A nossa sala de aula virtual se construiu a partir do acesso à plataforma Google Meet, que nos possibilitou compartilhar vídeo e som em tempo real; tanto eu quanto as alunas mantínhamos as câmeras ligadas durante toda aula; já em relação ao áudio, depois das conversas iniciais eu silenciava os microfones durante a prática do yoga para que não houvesse demasiada interferência de ruídos externos, mas frisava que elas poderiam religar os seus microfones quando quisessem.
- 15 A realização da etnografia no ciberespaço me causou estranheza e pareceu-me desafiadora por conta das restrições de contato físico e das trocas presenciais com as alunas. Contudo talvez ainda estivesse arraigada em mim a dicotomia entre social e técnico, como se houvesse a possibilidade do social ser menos "social" quando vinculado a telas. Segundo Theophilos Rifiotis, pesquisador do GrupCiber (Grupo de Pesquisa em Antropologia do Ciberespaço), "a partir da abordagem sociotécnica, o

tecido das nossas práticas, focado exclusivamente nos humanos, não parece mais inteiriço, pois ele está mesclado de outros elementos que desempenham atividades diversas no curso da ação” (2016, p. 90). A minha aproximação de pesquisas antropológicas do campo da cibercultura; gerou condições de possibilidades para entender o ciberespaço muito menos como um cenário, e mais como envolvimento entre os diversos entes, humanos ou não, que participam da ação.

- 16 No livro *Políticas etnográficas no campo da cibercultura*, Rifiotis e Segata (2016) sugerem que as discussões da cibercultura crescem a partir do encontro com a teoria de Bruno Latour: “foi apenas a partir da aproximação com as críticas firmadas com a Teoria Ator-Rede que nossa etnografia passou a ser tratada em termos de rastreamento e descrição de associações entre humanos e não humanos” (2016, p. 14). Sob essas perspectivas assume-se que todos os participantes possuem possibilidade de ação; nas nossas aulas de yoga, por exemplo, não era apenas eu e as alunas que agíamos, nossos computadores/celulares e outros diversos artefatos também poderiam agenciar.
- 17 Além da construção de diários de campos que foram se estruturando aula após aula, também foram realizadas entrevistas individuais semiestruturadas, por meio de ligações telefônicas, com nove alunas, das quais seis foram entrevistadas novamente ao final das aulas; estas mesmas seis alunas responderam a um questionário eletrônico de doze perguntas.
- 18 Para refletir e realizar a análise dos dados de campo direcionei a minha atenção à introdução do livro *Escrita da cultura, Política e poética da etnografia* de James Clifford (2016); nesse texto o autor sugere que as verdades etnográficas são parciais, isto é, as experiências vividas pelas pesquisadoras e pesquisadores e as narrativas por eles construídas são elaboradas a partir de fragmentos da realidade, não da realidade em si. E nesse sentido “a escrita não é mais uma dimensão marginal, ou oculta, mas vem surgindo como central para aquilo que os antropólogos fazem, tanto no campo como o que a ele se segue” (James Clifford, 2016, p. 32), assim o conhecimento não está dado, ele não é apreendido pela pesquisadora, ele é construído a partir da escrita dos nossos textos. “As verdades etnográficas são, assim, inerentemente parciais - engajadas e incompletas.” (Clifford, 2016, p. 38). Partindo dessa perspectiva o texto que segue é uma narrativa etnográfica tecida a partir das experiências que vivenciamos em campo e, ao assumir esta escrita engajada, não estamos nos afastando dos saberes científicos, mas sim situando-os. Sendo assim, serão apresentadas duas linhas de discussões: uma sobre o cuidado e outra acerca do lazer.

## **SOBRE O CUIDADO: “FAÇO MEU SERVIÇO DE CASA NORMAL, EU FAÇO TUDO, EU NÃO ME ENTREGO”**

- 19 Começo a discutir as relações de cuidado a partir da vinculação e dos atravessamentos contidos na experiência da aluna Noemi junto às aulas de yoga. Noemi identifica-se como uma mulher, branca, idosa; ela é vizinha do ginásio e em 2019 frequentava regularmente as aulas de yoga presenciais, já em 2020 participou das práticas no ciberespaço até certo momento em que parou de comparecer e justificou-se com a fala que apresentamos na introdução. Ela teve de assumir grande responsabilidade do cuidado de seus netos que não estavam participando de atividades escolares presenciais por conta das medidas de distanciamento adotadas a partir da pandemia. Durante

entrevista, após eu lhe questionar como estava sendo a adaptação às rotinas pandêmicas, ela relatou:

Ah, pra mim mudou muito, todas as atividades que eu participava, foram por terra e mesmo aí no âmbito familiar atingiu muito. [...] No começo ficou em casa as crianças, os dois netos ficaram em casa também né, e aí eu sem atividade da rua e com sobrecarga de gente em casa. [...] De junho pra cá, foi a pequeninha que eu precisei cuidar também, então somando isto houve também perda de vizinhos, de familiares né. (Entrevista com Noemi, dezembro de 2020).

- 20 Durante a pandemia de Covid-19, Noemi viu-se ainda mais sobrecarregada com as tarefas domésticas e desvinculada de práticas de lazer. Em uma tentativa de conciliar as responsabilidades de cuidado com o seu núcleo familiar e a prática do yoga, instrumento de autocuidado, em uma determinada aula, Noemi entrou em nossa sala virtual ao lado de uma criança. A aula já estava na metade e eu me surpreendi com a sua entrada repentina, parei as instruções, cumprimentei-a e perguntei como estava, se participaria da prática, ela então respondeu: “eu queria participar, mas eles estão aqui, não consigo me concentrar, não adianta” (D.C. 04/11/2020).
- 21 Para além desse cenário, Noemi relata ações que a fizeram engajar-se com o coletivo; ela comenta que continuou fazendo trabalhos artesanais pois outra colega, não idosa, ofereceu-se para comprar lã e posteriormente passou na sua casa para buscar os trabalhos prontos. Além da gestão dos trabalhos artesanais, as colegas do *pedaço* também organizaram uma campanha de arrecadação de agasalhos com o auxílio de Eduardo - um professor do Ginásio que exerce o papel de coordenador e de liderança local, Noemi conta sobre a experiência:
- Eduardo recolheu abrigos, roupas, calçados etc., ele passou nas principais casas, então ele marcou um dia e a gente pediu para os amigos e vizinhos, e juntou né, então ele passou com a caminhonete e recolheu tudo, então isso aí foi uma coisa que fez a gente se sentir útil, foi uma ação, aí foi mais um motivo para bater papo com o vizinho, amigo e isto aí me ajudou bastante. (Entrevista com Noemi)
- 22 Cabe aqui pensarmos a cidade e suas sociabilidades: para além da sua casa e da sua família, a aluna visualiza o grupo do ginásio como algo familiar, onde estabelece trocas e - como sugere o seu relato - onde ajuda e é ajudada. Contudo, as sociabilidades cidadinas são permeadas por contradições; o antropólogo francês Michel Agier assume que as cidades foram: “fundadas para reunir, ligar, aproximar as pessoas e assim reduzir os custos das interações e do trabalho [...], mas elas colocam a maior parte da nossa existência em quadros impessoais, sistemas de proteção, organizações solitárias e narcisistas” (2011, p. 174). A mercantilização da vida e liquidez das relações flertam com o desagrupamento, entretanto nas margens dos territórios crescem grupos, comunidades, coletivos, que se vinculam e se potencializam nos laços: “qualquer comunidade, qualquer agrupamento coloca-se assim, do lado da resistência a essa ordem urbana da solidão e da negação do mundo comum.” (Agier, 2011, p. 174)
- 23 Voltando ao cuidado, ele é múltiplo e heterogêneo e cada vez mais vem sendo estudado pelo campo das Ciências Sociais. A multiplicação da produção acadêmica sobre o cuidado ocorre, dentre outros fatores, por desdobramentos do envelhecimento da população, aumento da expectativa de vida e seus efeitos, estabilização da mulher no mercado de trabalho, ineficiência de sistemas de saúde e de assistência social (Araujo, 2018).
- 24 Para além de uma ação isolada, o cuidado é relacional. São diversas as relações de cuidado, elas podem inclusive ser remuneradas, lidas como “profissão” - a exemplo das

- cuidadoras de idosos. Também podem ser invisibilizadas e desempenhadas como “obrigação”. Para Nadya Araújo Guimarães e Priscila Pereira Faria Vieira (2020), o “cuidado por obrigação” seria a dimensão do cuidado onde “o exercício dos chamados ‘afazeres domésticos’, feito de forma gratuita e regular (embora invisível), propiciava o provimento de tarefas de cuidado a membros da família ou do domicílio de residência” (2020, p. 9).
- 25 Este cuidado invisível exercido no ambiente doméstico se intensificou na vida de Noemi, sem opção de recusa, a convivência intergeracional tornou-se cotidiana e a idealização dos vínculos familiares pode ocultar o peso que recai sobre as mulheres: “a imagem sacralizada da família como espaço de proteção, afeto e generosidade impede que sejam vistas adequadamente as contradições e assimetrias de poder que estruturam o cuidado” (Araujo, 2018, p. 60). Entre tantas tarefas como realizar a limpeza da casa, cuidar das crianças, auxiliar nas tarefas escolares, preparar as refeições, a casa e os vínculos familiares se distanciam da ideia de descanso e harmonia e, para as mulheres, o ambiente doméstico pode se tornar um reduto de sobrecargas, opressões e silenciamentos.
- 26 Ao analisar cuidado, faz-se necessário pensar em gênero - o trabalho de cuidado é socialmente direcionado para as mulheres -, entretanto existem interseccionalidades contidas na vivência de cada mulher. Para Patricia Hill Collins (2015), socióloga norte-americana, “quando, então, nos recusamos a lidar com raça ou classe porque elas não parecem ser diretamente relevantes ao gênero, estamos, na verdade, nos tornando parte do problema de outras pessoas” (2015, p. 26). A autora sugere que as categorias raça, gênero e classe são distintas, mas interagem na manutenção de experiências desiguais. Sendo assim, as experiências das mulheres são distintas e suas relações de cuidado também não poderiam deixar de ser.
- 27 Para pensar estas interseccionalidades a partir dos dados de campo, vejamos a experiência de Rosa. Depois do término da nossa segunda aula, a aluna Rosa nos mandou essa mensagem no grupo de *WhatsApp*: “Foi ótima a aula, vou continuar, só saí rápido porque tenho que fazer comida para as 11h30, meu neto vem buscar, agora já coloquei no fogo estou aguardando para continuar” (D.C. 15/07/2021). Semanalmente, Rosa prepara refeições para a filha e para o neto; curiosa em relação a essa prática perguntei-lhe se havia começado a fazer isso durante a pandemia e ela enfática respondeu: “toda vida eu cozinho pra eles, mesmo na época que eu trabalhava oito horas por dia, eu tirava o domingo para fazer tudo [...], isso já é meu, já é um hábito” (entrevista com Rosa). Essa fala da aluna dialoga com a pergunta deste estudo; apresenta um modo como as mulheres lidam com as demandas de cuidado, muitas não cogitam se dissociar das dinâmicas de cuidado que participam; é como se, em certa medida, as mulheres corporificassem as representações de mãe, cuidadora, doméstica, tornando tais ações parte de si, hábitos consolidados.
- 28 Contudo, ao passo que Rosa participa e se responsabiliza pela dinâmica alimentar de seu grupo familiar, ela também possui condições de possibilidade para fragmentar alguns tipos de cuidado com a casa: “Amanhã não vou poder fazer, minha faxineira vem às 8h e como *apto* é pequeno não vou ter onde fazer, mas na próxima com certeza vou participar.” (D.C. 25/11/2020). O filho de Rosa iria chegar de viagem e então ela contratou o serviço de uma diarista para faxinar a sua casa antes da sua chegada, por isso não compareceu à aula de yoga. As relações de cuidado escancaram as desigualdades sociais: enquanto mulheres brancas de classe média ao perceberem-se

sobrecarregadas contratam outras mulheres para cuidar de seus filhos, para cuidar de suas casas, para cozinhar a sua comida etc., para as mulheres negras e subalternizadas só crescem as responsabilidades domésticas e intrageracionais. A autora Helena Hirata dialoga sobre as desigualdades escancaradas no trabalho de cuidado e elenca que a migração é mais uma dinâmica corriqueira na vida das cuidadoras: “o trabalho de cuidado é exemplar das desigualdades imbricadas de gênero, de classe e de raça, pois os cuidadores são majoritariamente mulheres, pobres, negras, muitas vezes migrantes (provenientes de migração interna ou externa)” (Hirata, 2016, p. 54).

- 29 Na pandemia as mulheres seguem na linha de frente assumindo profissões centrais; são cuidadoras de idoso, auxiliares de limpeza, empregadas domésticas, cozinheiras, enfermeiras, médicas, professoras e, assim, mostram-se sobrecarregadas pois além das demandas profissionais e da quase inexistência da separação entre trabalho e descanso, não deixam de assumir as tarefas de cuidado. A aluna Ana é professora e durante grande parte da pandemia trabalhou de forma remota; em entrevista, ela relata que as demandas do seu trabalho aumentaram e o cuidado adquiriu novas configurações:
- 30 Então é aquela coisa né ‘tão em casa, não tão fazendo nada’, muita gente diz isso, e às vezes o trabalho é redobrado, eu não tenho sábado, eu não tenho domingo, eu não tenho feriado, como eu tenho *WhatsApp* dos pais dos meu alunos, têm pais que só fim de semana que conseguem fazer as atividades com seus filhos e me mandar, então como eu não vou dar atenção pra aquela criatura que eu sei que trabalha durante a semana, aí tem colegas que falam ‘ah não faz, não fala’, como é que eu não vou fazer se eu sei que a mãe do fulano trabalha, pelo o menos tão fazendo as atividades, tem muitos que fazem, outros que não fazem (Entrevista com Ana).
- 31 Ana relata que mesmo aos fins de semana, que teoricamente seriam dias de folga do seu trabalho formal, ela não deixa de *cuidar* dos alunos e de suas respectivas mães e pais. E não só deles, no ambiente doméstico Ana cuida de uma rede de homens do seu grupo familiar, do seu filho adolescente – “ajudo o meu filho nas tarefas da escola dele também, além da função da minha escola tem mais a função dele” (Entrevista com Ana) –, de seu marido e do seu pai. Durante o ano de 2020 o pai de Ana estava passando pelo tratamento de uma doença e ela e suas irmãs davam-lhe apoio. Mesmo com a existência de um irmão, apenas as três filhas mulheres assumiram os cuidados: “três meninas e um guri, nós somos quatro filhos, mas quem tá fazendo a função toda é só as mulheres” (Entrevista com Ana).
- 32 Essas tarefas de cuidado, interpretadas socialmente como “amor”, no sentido dado por Pimenta (2019, p. 12) acabam colocando as mulheres em situações de perigo. Ana acompanhou seu pai em consultas, clínicas e hospitais e ouviu conselhos de profissionais de saúde para que não permanecesse muito tempo nestes locais, até tentou argumentar com seu pai que não podia lhe acompanhar sempre, mas, mesmo assim, o pai esperava dela esse cuidado. Denise Pimenta (2019, p. 11) argumenta que “o mesmo cuidado que salva, mata. Cuidado entendido como decorrência do “amor”, é um fardo que recai sobre as mulheres. Trata-se de um ônus cultural de uma existência feminina”.
- 33 Mesmo nos dias em que Ana arranjava uma “brecha” em sua rotina para participar das aulas de yoga, ela tinha que sair depressa, às vezes antes das finalizações e do relaxamento final. Ao questioná-la qual foi a sua maior dificuldade ao participar das aulas, ela desabafa dizendo que a dificuldade que sentia era de conseguir finalizar todo o processo da aula de yoga e estar no horário certo da reunião do seu trabalho.

- 34 Pimenta realizou um estudo etnográfico com mulheres de Serra Leoa durante a pandemia de Ebola, a partir do estudo que ela denominou de *cuidado perigoso* as tarefas de cuidado exercidas por mulheres durante pandemias/endemias/epidemias. A autora avança em muitas discussões importantes sobre o tema, dentre elas defende que se reconheça o cuidado como “um trabalho, um investimento de tempo, dedicação, paciência e força física, [...] um engajamento que leva a perdas, exaustão, debilitação física, bem como possíveis doenças e morte.” (Pimenta, 2019, p. 12). É preciso descortinar a romantização sobre o cuidado para assumir os perigos dessas relações unilaterais. Quem cuida de quem cuida?
- 35 O *cuidado perigoso* descrito por Denise Pimenta me remete àquela que ficou conhecida como a primeira vítima “oficial” de Sars-CoV-2 no estado do Rio de Janeiro:
- A Secretaria de Estado de Saúde do Rio de Janeiro e a prefeitura da cidade de Miguel Pereira confirmaram, na manhã desta quinta-feira (19), a primeira morte por coronavírus no estado. A vítima é uma empregada doméstica de 63 anos que tinha diabetes e hipertensão. Ela teve contato com a patroa, que esteve na Itália e estava com a doença. (G1 RIO, 19/03/2020)
- 36 Uma empregada doméstica, que exercia o trabalho de cuidado foi a primeira vítima do novo coronavírus em um dos Estados brasileiros e infelizmente não foi a única. Qual a simbologia desse cenário? A “patroa”, moradora do Leblon, bairro nobre, retornava de suas férias na Itália. Já a empregada doméstica, mulher trabalhadora, idosa, que apresentava comorbidades - quiçá em decorrência de tantos anos executando trabalho precarizado - seguiu seu ritmo cotidiano, percorreu mais de 100km da sua casa, localizada no município de Miguel Pereira, para exercer o trabalho de cuidado em outra residência. Deste encontro fatal entre realidades distintas não é só o coronavírus que mata, são também as infraestruturas, as desigualdades sociais, as carências de medidas preventivas, a falta de assistências institucionais, a lista é longa.
- 37 A partir desse cenário historicamente desigual, da divisão desproporcional das responsabilidades domésticas e da manutenção constante de políticas sexistas, como pensar em mudança nestas estruturas? Políticas públicas adotadas na Argentina, resultantes de luta popular das mulheres, nos dão pistas: foi anunciado em 2021 que o Programa Integral de Reconhecimento de Tempo de Serviço por Tarefas Assistenciais do país começará a reconhecer o trabalho materno como trabalho, sendo computável como tempo de contribuição para a aposentadoria; o programa busca assistir, especialmente, aquelas mulheres que possuem mais de 60 anos, que são mães e que ainda somaram o tempo necessário de contribuição (Attab, 2021). É apenas um passo na reparação, contudo o reconhecimento estatal das tarefas de cuidado como um trabalho é um avanço ontológico muito grande. O trabalho de cuidado é essencial para a manutenção da vida e ainda assim segue desvalorizado, não remunerado ou mal pago (OXFAM, 2021), pelos motivos apresentados, legislar por ou a favor de quem cuida deve ser uma prioridade.
- 38 Nesse contexto, cabe perguntar, em acordo com Pimenta (2020, p. 18): “Toda crise revela grandes ironias e uma delas é: pandemia tem cara de mulher, mas, e a voz?” (Pimenta, 2020, p. 18). Pimenta, assume contradições, ao ampliar suas percepções em direção a vozes femininas silenciadas, nas casas, nos hospitais e na produção acadêmica. Mesmo em lugar de centralidade, as vozes femininas estão na margem. Na produção acadêmica, as publicações produzidas por homens superam quantitativamente as femininas, mesmo quando as mulheres são especialistas nos

temas pesquisados (Pimenta, 2020). Porém, cabe destacar que esta etnografia foi tecida a partir do protagonismo e das vozes femininas, quando as alunas me relatavam sobre as tarefas domésticas eu buscava me aproximar dos sentidos que atribuíam a isso, observava as reações que elas transpareciam à medida que detalhavam seus cotidianos, mas também fazia o movimento de aproximação de suas experiências com o arcabouço teórico que estava construindo sobre o cuidado e, de certa forma, estas conceituações transbordavam à medida que dialogávamos. Eu, enquanto pesquisadora engajada, buscava costurar as nossas vivências, tendo em vista a fortificação das redes de apoio.

- 39 No espaço público e no ambiente doméstico constroem-se relações assimétricas entre homens e mulheres, mas também entre mulheres. A partir deste encontro dos dados de campo com epistemologias feministas e interseccionais construímos esta narrativa etnográfica apresentando algumas nuances do trabalho de cuidado desempenhado por mulheres em tempos de pandemia, mas este não se restringe apenas a este período de crise. Relembrando a frase do título dessa seção, as mulheres não se entregam e possuem dificuldades em enxergar brechas para exercer o não cuidado na vida cotidiana. Contudo são nos grupos, coletivos, associações que estas se vinculam e constroem relações além do trabalho, seja ele de cuidado ou não, onde conseguem entender suas corporalidades para além do cuidar, onde socializam e vivenciam o lazer e o autocuidado.

## **SOBRE O LAZER: “ESSE MOMENTO QUE FAZ TANTO BEM PARA SAÚDE E ESPÍRITO E AINDA TEMOS COMO VER AS COLEGUINHAS”**

- 40 O espaço de lazer e autocuidado que construímos mediado pelo yoga transitava por motivações que se traduzem na frase que abre este capítulo, a sociabilidade e promoção de saúde faziam agir nossos encontros. A começar pela sociabilidade, as alunas já nutriam um sentimento de pertencimento ao grupo, isso fazia com que não quisessem se desvincular desses elos que as aproximavam, e percebiam as aulas de yoga como uma das poucas possibilidades de socialização umas com as outras durante a pandemia: “as vizinhas não conseguem mais se ver, só por aqui mesmo.” (D.C. 15/07/2020). Elas que antes encontravam-se cotidianamente, fosse durante as aulas do ginásio, no supermercado, no portão de casa ou nas confraternizações, tiveram que povoar o ciberespaço, aprendendo a interagir com as colegas e com as tecnologias de outras maneiras. Fora do ciberespaço, depois de quase um ano de isolamento social, algumas alunas permitiam-se pequenos encontros: “Às vezes as meninas vêm aqui na frente, eu levo uma cadeira ali na sacada, a gente conversa um pouquinho aqui [...] cada uma no isolamento, na distância, a gente dá uma conversadinha de máscara e tudo (Entrevista com Juçara).
- 41 Visando à conservação da saúde, as alunas mantinham-se restritas às suas rotinas de isolamento e por reconhecerem-se como “grupo de risco” elas tinham bastante receio em contrair o vírus: “é difícil, ainda mais que nós somos do grupo de risco” (Entrevista com Marli). A pandemia, a restrição ao ambiente doméstico, às sobrecargas de tarefas de cuidado e a limitação de tempo/espço para o lazer e a sociabilidade impulsionaram instabilidades físicas e psíquicas nas suas vivências. Era recorrente que as alunas reclamassem de dor, algumas deixaram de participar das aulas por estarem vivenciando

“crises de coluna” e associavam as dores à falta de exercícios: “Os ‘comdor’, dói aqui, dói ali, é que a gente tá muito parada, fazia atividade, eu fazia ginástica 4 vezes por semana.” (Entrevista com Marli); “Eu tenho tido crises por falta de exercício, antes eu fazia aula de dança, fazia hidroginástica, eu ia pra musculação, eu fazia exercício, agora não [...] é claro que fica tudo atrofiado né.” (Entrevista com Rosa). As alunas percebiam mudanças em seus corpos e associavam as dores e a letargia à inconstância de movimentos. Algumas destas percepções foram se resignificando ao longo dos seis meses de contato com o grupo na pandemia, depois do início das aulas de yoga, as professoras do ginásio também aderiram às aulas online e começaram a mediar, em outros horários, aulas de ginástica também pelo ciberespaço.

- 42 A experiência do yoga é composta por meditação, mantras, exercícios respiratórios, valores, posturas, relaxamento. Ademais, o yoga é considerado uma prática integrativa pois, em certa medida, propõe a superação da dicotomia corpo-mente através de filosofias e práticas que observem o corpo de modo integral. Por exemplo, acredita-se que uma postura não agirá somente em uma parte específica do corpo, desviando da ideia de fragmentação busca-se observar e enaltecer as confluências e conexões do(s) corpo(s).
- 43 Durante as aulas, eu incentivava que as alunas sentissem, observassem e respeitassem seus corpos e seus limites. Sensibilizadas pela experiência elas liam “algo diferente no yoga”, Eliana comparou o yoga com a ginástica e concluiu: “porque lá (nas aulas de yoga) é diferente né, além de mexer contigo, tem aquela outra coisa da paz” (Entrevista com Eliana). Já Rosa relatou: “eu acho que tu és bem acessível de dizer ‘olha, se não conseguir, não vai’, isso pra mim me deixa tranquila para fazer os exercícios, pois eu sei que se eu não fizer não vai ter cobrança” (Entrevista com Rosa). Os sentidos que construímos durante as aulas de yoga estavam atrelados não somente ao alongamento físico ou à redução de peso, mas buscavam acolher integralmente as trajetórias que as alunas traziam e estas poderiam conter dores, medos, dificuldades e inseguranças.
- 44 Nas aulas de yoga pretendeu-se formar um potencial espaço de promoção de saúde e bem-estar no “tapetinho” e para além dele, as alunas experimentaram sensações que trouxeram “alívio” das rotinas pandêmicas: “Esses encontros nos dão ânimo para passar mais uma semana em isolamento” (D.C. 05/08/2020). A aluna Juçara conta que começou a utilizar os exercícios respiratórios no seu cotidiano: “a yoga me ajuda até a dormir porque eu tenho muita insônia, então às vezes eu deito e começo a fazer ‘ó, foco na tua respiração’, e assim eu vou indo e quando eu vejo eu durmo e a concentração do dia a dia” (Entrevista com Juçara). Esses retornos das alunas são convites para atentarmos e legitimarmos os agenciamentos terapêuticos (Tavares, 2017), processos salutareos e de cuidado que podem ser desencadeados do exercício de práticas alternativas e/ou integrativas, como o yoga. O fomento democrático e horizontal destas práticas complementares de saúde pode possibilitar a construção de dinâmicas cotidianas menos exaustivas.
- 45 Voltando a refletir acerca dos sentidos, a ampliação desses para além do foco no corpo físico, criou brechas para as alunas lerem os seus corpos de forma mais completa - reconhecendo também sensações mais sutis. Durante entrevista, Rosa relembrou e questionou algumas imposições que lhes foram feitas outrora: “por exemplo na academia, dizem ‘porque tu tens que pegar o peso’, eu digo pra ele ‘larga do meu pé’ e eles respondem que é pro meu bem, eu sei que é pro meu bem, mas eu não quero fazer” (Entrevista com Rosa). As instruções que o professor de musculação sugere para Rosa

me parecem ir ao encontro de um ideal de alto desempenho e de estética, e distanciar-se do bem-estar e satisfação da aluna.

- 46 Contudo, ao praticarmos yoga também se criaram desafios, tanto para as alunas ao direcionarem grande atenção sobre si mesmas, como para mim nesse processo de tornar-me uma mediadora do conhecimento do yoga. Durante as instruções das aulas eu costumo recomendar às alunas que mantenham os olhos fechados ao realizarem as posturas, faço isso projetando que desapeguem visualmente dos estímulos externos. Em entrevista Rosa então desabafou: “outra coisa que tu dizes, que eu não consigo fazer e aí eu não quis falar na frente delas assim pra não tá atrapalhando, é a história do olho fechado, eu fecho os olhos e eu tenho tontura, então eu faço de olho aberto, eu não deixo de fazer” (Entrevista com Rosa). Este retorno de Rosa foi muito importante pra mim, pois, por mais que eu estude as variações e adaptações para posturas, a autonomia das alunas é importantíssima para a construção de uma prática salutar, uma instrução tão corriqueira como fechar os olhos não me causava estranhamento antes do relato da aluna.
- 47 Situando-nos na pandemia, apresentaram-se outros desafios, as aulas de yoga no ciberespaço demandam infraestruturas: paredes, espaço físico, redes, sinal de internet, celular, carregador e aparelhos que também constroem essas paisagens do lazer na pandemia. Contudo essas infraestruturas individualizadas não são uma realidade para todas, em um cenário de crise sanitária, sentindo os efeitos de escolhas de governantes neoliberais e negacionistas, sem a implementação de políticas públicas eficazes ao enfrentamento à Covid-19 e com a insuficiência de programas assistenciais, é raro que a maior parte da população esteja vivendo momentos de estabilidade socioeconômica.
- 48 As alunas que participavam regularmente das aulas, em média seis alunas, tinham acesso à infraestrutura e privilégios, já outras deixaram de experimentar o yoga ou participavam ‘quando podiam’. A aluna Carla compartilhava a rotina do isolamento social junto de seus filhos, o aparelho celular também. Quando as práticas de yoga ocorriam no horário da manhã ela realizava as práticas usando fone de ouvido para não acordar as crianças. Já quando as aulas ocorriam no turno da tarde, Carla tinha que emprestar o aparelho para o seu filho que o utilizava para realizar as tarefas da escola:
- Hoje podem fazer sem mim. Porque nesse horário meu filho está em aula online e é gincana da escola. Eles fazem tarefas dentro de casa. Não temos muito espaço e tenho que ajudar ele no que precisar. Eu não poderei participar da aula com vocês.  
(D.C. 30/08/2020)
- 49 A aluna Carla estava tentando conciliar os desafios, até que ela fez o seguinte relato: “Oi gurias, não vou conseguir fazer novamente. Meu celular tá ruim. Ele descarrega e desliga mesmo ligado na tomada. É uma chatice. Mas agora não dá pra comprar outro novo hehe” (D.C. 09/09/2020). A falta de funcionalidade do celular infelizmente foi decisiva para a não participação de Carla em atividades do grupo, tentei entrar em contato algumas vezes com a aluna através de outra rede social e também não consegui, não foi possível restabelecer o contato com ela e ouvi-la na entrevista final.
- 50 Para pensar o lazer a partir de métodos antropológicos, parafraseio José Magnani (2018, p. 37) que ao estudar lazer nas periferias urbanas de São Paulo assume: “adotar a etnografia significa incorporar o pressuposto de situar o lazer antes em suas interrelações com o modo de vida e o cotidiano dos moradores de periferia do que sua contraposição ao mundo de trabalho, simbolizado pela fábrica”. Ou seja, para além de categorias globais, os saberes situados nos apresentam as múltiplas agências das

- experiências locais. Nas aproximações com o cotidiano das alunas percebi a limitação da dicotomia trabalho/lazer pois mesmo quando estavam experimentando seus corpos ígoues, por exemplo, elas não paravam de receber mensagens/demandas do trabalho.
- 51 É interessante notar que a partir da reflexividade da experiência em campo com a teoria, pude visualizar o Ginásio como um *pedaço*. Magnani sugere que se reconheça como *pedaço* o espaço intermediário entre o público e o privado “onde se desenvolve uma sociabilidade básica, mais ampla que a fundada nos laços familiares, porém mais densa, significativa e estável que as relações formais e individualizadas” (Magnani, 1998, p. 116). O *pedaço* é composto de um elemento espacial (um ponto de ônibus, uma igreja, um supermercado, um ginásio) e de uma rede de relações que combinam laços de parentesco, de vizinhança, comunitárias, esportivas. Nestes *pedaços* desenvolvem-se trocas de informações, favores, produtos e produzem-se afetividades e conflitos.
- 52 O ginásio é o *pedaço* de mulheres, vizinhas, que entrelaçam seus cotidianos a partir da ampliação dos laços comunitários e esportivos. À medida que compartilham práticas de lazer, começam a reconhecer-se, além de vizinhas, como colegas; a partir daí estabelecem trocas de quitutes, artesanatos, orações e informações. Além disso, estimulam o pequeno comércio local ao organizarem feiras de vendas de artesanatos. Durante uma aula no ciberespaço, perguntei a Juçara como estava a sua rotina, ela comentou que estava fazendo bastante crochê e enfatizou: “tínhamos as feirinhas, eu trabalhava nas feiras, agora eu vou botar o *sousplat* nos grupos para ver se alguém quer né” (D.C. 11/11/2020). Os grupos a qual ela se referiu são os grupos virtuais do *WhatsApp* e do *Facebook*, o *pedaço* do ginásio não está podendo ser frequentado presencialmente, mas os vínculos que o configuram persistem.
- 53 Assim foram realizados eventos virtuais no *pedaço* durante a pandemia: “Agora do ginásio nós vamos fazer nossa festa julina, sábado às 15h, pois é tu podia ser das “Maritas” e entrar junto. Tô fazendo uma mesa com umas coisas bem bacanas de festa junina” (Entrevista com Marli). Esse relato de Marli, revela um nome para o *pedaço* das mulheres do ginásio, as *Maritas* (esta denominação do grupo faz referência ao nome do ginásio). Marli me convidou para fazer parte do grupo, para participar da festa e anteriormente Juçara também havia me convidado a ser administradora de outro grupo do *Facebook*. Entretanto, parafraseando Magnani (2020, p. 21): “não bastava passar por esse lugar ou mesmo frequentá-lo com alguma regularidade para ser do *pedaço*; era preciso estar situado (e ser reconhecido como tal)”, acredito que eu e as alunas construímos uma relação próxima, de confiança e amizade, mas diferentemente das outras professoras do ginásio que possuíam um vínculo empregatício e mais duradouro com o espaço, a minha passagem por aquele local foi temporária demais para considerar-me uma *Marita de carteirinha*.
- 54 O estabelecimento das *Maritas* no *ciberpedaço* foi abrupto, foi lido como a alternativa ao distanciamento. Os vínculos virtuais que eram estabelecidos anteriormente se restringiam ao compartilhamento de áudios, fotos e textos no *WhatsApp*, já em 2020 elas foram ampliando os encontros no ciberespaço, começaram a utilizar programas de videoconferência como *Google Meet* e *Zoom*.
- 55 “Bom dia!! Hoje às 17 horas, acontecerá o nosso chá virtual das aniversariantes do 1º semestre das alunas do Ginásio. Então bora lá decorar seus cantinhos preferidos, e matar as saudades, mesmo que on-line. Parabéns a todas”, esta foi a chamada, publicada no *Facebook*, para o chá virtual das *Maritas*, elas organizaram-se, prepararam quitutes, arrumaram suas residências e conectaram-se à sala de aula virtual. Marli

realizou um teste antes do dia da festa, telefonou para Juçara para “ver se dá certo” e Juçara assumiu: “A gente é meio verde, se perde um pouco, mas vamos tentando” (Entrevista com Juçara).

- 56 Depois de celebrar as aniversariantes, chegou a hora de outra festa muito especial. O ambiente era de alegria e animação, as alunas estavam arrumadas, com direito a batom e sorrisos. Sobre as mesas havia toalhas coloridas, decorações de crochê, além de salgadinhos de festa - aqueles “típicos” de aniversários infantis e bolos recheados e decorados com glacê. Nas paredes havia bandeirinhas e cartazes enfeitados com lantejoulas, nos armários penduraram balões e usaram flores e folhagens como cenário, o chimarrão também estava com enfeites especiais. Tudo do bom e do melhor para celebrar um grande ator do grupo, um personagem essencial para os vínculos: o ginásio. “Festa *online* bombando!! Aniversário de 11 anos do Ginásio” (17/10/2020), as *Maritas* estavam reunidas para comemorar mais um ano dele, o adolescente ginásio.
- 57 A partir da construção do lazer e sociabilidade junto ao ginásio, as mulheres construíram afetividade perante o espaço, afetividade esta intensificada pela impossibilidade pandêmica de ocupá-lo. Desta forma, a ideia do ginásio e da volta a ele em nenhum momento deixou de ser alimentada no imaginário daquelas mulheres; contudo, ao começaram a vivenciar lazer a partir de redes sociotécnicas as relações não poderiam deixar de ser transformadas. A satisfação do desejo de *estar-junto* mobilizou as *Maritas* a encararem o “bicho” do ciberespaço e permitirem-se ser afetadas pelas telas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

- 58 Durante o processo pedagógico de ensinar o yoga, eu me transformei. Aprendi o yoga praticando e aperfeiçoei estes aprendizados em um curso de formação, entretanto foi no ginásio junto ao grupo de mulheres que desenvolvi habilidades para compartilhar posturas, mantras, meditações, valores. À medida que o ginásio fechou em virtude da crise sanitária, nós, enquanto grupo, aprendemos juntas sobre as aulas no ciberespaço, vinculamo-nos a redes sociotécnicas, aprendemos a sensibilizarmos por outros ângulos e, ainda que restritas ao quadrado das câmeras, aproximamo-nos do cotidiano umas das outras.
- 59 Assumindo a não homogeneidade das experiências pandêmicas, neste artigo valorizei as metodologias antropológicas como potência na construção de problematizações e alternativas às pandemias; e construí esta narrativa antropológica a partir do trabalho etnográfico realizado durante seis meses do ano de 2021 com o grupo de mulheres que participavam das aulas de yoga.
- 60 Ao longo das aulas no ciberespaço algumas mulheres assumiram que “não tinham tempo para o yoga”, isto é, a partir de sobrecargas de tarefas domésticas não lhes sobrava tempo/espaço para o lazer. Dessa forma, ao ser afetada em campo, no sentido de Jeanne Favret-Saada (2005), me aproximei de distintas experiências de cuidado e a partir do encontro dos dados com teorias feministas e interseccionais defendi que o cuidado é um trabalho que demanda tempo, dedicação e esforço (Pimenta, 2019). Além disso, ele é construído a partir de relações assimétricas e desiguais, não remuneradas ou mal remuneradas. O trabalho de cuidado é generificado mas não só, marcadores sociais de raça e classe interseccionam-se na formação de histórias de vida mais ou

menos desiguais (Collins, 2015): mulheres negras, pobres e imigrantes historicamente assumem mais tarefas de cuidado e intrageracionais.

- 61 Além disso, o cuidado torna-se perigoso à medida que coloca as mulheres em situações extremamente arriscadas como na epidemia de Ebola em Serra Leoa, por exemplo (Pimenta, 2018). Nesse sentido, a visualização do cuidado como um atributo natural das mulheres é refutada, ao invés disso questiona-se as diversas estruturas que corroboram para a construção dessas relações socialmente opressoras entre o gênero feminino e o cuidado.
- 62 Durante a pandemia de Covid-19, as mulheres do grupo sentiram-se imersas nas tarefas “da casa” e desvinculadas de atividades que ocorriam fora do âmbito doméstico. Campanhas de doação de agasalhos, produção de artesanato, festas virtuais, aulas de yoga e ginástica foram algumas das práticas que as fizeram continuar engajadas e vinculadas com o grupo do ginásio e onde puderam enxergar espaço para lazer, sociabilidade e autocuidado em meio ao cotidiano pandêmico.
- 63 O grupo de mulheres pode ser lido como um *pedaço* (Magnani, 1998) pois constitui-se como uma rede de relações de vizinhança, comunitárias e esportivas vinculadas a um elemento espacial - o ginásio. As *Maritas*, nome ao qual elas se denominavam, entenderam o “mundo virtual” como uma alternativa para a perpetuação dos vínculos e, apesar das dificuldades em povoarem o ciberespaço, elas marcaram presença no *ciberpedaço*, até organizaram confraternizações, uma delas em homenagem ao ginásio, um importante ator e agregador de interesses da comunidade. Contudo, as paisagens de lazer adaptadas ao virtual demandam de uma série de infraestruturas individualizadas que também tornam mais seletivas as práticas online, a falta de funcionalidade de um aparelho celular, por exemplo, infelizmente foi decisiva para a inviabilização da participação de uma das alunas.
- 64 Assim, a partir dos dados que foram construídos, percebi que, em tempos pandêmicos, o espaço de lazer criado a partir da prática de yoga ocupa um lugar possível, porém por vezes secundário na vida das mulheres do grupo, pois estas, em consequência das medidas de isolamento social e da histórica divisão generificada do trabalho, intensificaram a sua dedicação às relações de cuidado implicando na diminuição do tempo e da motivação para o lazer e autocuidado. Ademais, o ambiente das práticas no ciberespaço requer alcance às infraestruturas, cujo distanciamento pode tornar-se um obstáculo para a participação.

---

## BIBLIOGRAFIA

AGIER, Michel. **Antropologia da cidade**: lugares, situações, movimentos. São Paulo: Terceiro Nome, 2011.

ARAUJO, Anna Bárbara. Da ética do cuidado à interseccionalidade: caminhos e desafios para a compreensão do trabalho de cuidado. **Mediações – Revista de Ciências Sociais**, v. 23, p. 43-69,

2018. Disponível em: <https://www.uel.br/revistas/uel/index.php/mediacoes/article/view/34245>  
Acesso em: 07 jul. 2022.

ATTAB, Isadora. **Na Argentina, cuidado materno é reconhecido como trabalho**. 23 jul. 2021.  
Disponível em: <https://elefanteeditora.com.br/cuidado-materno-e-reconhecido-como-trabalho-na-argentina/>. Acesso em: 10 set. 2021.

COLLINS, Patricia Hill. Em direção a uma nova visão: raça, classe e gênero como categorias de análise e conexão. MORENO, Renata (Org.). **Reflexões e práticas de transformação feminista**. São Paulo: SOF, p. 13-42, 2015.

FEDERICI, Sílvia. **O ponto zero da revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista**. São Paulo: Elefante, 2018.

SIQUEIRA, Paula; FAVRET-SAAD, Jeanne. "Ser afetado", de Jeanne Favret-Saada. **Cadernos de Campo**, v. 13, n. 13, p. 155-161, 2005. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/cadernosdecampo/article/view/50263> Acesso em: 5 jul. 2022.

**G1 RIO**. Governo do RJ confirma a primeira morte por coronavírus, 2020. Disponível em: <https://g1.globo.com/rj/rio-de-janeiro/noticia/2020/03/19/rj-confirma-a-primeira-morte-por-coronavirus.ghtml>. Acesso em: 8 set. 2021.

GUIMARÃES, Nadya Araújo; VIEIRA, Priscila Pereira Faria. As 'ajudas': o cuidado que não diz seu nome. **Estudos Avançados**, v. 34, p. 7-23, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ea/a/LN8YgwX9J7Xgr67tZTVjf9B/?lang=pt> Acesso em: 07 jul. 2022.

MAGNANI, José Guilherme Cantor; SPAGGIARI, Enrico. (Orgs.). **Lazer de perto e de dentro: uma abordagem antropológica**. São Paulo: Sesc, 2018.

MAGNANI, José Guilherme. **Festa no pedaço: cultura popular e lazer na cidade**. São Paulo: Hucitec, 1998 [1 ed., Brasiliense, 1984].

OXFAM. Relatório sobre nós e a desigualdade "tempo de cuidar". **Fórum Econômico Mundial de 2020**, Davos. Disponível em: <https://oxfam.org.br/justica-social-e-economica/forum-economico-de-davos/tempo-de-cuidar/> Acesso em: 12 set. 2021.

PIMENTA, Denise. **O cuidado perigoso: tramas de afeto e risco na Serra Leoa (A epidemia do ebola contada por mulheres, vivas e mortas)**. 351 f. Tese (Doutorado). Curso de Antropologia Social, USP, São Paulo, 2019. Disponível em: [https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8134/tde-17062019-142750/publico/2019\\_DenisePimenta\\_VCorr.pdf](https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8134/tde-17062019-142750/publico/2019_DenisePimenta_VCorr.pdf) Acesso em: 07 jul. 2022.

PIMENTA, Denise. Pandemia é coisa de mulher: breve ensaio sobre o enfrentamento de uma doença a partir das vozes e silenciamentos femininos dentro das casas, hospitais e na produção acadêmica. **Tessituras – Revista de Antropologia e Arqueologia**, v. 8, p. 8-19, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/tessituras/article/view/18900> Acesso em: 07 jul. 2022.

SEGATA, Jean, RIFIOTIS, Theophilos. **Políticas etnográficas no campo da cibercultura**. Brasília: ABA Publicações, 2016.

SEGATA, Jean; SCHUCH, Patrice; DAMO, Arlei Sander; VÍCTORA, Ceres. A Covid-19 e suas múltiplas pandemias. **Horizontes Antropológicos**, v. 27, n. 59, p. 7-25, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ha/a/ZSsWb6QvgTgttGRv8X9RLFR/> Acesso em: 07 jul. 2022.

## NOTAS

1. O nome do ginásio assim como o nome das interlocutoras e interlocutores são fictícios.

---

## RESUMOS

Este estudo teve como objetivo refletir, a partir das experiências etnográficas mediadas pelas práticas de yoga, as dinâmicas de cuidado e de lazer na vida de um grupo de mulheres durante a pandemia de Covid-19. Realizou-se uma etnografia de julho a dezembro de 2020, “de perto e de dentro” (MAGNANI, 2018) e “sendo afetada” (SIQUEIRA; FAVRET-SAADA, 2005), produziu-se diários de campo e entrevistas semiestruturadas. Identificou-se que as aulas de yoga no ciberespaço possibilitaram a construção de um espaço de sociabilidade e autocuidado; contudo, o aumento do trabalho de cuidado no ambiente doméstico reduziu o tempo que as mulheres puderam destinar às práticas de autocuidado e lazer.

This study aimed to reflect, from ethnographic experiences mediated by yoga practices, the dynamics of care and leisure in the lives of a group of women during the Covid-19 pandemic. An ethnography was carried out from July to December 2020, “up close and from within” (MAGNANI, 2018) and “being affected” (SIQUEIRA; FAVRET-SAADA, 2005), field diaries and semi-structured interviews were produced. It was identified that yoga classes in cyberspace enabled the construction of a space for sociability and self-care, however the increase in care work in the domestic environment funneled the time that women could dedicate to self-care and leisure practices.

## ÍNDICE

**Keywords:** yoga, women, pandemic, care, leisure

**Mots-clés:** yoga, mulheres, pandemia, cuidado lazer

## AUTORES

### ALICIA CIMA RODRIGUEZ

Graduanda em Ciências Sociais

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Porto

Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil

[aliciacimarodriguez@hotmail.com](mailto:aliciacimarodriguez@hotmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3712-9329>

### DANIEL GIORDANI VASQUES

Doutor em Ciências do Movimento Humano

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Departamento de Expressão e Movimento, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil  
[dgvasques@hotmail.com](mailto:dgvasques@hotmail.com)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8955-9676>