



Tecnologias de autocuidado e tecnologias digitais: agenciamento sociotécnico, ética do cuidado e colonialidade

Vilbégina Monteiro dos Santos¹

Resumo

Os estudos feministas do cuidado e os estudos feministas da ciência pensam o cuidado com uma tripla dimensão, a saber; estado efetivo vital; obrigação ética e trabalho prático. O cuidado tem sido capturado dentro das relações do capital- virando indústria de serviço, produto, elemento de empreendedorismo liberal- como também habitado e co-produzido por plataformas digitais. Cuidar é uma tecnologia de vida e com implicações materiais vitais para o mundo. O cuidado é sempre situacional e “situar tecnologias é uma tentativa de desconstruir a universalidade que se impõe, violentamente, em diversas esferas da vida” (Hui, 2020). Assim, este trabalho se debruçará sobre o elemento autocuidado na tríade que compõem o direito ao cuidado, a saber, direito de cuidar, de ser cuidado e de autocuidado; para assim, discutir as tecnologias do autocuidado em sua composição com plataformas digitais e seus agenciamentos, a partir do diálogo entre a ética do cuidado, proposta por Donna Haraway e Maria Pluig de Bellacasa, e as discussões de colonialidade de gênero, de poder, do ser e saber. O conjunto de reflexões que apresentaremos será costurado por uma proposta ético-teórica do cuidado feminista, o que implica maneiras de habitar o mundo no qual se cultive as artes da atenção stengersiana. Atenção ao reconhecimento de outras existências e às multiplicidades de perspectivas sociotécnicas que coengendram o mundo comum. A perspectiva adotada aqui entende que as maneiras de estudar, analisar, representar diferentes coisas, sejam de humanos ou não-humanos, situações, ambientes, etc tem efeitos criadores de mundo, em seu aspecto ontológico, metafísico e especulativo do cuidado. Uma noção feminista de cuidado complexifica as questões e assume o compromisso especulativo de pensar fazeres e práticas cotidianas éticas e afetivas; fazeres que encarem os incômodos das existências interdependentes. Esse compromisso articula-se com as discussões do chamado feminismo decolonial. Assim, a análise de diversas práticas e experiências de autocuidado co-produzidas por plataformas digitais, a exemplo do Instagram, será também costurada pelos estudos a cerca da colonialidade do poder/ser/saber/ gênero e dados a fim de indagar a produção de colonialidade na plataformização do autocuidado e evidenciar possíveis práticas de resistências decolonial com engendramentos inclusivos e afetivos.

Palavras-Chave: autocuidado, agenciamento sociotécnico, Instagram; colonialidade, ética do cuidado

¹ Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Culturas Contemporânea (PÓSCOM- UFBA). Professor Assistente da Universidade do Estado da Bahia (UNEB).

Introdução

Abro o aplicativo do *Instagram* no aparelho celular e visualizo uma publicação que incentiva os seguidores a observar os seus insights e percepções pessoais e transformar em ações na vida, postada por uma psicóloga e autointitulada educadora emocional; continuo rolando o *feed* e vejo uma chamada para uma *live* de divulgação de uma vivência sobre cura do *Ikun*- útero da grande mãe, feita por perfil de saúde alternativa e holístico baseado em plantas africanas; um *post* sobre óleo essencial de jasmim e a cura do feminino, postada por aromaterapeuta e astróloga; um vídeo falando da ação de comunidades do Bem Viver e agroecologia, por ativista da sociedade do Bem Viver; uma divulgação de cursos de formação em *Thetahealing*², feita por uma escola de agentes transformadores planetários; uma divulgação de aulas online de *Kemetic Yoga*³, por Kemetic Yoga Brasil; uma perfumista botânica publicando sobre a relação entre a arte da perfumaria e ancestralidade; uma publicação sobre autocuidado digital, postado por grupo feminista ativista; e uma publicidade sobre escovas dentais de bambu. Essa pequena amostra de sequência de publicações tem em comum, além de recomendações, práticas e oferta de serviços e produtos associados ao chamado bem-estar, o marcador #autocuidado. Essa ecologia de práticas e sentidos de autocuidado produzido para e pelo *Instagram* é denominada neste artigo de autocuidado plataformizado e é sobre esse fenômeno que iremos nos debruçar.

Interessa-nos discutir as tecnologias do autocuidado em sua composição com plataformas digitais e seus agenciamentos, a partir do diálogo entre ética do cuidado, proposta por Donna Haraway e Maria Pluig de Bellacasa, e as discussões sobre colonialidade. Compreendendo alguns mecanismos sociotécnicos mediante os quais a autocuidado plataformizado produz colonialidade e evidenciando possíveis práticas de resistências decolonial com engendramentos inclusivos e afetivos.

Para tanto, dividiremos o texto em três momentos. Primeiro localizaremos a temática autocuidado no contexto contemporâneo, em seguida colocaremos em diálogo as discussões

² *ThetaHealing* é a marca registrada de um processo de meditação criado em 1995 por Vianna Stibal. Seus praticantes afirmam que o *ThetaHealing* ensina as pessoas a desenvolverem intuição natural, alterando seu ciclo de ondas cerebrais para as ondas *theta*, com a intenção de usar a energia emocional para melhorar a saúde das pessoas.

³ *Kemetic yoga* é um sistema de yoga que envolve uma combinação de movimentos físicos, técnicas de respiração profunda e meditação. Esta forma de yoga é inspirada pelos hieróglifos do Egito Antigo e dá maior ênfase aos padrões de respiração, ao mesmo tempo em que inculca as filosofias de autodesenvolvimento, cura da mente-corpo-espírito e autodescoberta.

sobre ética do cuidado, colonialidade e estudos de plataforma e por fim traremos algumas pistas e notas sobre os agenciamentos sociotécnicos do autocuidado no Instagram a partir do rastreamento da *hashtag* (#) autocuidado.

Autocuidado no contexto contemporâneo

No contexto contemporâneo, somos estimulados diariamente por um chamamento de viver saudável que nos incita a nos reconhecermos como responsáveis pela prevenção de doenças e manutenção de um bom estado de saúde, habilitando-nos, então, em diferentes práticas de cuidado individuais. O discurso de responsabilização individual do viver saudável emerge e situa o cuidado, e seu componente autocuidado, no campo da política, das demandas legítimas por cidadania e bem-estar social. Em 2013, a Organização Mundial de Saúde (OMS) definiu o autocuidado como prática que diz respeito a uma atitude ativa e responsável em relação à qualidade de vida; incluindo questões fundamentais, como higiene pessoal, nutrição, prática de atividades físicas, informação confiável sobre saúde, autoconhecimento e hábitos sociais. A padronização mundial de um estilo de vida saudável, justificada pelo discurso do risco, foi engendrada junto com a difusão das “políticas saudáveis” pela OMS e segue um projeto político global, que privilegia as condutas individuais para a prevenção e desonera o Estado de suas obrigações na promoção de saúde.

Seguindo a recomendação da OMS, o Brasil implementa em 2006 a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) que visa estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de práticas de cuidado da Medicina Tradicional e Complementar/Alternativa na Atenção Primária à Saúde, ampliando a “visão do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado” (Brasil 2006). Esse cenário legitimou práticas de cura e cuidado oriundas de racionalidades médicas diversas⁴, bem como das chamadas pseudociências, e tem estimulado

⁴ Racionalidade médica é um conceito criado em 1993 pela socióloga brasileira Madel Therezinha Luz para englobar as medicinas alternativas e tradicionais. Tornou-se um campo da Saúde Coletiva e das Ciências Sociais e Humanas no Brasil depois que o Conselho Nacional de Saúde aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS, que se utiliza do conceito para definir seu campo e justificar a adoção de práticas sem fundamentação científica. Segundo Luz, as racionalidades médicas devem integrar cinco dimensões básicas concebidas a partir de modelos teóricos, simbólicos ou práticas: (1) uma morfologia humana; (2) uma dinâmica vital humana; (3) uma doutrina médica; (4) um sistema de diagnose; e (5) um sistema terapêutico. Todas elas estariam inseridas em uma cosmologia, orientadas por raízes filosóficas, simbólicas e culturais. Ver mais em LUZ, 1993.

também o mercado global de bem-estar avaliado em trilhões de dólares. O cenário também traz associações das práticas de autocuidado com movimentos ultraconservadores, como antivacina e negacionismo científico. Para além da indústria do bem-estar e do *healthism*⁵, o interesse pela temática também tem mobilizado círculo de ativistas feministas que, inspiradas por Audre Lorde (1980), tem levantado a bandeira que cuidar de si mesma é um “ato de guerra política” e relevante para os movimentos feministas. Também é notável diversas publicações em mídias sociais que associam as demandas por bem-estar e práticas de autocuidado variadas com as pautas feministas ou que reivindicam o feminismo como valor para suas práticas. Percebe-se, então, que o autocuidado é de interesse e, conseqüentemente, integra grupos de repertórios distintos e muitas vezes antagônicos em sua atuação política.

O autocuidado tem crescido como prática social coletiva, ao lado dos níveis nacionais de estresse, ansiedade e *burnout*, muito embora na maioria das vezes a relação de causalidade entre esses níveis e contextos sociais e políticos não são estabelecidos, e tem alcançado seu ápice no atual contexto de pandemia do coronavírus. Esse cenário também catapultou a temática como um tópico em tendência global (*trending topics*) nas redes sociais e tem encontrado no *Instagram* uma grande arena de manifestação e nutrição do assunto. Um indicativo da projeção que a temática adquire na plataforma é expresso no documento Política de Dados no *Instagram* (2018): “além disso, é apresentada a necessidade de coletar dados para manter a rede segura (...) realizar e apoiar pesquisas e inovação sobre tópicos relacionados a bem-estar social geral, avanço tecnológico, interesse público, saúde e bem-estar.”

As *hashtags* #selfcare e #autocuidado foram usadas, respectivamente, mais de 32 milhões de vezes e 1,6 milhões de vezes apenas no *Instagram*⁶. Segundo estudo realizado pela Cuponatiom (2020), o *Instagram* é a rede mais popular no Brasil com um crescimento de 230% apenas nos últimos dois anos, seguido do Facebook, que abraça cerca de 30% dos usuários ativos nas redes sociais. No *Google Trends*, site que permite monitorar as buscas de determinados termos na plataforma, registra uma curva crescente na procura pelo termo “autocuidado” entre janeiro de 2020 e julho de 2021. A ferramenta não fornece números absolutos, mas é possível perceber, entre altos e baixos, que há um aumento no interesse pelo assunto por parte dos usuários do Google no Brasil.

⁵ *Healthism* ou salutarismo pode ser entendido como uma nova moralidade da saúde, que defende a transformação do modo de viver e de conduzir a vida privada em direção ao autocuidado, para a maximização da saúde. Ver mais em CRAWFORD 1980.

⁶ O aplicativo fornece recurso buscar por *hashtag*. O valor foi verificado no dia 12/08/2021.

O crescimento da temática do autocuidado em plataformas de redes sociais, bem como pelo mercado e arena política, aponta para uma emergência na compreensão desse fenômeno; uma vez que autocuidado como discurso, política e prática não descreve um território neutro, por isso, pode e deve ser problematizado. Enfatiza-se que o entendimento de cuidado (e de autocuidado, por seu turno), derivado dos esforços da economia feminista, pesquisa de políticas sociais e filosofia feminista (Razavi e Staab, 2012), situa-se na interseção das relações sociais e de gênero e tem sido uma categoria analítica importante para análise de bem-estar social, com "a capacidade de revelar dimensões importantes da vida das mulheres (na verdade, da condição humana) e, ao mesmo tempo, apreender propriedades mais gerais de arranjos sociais em torno de [atender] às necessidades e ao bem-estar das pessoas" (Daly e Lewis 2000: 284). Já o marco conceitual dos estudos de gênero sobre o cuidado evoca o direito de cuidar, de ser cuidado e ao autocuidado, incluindo o autocuidado como uma dimensão intrapessoal a ser considerada (Tronto 2013).

Estudar autocuidado em plataformas digitais desde perspectivas feministas, tem como um dos principais desafios desenvolver uma disposição para apreender a diversidade de seus conceitos, sentidos e práticas, muitas desses preconizados nos valores das próprias plataformas, como na Política de Dados do *Instagram* (2018). Interessa-nos os atravessamentos políticos e epistemológicos dessa narrativa com sua diversidade de noções, sentidos e práticas produzidas pelo e a partir do *Instagram*, tomado aqui como plataforma de rede social, aplicativo e empresa (Bentes 2018). Enquanto aplicativo há uma materialidade (interface, documentos, gramática da plataforma, etc) por meio da qual se dá um tipo específico de forma para narrar as histórias. Para que essa forma seja colocada em uso implica empreendimentos racionalizados e modelos de negócio específicos que operam segundo a lógica do capitalismo de vigilância (Zuboff 2021) e de Plataforma (Srnicsek 2017) e economia da atenção (Calimam 2012) e, por fim como rede social essa forma de contar história costura laços sociais através do interesse em acompanhamento regular (seguidor) do conteúdo publicado (seguido).

Os dados de crescimento da plataforma nos apontam para a centralidade que o *Instagram* vem assumindo nos modos de produção e consumo de imagens, na modulação de nossas experiências, sobretudo nas experiências de cuidado, nas formas de sociabilidade e produção de subjetividade, processo denominado de instagramização da vida (Bentes 2018). A singularidade das plataformas digitais como dispositivos complexos e híbridos que configuram práticas sociais ao mesmo tempo em que são configurados por elas, dão ao fenômeno

autocuidado com suas práticas e sentidos contornos específicos um locus importante para compreendermos os mecanismos sociotécnicos e atravessamentos epistemológicos mediante os quais autocuidado plataformizado produz colonialidade e evidenciar possíveis práticas de resistências decolonial. Pretendemos desenvolver essa análise a partir do diálogo entre os estudos de plataforma, especificamente da concepção de gramatização de ação (Gerlitz e Rieder 2018), a noção de ética de cuidado (Bellacasa 2012) e teoria da colonialidade (Lugones 2020; Ricaurte 2019; Quijano 2000; Mignolo 2014; Mejias, Couldry 2019).

Forjando coalizões: ética do cuidado, estudos de plataforma e colonialidade

As perspectivas sociomaterialistas respondem a um corpo eclético de estudos filosóficos em várias disciplinas, incluindo os escritos de Merleau-Ponty, Spinoza, Deleuze e Guattari e Latour, para destacar os enredamentos de humanos e não humanos em um mundo mais do que humano. Tal abordagem não apenas reconhece a importância das formas simbólicas de transmitir significado, como linguagem, discurso e imagem, mas também a agência de objetos materiais, e como eles geram, moldam e ordenam a ação humana junto com os humanos. Conforme articulado no trabalho das estudiosas feministas materialistas Donna Haraway (2008, 2015, 2016), Karen Barad (2007, 2003) e Isabelle Stengers (2013, 2002), os humanos são posicionados como enredados em ecologias mais amplas de outras criaturas vivas e objetos e espaços não vivos. Essas relações e composições são vistas como continuamente dinâmicas e emergentes, à medida que novos atores entram ou saem delas e à medida que os humanos se movem no tempo e no espaço. Nessa perspectiva, todos os atores nessas *assemblage* têm agência e vitalidade, mas sempre com e por meio de outros atores. Trabalhando juntos, eles criam forças vitais e capacidades agenciais para sentir, aprender ou agir.

Questões de ética e política são frequentemente uma característica da análise materialista feminista. Haraway e Barad argumentam que uma perspectiva que reconhece os atores não humanos como agenciais e afetivos (em termos de possuir a capacidade de afetar e ser afetado), permite um maior reconhecimento da importância dos elementos do mundo não humano para a existência humana. Cartografias das relações de poder e seus direitos, agências e capacidades associadas podem fornecer maneiras detalhadas de pensar através e com as práticas e subjetividades políticas. Eles ajudam a pensar de forma diferente sobre as

configurações da ação, crença e prática humanas, suas implicações, fronteiras e limitações, e como novos modos de ser e agir podem ser.

Essa abordagem filosófica ressalta, então, a importância política das coisas materiais para, especificamente no que nos interessa aqui, compreender práticas de autocuidado coproduzidas por meio de tecnologias digitais. Pode-se afirmar que quando os humanos interagem com outros humanos, organismos vivos não humanos, entidades sobre-humanas, alimentos e tecnologias à medida que se movem através do espaço e do tempo, os conjuntos são constantemente configurados e reconfigurados. Uma micropolítica de relações e capacidades opera no nível do agenciamento, que pode se acumular no nível macro para impulsionar a ação política e a mudança. As capacidades afetivas são centrais para as motivações e práticas políticas. Eles impulsionam e inspiram a política, enquanto a ação política, por sua vez, pode gerar novas capacidades afetivas. Essas capacidades de agente podem inspirar ação política nos níveis pessoal ou coletivo.

Esta visada também vem se debruçando sobre inúmeras situações para revelar como objetos técnicos, objetos digitais (Hui 2020) e o social se articulam. Ganham destaque aqui os estudos de plataforma. Van Dijck *et al.* (2018) alcunham o termo plataforma da sociedade em referência à inextricável relação entre plataformas online e estruturas sociais. Os autores afirmam que “uma plataforma é alimentada com *dados*, automatizada e organizada por meio de algoritmos e interfaces, formalizada por meio de relações de propriedade orientadas por modelos de negócios e regidas por acordos de usuários” (2018: 9). Assim, essas infraestruturas são arquitetadas a partir da dinâmica da dataficação, mercantilização e seleção algorítmica. Esta “dinâmica tecnológica” está diretamente relacionada ao que Gerlitz e Rieder chamam de “gramatização da ação”, que são “formas como *tweets*, *retweets*, *replies*, *mentions*, ou *hashtags* que possibilitam às plataformas compactar e permitirem, ações, gramáticas e captura de dados, sequenciadas, inscrevendo diretamente as atividades dos usuários em unidades muito formalizadas” (2018: 531). Essa gramatização convida e delimita ações dos usuários e outros atores não-humanos. Os recursos são contextuais - o design de plataforma online tende a convidar a participação de certos atores em detrimento de outros, fechar ou recusar alguns usos e usuários - no entanto, eles também são dinâmicos. Os usuários podem resistir ou improvisar com as capacidades definidas dessas plataformas, voltando-as para propósitos inimaginados pelos desenvolvedores e promotores de mídia. Muitas possibilidades oferecidas por montagens de mídia social estão relacionadas à natureza memética dessas plataformas: as maneiras pelas

quais seus significados podem ser rapidamente compartilhados por um grande volume de públicos, com curadoria e marcados, bem como reproduzidos, apropriados, remisturados e misturados em uma infinidade de maneiras muitas vezes inesperadas ou perversas.

As imagens se tornaram muito importantes nas práticas de criação e compartilhamento de conteúdo nas redes sociais. Quer sejam fotos ou vídeos feitos por *selfies* (autoretrato) ou com *smartphones* de outras pessoas, eventos ou objetos, GIFs, *memes* ou *emojis*, as imagens visuais são constantemente empregadas para criar significado, compartilhar afetos, representar identidades e participar nas redes sociais. Esses tipos de mídia visual também são frequentemente usados como parte de ações políticas ou campanhas dirigidas a resistir e reenquadrar as normas corporais, por exemplo. *Hashtags* se tornaram uma forma importante de definir o significado de imagens e textos em conteúdo de mídia social e de chamar a atenção de outras pessoas que estão interessadas nos mesmos tipos de conteúdo. Isso inclui o uso de *hashtags* em campanhas políticas para atrair públicos interessados, formar comunidades e organizar discussões (Gleason 2013; Williams 2015). É importante notar, no entanto, que os recursos meméticos, muitas vezes anárquicos, das mídias sociais, também podem facilitar o racismo, misoginia, vergonha do corpo e outras formas de ataque, humilhação, insulto, estigmatização, culpa ou contribuindo de outra forma para a marginalização de indivíduos, grupos sociais ou organizações, ou a promoção de posições políticas reacionárias.

Estudar autocuidado em contexto de plataformas deve considerar as diferentes formas pelas quais o capitalismo coloniza os afetos, produz aspirações e molda subjetividades. Assim, ganha relevo a compreensão da lógica econômica, expressa na dimensão “modelos de negócios” e vinculação ao modo como as ações podem ser modularizadas e datificadas, especificamente pela tecnogramática do *Instagram*, expressa na dimensão “práticas e *affordances*” da plataforma (D’andrea 2020). Para D’Andrea, “as *affordances* de cada plataforma estão fortemente ligadas às experiências projetadas para os usuários e à viabilização de suas dimensões comerciais”, isto é, os usos possíveis das funcionalidades das plataformas condicionam as ações. Essa normatização das práticas orienta a oferta de dados via APIs, induzindo interpretações e análises fortemente alinhadas às lógicas comerciais de popularidade e de engajamento (D’andrea 2020). É a partir desses recursos tecnogramaticais que os usuários se apresentam, planejam e executam suas ações. Vale pontuar também que a forte dimensão capitalista e crescente capacidade de mediar práticas sociais vinculadas aos modos e constituições das relações estabelecidas entre usuários e materialidades produz reverberação e

tensionamentos entre práticas e materialidades na produção do autocuidado que se faz resistência.

Os recursos tecnogramaticais são atores ativos na coprodução do autocuidado plataformizado. Essa coprodução também é formada por questões políticas e de éticas, em suas possibilidades ontológicas e morais. Os estudos feministas de cuidado e estudos feministas da ciência pensam o cuidado com tripla dimensão, a saber, cuidado como estado efetivo vital; cuidado como obrigação ética e por fim, cuidado como trabalho prático. As questões de cuidado, para estes estudos, sugerem uma exigência ética, o cultivo de um compromisso especulativo para contribuir com mundos vivíveis.

Alicerçada numa concepção relacional de ontologia, ou seja, onde o ser não precede às relações que o constituem, Maria Puig de la Bellacasa (2012) em conexão com Donna Haraway, articula uma noção de cuidado, compreendido como uma ação dentro de uma rede vital de interdependência, uma condição ontológica que envolve tudo aquilo que fazemos para manter, sustentar e reparar nossos mundos. Essa rede de ações, nomeada pela autora de *cuidado*, não deve ser pensado de maneira moral, mas, ao contrário, a partir de movimentos concretos.

As questões de cuidado, para Bellacasa, buscam responder à pergunta: “podemos contribuir, cuidadosamente apresentando como as coisas se mantêm juntas, para criar relationalidades de cuidado e condições de vida mais sustentáveis em um mundo dolorido?” (2012: 89). As questões de cuidado, então, sugerem uma exigência ética: o cultivo de um compromisso especulativo para contribuir com mundos vivíveis, apontando a necessidade da incorporação das questões do cuidado na tecnociência. Para a autora, as maneiras de conhecer têm efeitos éticos, políticos e afetivos na percepção e reconfiguração das questões de fato (Latour 2012) e agenciamentos sociotécnicos sobre as existências materiais e semióticas. “Como *ethos* transformativo, cuidar é uma tecnologia de vida com implicações materiais vitais para humanos e não-humanos” (Bellacasa 2012: 134). Logo, essas maneiras de conhecer já invocam uma dimensão do cuidado e tem efeitos criadores de mundo.

A noção feminista de cuidado articulada por Bellacasa e Haraway complexifica as questões dos problemas de interesse (Latour 2012), propondo acrescentar camadas, “tornar denso”, pois se trata de um fazer material vital e uma obrigação ético - política, afirmam as autoras. Considerando a dimensão relacional e consequente de cuidado, Bellacasa sugere três posições dessa prática do cuidado: pensar-com (*thinking-with*), pensar-para (*thinking-from*) e discordar-com (*dissenting-within*). O pensar-com é pensar em um mundo densamente povoado,

que não abstraia as existências além da pensada. É tornar-se um pensamento consequente, “nestes incessantes movimentos de feitura de rede, a ontologia está continuamente no fazer, no processo de tornar-se-com” (Bellacasa 2012: 200); essa ontologia é proposta tanto para sujeitos coletivos quanto para indivíduos. Discordar-com ressalta que cuidado, amor e conexão não são categorias incompatíveis com o conflito. Porém, é sublinhado discordar sem estar destacado do processo do qual se discorda. Discordar-com performa também desconexão e ressaltar as conexões operadas nesses processos, o que, nessas desconexões, recria laços, produz conexões parciais (Haraway 1995). Sobre pensar-para (alguém ou pra quem precisa que se pense) a autora chama atenção para o risco de que se torne um “pensar por”, pensar pelo outro. Nisso a importância do pensar-com para constituir uma ciência em que “nossos objetos importam”.

Todas essas posições são modos de ação que Bellacasa propõe como maneiras localizadas de pensar o cuidado, o que, segundo ela, seria necessário para não incorrerem no risco de moralizações prescritivas. Não se trata de criar uma ética generalizada e hegemônica, mas de pensar o cuidado como relacional e ontológico, e partir disso articular conexões/desconexões parciais possíveis para devires-com e mundo que importamos.

Uma noção feminista de cuidado complexifica as questões e assume o compromisso especulativo de pensar fazeres e práticas cotidianas éticas e afetivas; fazeres que encarem os incômodos das existências interdependentes. Esse compromisso articula-se com as discussões da abordagem decolonial.

O pensamento decolonial e sua crítica à produção de saber, à imposição de novas subjetividades e à dominação eurocêntrica têm como eixo central a combinação entre capitalismo e as estruturas de poder imposta pelo processo de colonização. O que caracteriza de modo primordial a colonialidade é, assim, uma divisão de todos os seres em categorias binárias hierarquicamente dispostas e inseparáveis uma das outras, como sexo/gênero, origem étnica e divisão social. Assim, impõe um modelo de inteligibilidade e governabilidade que minam o nosso cotidiano e nossas formas de existir até hoje. Para Quijano (2000), o poder capitalista, eurocentrado e global, está organizado ao redor de dois eixos: a colonialidade do poder e a modernidade. A colonialidade do poder se caracteriza pela persistência, nos dias atuais de padrões de poder e dominação de caráter colonial. Um dos eixos fundamentais deste padrão é a classificação social da população mundial de acordo com a ideia de raça. Tal ideia tem origem no processo de colonização que marca o nascimento da América e da Europa, enquanto espaços geoculturais distintos, regidos por uma relação de dominação. O conceito de

modernidade se reporta à matriz de conhecimento emergente no século XVII, nos principais centros de poder europeus. Trata-se de uma produção de conhecimento eurocentrada que naturaliza as identidades, as relações de colonialidade e a distribuição geopolítica do poder, de acordo com as demandas do capitalismo. Tal forma de conhecimento é imposta à totalidade do mundo capitalista como a única expressão de saber e racionalidades válidos.

Num sistema-mundo de colonialidade nossas subjetividades e nossos modos de outorgarmos sentido a nossas experiências materiais e intersubjetivas se mantêm colonizadas. Nesse sentido, a colonialidade se reproduz em tripla dimensão que estão interligadas e indissociáveis: a do poder, a do saber e a do ser. Segundo Walter Mignolo, outro teórico da filosofia decolonial e que teria alçado o termo colonialidade do ser, “a colonialidade é o lado obscuro e necessário da modernidade na medida em que suas estruturas relacionais, sem sua metafísica inerente, não se sustentariam todas as violências epistêmicas que fundamentaram as barbáries cotidianas (políticas) da colônia” (Mignolo, 2003: 30).

A colonialidade do saber provém da colonialidade do poder. Assim, para explicar a colonialidade do saber, Maldonado-Torres esclarece que: “(...) a colonialidade do saber refere-se ao rol da epistemologia e as tarefas gerais da produção de conhecimento na reprodução dos regimes de pensamento colonial (...)” (Maldonado-Torres 2007: 130). A colonialidade do ser ocorre quando alguns seres se impõem sobre outros. Na concepção de Mignolo, portanto, “a colonialidade do poder e do saber veio gerar a colonialidade do ser” (Mignolo 2004: 669). Assim, Maldonado-Torres auxilia na definição de colonialidade do ser a partir da premissa de que há controle sobre os seres através da tradição e senso comum. Por isso, “a colonialidade do ser refere-se ao processo pelo qual o senso comum e a tradição são marcados por dinâmicas de poder de caráter preferencial: discriminam pessoas e tomam por alvo determinadas comunidades” (Maldonado-Torres 2008: 96). A colonialidade do ser põe em dúvida a humanidade de negros e indígenas, tratados desde então sub-humanos.

Essas dimensões de colonialidade são chaves de inteligibilidade para entendermos o autocuidado, uma vez que estas práticas se inscrevem no âmbito cotidiano, subjetivo e social dos sujeitos. No entanto, essas três dimensões não nos oferece uma perspectiva de gênero, da qual é fundamental para compreendermos a colonialidade e o fenômeno autocuidado que aqui nos debruçamos. María Lugones, a partir do diálogo com as pesquisas de Quijano, desenvolve uma argumentação que considera a generificação dos corpos como elemento fundante e constitutivo na organização e manutenção da colonialidade/modernidade, formulando o conceito

colonialidade de gênero. Para a autora, o conceito de sistema moderno colonial de gênero é marcado pela ênfase na indissociabilidade de gênero e raça, na medida em que o processo de atribuição da diferença de gênero é atravessado pela racialização. Lugones afirma que

Entender as características historicamente específicas da organização de gênero no sistema moderno/colonial de gênero (dimorfismo biológico, a organização patriarcal e heterossexual das relações sociais) é central para entendermos como essa organização acontece de maneira diferente quando acrescida em termos raciais. O dimorfismo biológico, a dicotomia homem-mulher, a heterossexualidade e o patriarcado estão inscritos - com letras maiúsculas e hegemonicamente - no próprio significado de gênero. (...) toda forma de controle do sexo, da subjetividade, da autoridade, e do trabalho, está expresso em conexão com a colonialidade (...) todo elemento que serve como um eixo se move constituindo e sendo constituído por todas as formas assumidas pelas relações de poder, referentes ao controle sobre domínios particulares da vida humana (Lugones 2020: 56-57).

Lugones (2020) afirma ainda que a separação das populações em categorias de gênero e raça promoveu o início da hegemonização das concepções e da homogeneização das individualidades, assim como promoveu os achatamentos das diferenças, da heterogeneidade e da pluralidade das experiências e diversidade das existências. A lógica que separa as categorias de gênero e raça como marcadores independentes seria uma característica da colonialidade do poder e do sistema de gênero colonial/moderno, sendo que ambas as categorias são ficções forjadas pela colonialidade.

A colonialidade se constitui então como uma operação lógica que legitima a dominação epistêmica baseada na superioridade racial e de gênero, e se manifesta também através de sistemas sociotécnicos.

Autocuidado plataformizado: colonialidade e práticas de resistência decoloniais

As plataformas tecnológicas hegemônicas, derivadas de um modelo corporativo e neoliberal, - a exemplo do *Instagram*- contribuem para ampliar seu domínio econômico e epistêmico de alguns países sobre outros, de formas de existir no mundo, o que é racista e patriarcal. Para Couldry e Mejias (2019), estamos vivendo um momento de digitalização de dados que envolve a digitalização da existência para fins mercantilistas. Este extrativismo de dados serve como base para alimentar o sistema de produção de conhecimento através de algoritmos que geram modelos preditivos sobre pessoas e fenômenos sociais. Este

conhecimento é capitalizado por um pequeno conjunto de atores. Por isso, Ricuarte (2009) entende que a epistemologia de dados é uma expressão da colonialidade do poder. Para a autora,

Esta epistemología centrada en los datos se basa en las condiciones económicas, simbólicas, emocionales, físicas y materiales necesarias para la recopilación de datos: la seducción (Han 2014), la autoexplotación (Zafra 2017), el autoseguimiento (Lupton 2015, 2016) y la vigilancia líquida (Bauman y Lyon 2013). Las narrativas basadas en datos guían nuestros imaginarios y rigen lo que significa vivir en las sociedades urbanas contemporáneas (Ricuarte 2019).

Essa epistemologia baseia-se no pressuposto que os dados refletem a realidade, logo sua análise gera conhecimento preciso e por isso seus resultados devem balizar as decisões. Ricuarte propõe um modelo teórico para analisar a colonialidade do poder através dos dados a partir da exploração das múltiplas dimensões da colonialidade, já que os arranjos sociotécnicos articulam de maneiras interconectadas tanto as infraestruturas materiais como as dimensões biológicas, emocionais, ecológicas e simbólicas. Para a autora, isso requer uma compreensão de uma nova ontologia e nova epistemologia e a materialidade sobre as quais se constrói o colonialismo de dados.

Tendo em vista que o cuidado é sempre situacional e “situar tecnologias é uma tentativa de desconstruir a universalidade que se impõe, violentamente, em diversas esferas da vida” (Hui 2020), a abordagem multidimensional de Ricuarte possibilita uma análise integrada das diversas camadas da colonialidade que atuam e coproduzem o autocuidado plataformizado.

Assim, considerando o escopo deste artigo, utilizaremos como “entrada” para analisar o fenômeno autocuidado plataformizado o recurso tecnogramatical *hashtag* (#). Uma *hashtag* (#) tem a principal função de organizar e separar o conteúdo de uma determinada rede social por categorias. As *hashtags* funcionam também para estabelecer e manter o que boyd (2011) se refere como “públicos em rede”, uma comunidade imaginada de usuários que emerge como resultado da interseção de pessoas, tecnologia e prática. Na plataforma *Instagram* há a possibilidade de seguir além de perfis, também *hashtags*, a exemplo “autocuidado”. A escolha da *hashtag* indica como o conteúdo pode ser lido e é uma estratégia de visibilidade na plataforma. Cada *hashtag* tem o seu próprio *feed*, que permite então ao usuário seguir as pistas por ali disponibilizadas, num processo dinâmico de construção de uma narrativa sobre

determinado tema “etiquetado”. Dessa forma, através buscabilidade (boyd 2011), característica distintiva do ambiente digital mediado, a experiência da interação é aprofundada, e em composição com outros recursos do aplicativo e atuação de usuários constrói-se uma narrativa “instagramável”. Assim, o autocuidado plataformizado é constituído nas relações estabelecidas entre usuários e as materialidades disponíveis pela plataforma, ou seja, *affordances*. Destacando que as interfaces são performativas, portanto sua efetividade está vinculada ao modo como são utilizadas e aos demais elementos que se associam.

Sob o marcador #autocuidado no *Instagram* encontra-se uma miríade de publicações com conteúdos agrupados em categorias ainda mais específicas: indústria da beleza e estética; indústria do bem-estar e da cura; Ancestralidade e saúde; Ativismos. Na categoria “Indústria da beleza e estética” reúnem-se as publicações e perfis que ofertam produtos, serviços, dicas e orientações de cuidados com corpo, pele, cabelos, moda. Na categoria “Indústria do bem-estar e da cura” agrupam-se as publicações e perfis, produtos, serviços, dicas e orientações para um viver saudável relacionado ao autoconhecimento, saúde mental, prescrições alimentares associada ao veganismo e vegetarianismo, mensagens motivacionais. Encontra-se nessa categoria elementos da espiritualidade, especialmente relacionadas às filosofias orientais e movimento *new age*. Já na categoria “Ancestralidade e saúde” reúnem-se publicações e perfis, produtos, serviços, dicas e orientações sobre experiências e dimensões sagradas da vida e gestão comunitária de saúde especialmente relacionada aos saberes africanos e indígena. Verifica-se aqui um exercício político de resgate ancestral. Na categoria “Ativismos” agrupam-se publicações e perfis que abordam o caráter político do autocuidado, bem como activismos científicos em luta contra discursos anticiência ou pseudociência.

Esta categorização é produto de um estudo exploratório, no qual, utilizando o *Instagram scraping*⁷ foram raspados dos dados sob as *hashtags* autocuidado e cuidadodesi e algumas variações, no período de Dezembro de 2020 a Janeiro de 2021. Os dados foram coletados por meio da construção da semana artificial. Foram levantadas 4.325 publicações e 324 perfis, que foram classificados também em tipos discursivos predominantes, a saber, confessional ou relatos de si, motivacional e prescritivo; e tipologias de contas dos usuários. Essa última

⁷ O *scraping* ou raspagem web é uma técnica que automatiza a coleta de dados em um site ou aplicativo web, tornando esses dados usáveis, possíveis de serem processados. Importante frisar que publicações que forem postadas em perfis privados, ou seja, que precisam de autorização do autor para serem vistas, não aparecerão nessa busca. Também não aparecem na busca publicações que não utilizam o marcador #autocuidado e #cuidadodesi, o que se constitui como uma limitação metodológica da pesquisa, uma vez que há um universo de publicações com essa temática que não utiliza o marcador.

classificação é denominada pelo próprio usuário, a partir das opções dadas pela plataforma, muito embora essa tipologia não reflita, em muitas vezes, a linha de ação dos perfis. Tornando estratégico o uso dos recursos da descrição/nome/foto para identificação de suas linhas de atuação.

As diversas ferramentas da plataforma - *feeds* do autocuidado ininterruptamente alimentados, o número de seguidores, a quantidade de curtidas ou o desaparecimento dessa quantia, de comentários, de visualizações a cada nova publicação - e todos elementos da interface participam dos modos de ações e interações entre os administradores de perfis do *Instagram*. Portanto, é nessa associação em constante movimento entre os recursos técnicos e suas formas de uso que novas expectativas, ansiedades, desejos, receios e aspirações emergem.

Assim, vale ressaltar que alterações na própria plataforma provocam mudanças e agenciam comportamentos, como é o caso da inserção dos *stories* como alternativa às publicações no *feed*, a relação entre as publicações dos *stories* e do *feed*, os valores associados a cada uma, as *direct messages* que privatizam - a priori - os diálogos e interações entre perfis, a retirada das curtidas que fizeram com que perfis - especialmente de influenciadores e marcas - procurassem outras formas de marcar e/ou dimensionar o engajamento, propondo que os seguidores não apenas curtissem as fotos publicadas no *feed*, mas fizessem comentários, a possibilidade de emitir reações nos *stories*, o próprio IGTV, que trouxe uma alternativa ao YouTube na publicação de vídeos mais longos, ou o *reels*, como opção ao Tik Tok e aumento de possibilidades de edição do vídeo, a organização dos destaques no perfil, etc. Todas essas mudanças, sejam de retiradas ou acréscimos de possibilidades nas plataformas, acabam agenciando outros comportamentos e interações não só dos usuários entre si mesmos, mas com a própria rede, reconstruindo significados e condutas.

Sob a #autocuidado e #cuidadodesi, chama atenção a forte presença de referências às sabedorias populares ou ancestrais, como ameríndia, africana, chinesa, indiana, nas publicações postadas por perfis que são, em sua maioria, de mulheres cisgêneras, brancas e presumidamente heterossexuais - não há menções diretas à sexualidade - e com alto nível de educação formal que alimentam a narrativa “instagramável” do autocuidado. Boa parte das práticas de autocuidado postada mobiliza saberes de diferentes cosmovisões, coexistência de projetos políticos díspares e relações raciais, classistas e de gênero. É notável, ainda, a pouca presença de corpos racializados, sejam eles negros, indígenas ou de ascendência asiática, bem como de

corpos gordos, de PCDs (pessoas com deficiência), corpos dissidentes de gênero e sexualidade, ou mesmo de homens cis.

Observa-se nas publicações uma dinâmica de gentrificação do cuidado, que no contexto deste estudo refere-se à retomada das atividades tradicionalmente consideradas domésticas e femininas - como artesanato, jardinagem, cozinha natural e maternidade intensiva - pelas jovens mulheres urbanas e de alto nível de educação formal num mecanismo de apropriação das atividades antes realizadas por necessidade financeira e sujeita às relações de poder entre gêneros e raça como forma de status, numa dinâmica de romantização da domesticação. Essa gentrificação do cuidado pode ter como uma de suas consequências a paralisação das demandas feministas por mudanças numa cultura de trabalho estagnada no modelo provedor masculino de tempo integral e perpetuação de uma ética do cuidado que se faz moralizante e universalizante.

Ainda é notável, a proliferação de material comercial disfarçado de conselhos sobre estilo de vida. Ao analisar as principais postagens coletadas sob a *hashtag* autocuidado, observa-se o uso da *hashtag* como marca (para promover um negócio) e como uma *hashtag* de comunidade (para conectar usuários com interesses semelhantes em torno de um tópico de interesse específico do autocuidado). Isto é, esta noção de comunidade como mercadoria - possibilitada pelo uso de *hashtags* - que torna os usuários do *Instagram* "um grupo demográfico atraente para os anunciantes" (Van Dijck 2009: 47).

Essas notas observadas indicam a reverberação do entrecruzamento de temáticas/pautas cara aos feminismos, a constituição de uma moralidade associada ao cuidado de si e uma crescente mercantilização das práticas de autocuidado e suas consequências na produção e reprodução de novas e velhas desigualdades socioeconômicas, raciais e sexistas. A arquitetura da plataforma, com todos os recursos sociotécnicos, é projetada para a prática de extração, processamento de dados e domínio de circulação dados numa reprodução de fluxos de apropriação capital e epistemes - o colonialismo de dados reproduz a dominação dos fluxos e trocas em favor dos grandes centros e de grupos demográficos específicos quanto a raça, classe e gênero, enquanto promove uma opacidade de como as colonialidades do poder, do ser, do saber e do gênero se relacionam com tecnologia na distribuição de hierarquias de humanidade nas dominações globais.

O estudo do autocuidado plataformizado nos permite encontrar pistas sobre o modo pelo qual a disposição de tecnologias e imaginários sociotécnicos em um mundo moldado pela supremacia branca, masculina e heteronormativa fortalece a ordenação generificada e racializada de epistemes, recursos, espaço e violência em detrimento de grupos racializados e generificados pelos detentores das epistemologias e capitais hegemônicos que moldam o horizonte da plataformização da vida.

A presença de contas no *Instagram* com conteúdo sobre ancestralidade, saúde e espiritualidade é um exercício de disputa nas plataformas de redes sociais contra políticas misóginas e racistas dos algoritmos. Essa disputa parte da compreensão de que o corpo é espiritual e político. A reconexão aos saberes das tecnologias ancestrais e de cura tem como princípio a autopreservação, autonomia, autocuidado e liberdade em uma temporalidade cíclica. “Assumir nossa agenda cíclica é também antipatriarcal e antirracista. Afinal, o *modus operandi* vigente versa sobre a experiência orgânica e psíquica do homem branco, cisgênero euroreferenciado” (Amanda 2021).

A ciclicidade também é expressa na ideia de que mulheres e menstruantes negras curando-se, cura outras; numa dinâmica coletiva e revolucionária de constituição de subjetividades, a partir do aspecto comunitário e ancestral. Esse aspecto do autocuidado que é pessoal, mas não individual, e coletivo reflete a noção ética de cuidado de Bellacasa e Haraway discutidas no tópico anterior. Os principais conteúdos produzidos referem-se ao conjunto de práticas de si das tecnologias ancestrais da cultura amefricana tecidas e mantidas através do exercício da resistência coletiva. Receitas e rituais com ervarias; benzimentos; práticas de ginecologia natural; receitas de cosmetologia natural, práticas de kemetica yoga, dicas de nutrição, reflexões da sabedoria sagrada, dicas autocuidado comunitário, respeito e cuidado a terra, calendário lunar, são alguns dos temas mais frequentes no conteúdo desses perfis, que entrelaçam práticas de si das tecnologias ancestrais com pautas feministas, antirracistas e descolonizadoras.

É interessante notar que essas publicações apresentam uma preocupação com a imagem de mulher e pessoa menstruante negra em muitas formas diferentes e diversas. Dentre as temáticas abordadas pelo perfil destaca-se a que versa sobre ginecologia natural, na qual há compartilhamento de práticas e receitas das tecnologias africana, diaspórica, indígena e popular na promoção e ênfase da autonomia da saúde da mulher e pessoas menstruantes, num movimento de descolonização do corpo. Ao compartilhar elementos dessa cosmovisão como

práticas de autocuidado exercitam um ato de resistência, não porque apenas reagem ou denunciam às opressões sofridas, mas porque cria novos possíveis, afirmam uma existência, pensam-com cuidado. Pensar-com cuidado é a habilidade de imaginar, de mover-se sem medo, de criar novas lutas, tendo em vista sempre devires minoritários apostar em uma “política do possível”.

Essas receitas de resistências estão entrelaçadas com uma espiritualidade enraizada na Terra. Há nessas práticas uma relação entre terra e magia, entre o acesso a um “bem comum” – a capacidade de pensar e agir em conjunto – e a animação dos existentes, entre o material e o imaterial, entre a espiritualidade e a política. Potencialmente a afirmação dessa resistência coaduna com a ideia de *reclaim* (reativação ou retomada) e de resistência política no pensamento de Isabelle Stengers (2017), uma vez que essas práticas reativam aspectos experimentais, especulativos, criativos e combativos que lhes teriam sido tolhidos. Stengers afirma que para resistir, seria preciso desenfeitiçar (o que não deixa de ser também tornar-se feiticeiro, praticante da magia, arte da imanência) e aliar-se com Gaia (essa curiosa “terra viva”, figura transcendente que nos impele a pensar meios de contratranscendência). Seria preciso, enfim, reativar vínculos julgados perdidos ou inexistentes – com deuses, entidades e espíritos, mas também com a Terra. Em receitas de empoderamento, sempre minoritárias – jamais teorias que justificam, porém meios de explorar as possibilidades de um acontecimento. “Receitas feiticeiras”, que ressaltam um trabalho de experimentação ativa, sempre aberto ao imponderável e ao imprevisível.

As diversas práticas e experiências situadas de autocuidado abordados por esses perfis são costuradas por um fio que nos leva a entender *ethos* transformativo do autocuidado como tecnologia de vida, como um conjunto de práticas que servem para intervir e responsabilizar por devires de uma trajetória de vida e de corpos específicos. Tem-se nessas práticas de resistência um pensamento consequente, um pensamento para o mundo que nos importamos, um pensamento que cultiva a imaginação para um mundo menos dolorido. Um pensamento para construção decolonial.

Considerações Finais

Partindo da premissa de que as relações políticas e de poder são encenados nos espaços cotidianos das rotinas e práticas cotidianas, e são produzidos por meio e com performances de personificação e identidades. Portanto, qualquer representação de corpos humanos ou de

práticas de autocuidado em mídias digitais pode ser interpretada como política, na medida em que se destina a apresentar corporificações e práticas de cuidados de si de certas formas definidas que privilegiam alguns significados sobre outros e reivindicam pertencimento ou falam a alguns grupos sociais em vez de outros.

As técnicas e práticas da datificação e as mediações algorítmicas são construtos que revelam, reforçam ou mesmo propõem visões de mundo, em sua correlação com o autocuidado, tem alimentado e coproduzido imaginários centrados na gentrificação do cuidado, na colonialidade do gênero/ ser/ Saber/poder ainda que, em menor expressão, práticas de autocuidado em perspectiva decolonial engendram disjunções inclusivas, resistindo e disputando presença e narrativa na plataforma.

Por fim, sugerimos que autocuidado plataformizado pode atuar como um dispositivo panóptico que institui uma “nova pressão” disciplinadora sobre produtores de conteúdo e seguidores, constituindo em uma tecnologia. De forma complementar, apontamos também que usuários são induzidos a avaliar ou a julgar seus corpos, saúde mental, suas experiências de espiritualidade, sua alimentação, enfim suas práticas cotidianas e, ao se apropriarem da plataforma *Instagram* produzem novas linhas de força na instagramalização da vida.

Referências

AMANDA, Caroline. 2021. *Lunário Yoni das pretas: Ciclicidade criativa, produtiva e menstrual*. São Paulo: Planet Graphics.

BELLACASA, Maria Puig de la. 2012. “Nothing comes without its world’:thinking with care”. In: *The Sociological Review*, Oxford.

BENTES, Anna. 2018. *Quase um tique: economia da atenção, vigilância e espetáculo a partir do Instagram*. Dissertação de Mestrado em Comunicação e Cultura. Escola de Comunicação. Universidade Federal do Rio de Janeiro.

boyd, D. 2011. “Social Network Sites as Networked Publics: Affordances, Dynamics, and Implications”. In: PAPACHARISSI, Z. (Ed.). *A networked self: identity, community and culture on social network sites*. New York: Routledge.

BRASIL. 2006. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS*. Brasília, DF: MS.

CALIMAN, Luciana. 201). “Os regimes da atenção na subjetividade contemporânea”. *Arq. bras. psicol.*, 64(1): 02-17.

- DALY, Mary; LEWIS, Jane. 2000. “The concept of social care and the analysis of contemporary welfare states”. *British Journal of Sociology* 51(2): 281-98.
- D'ANDRÉA, Carlos. 2020. *Pesquisando plataformas online: conceitos e métodos*. Salvador: EDUFBA.
- GERLITZ, C;RIEDER, B. 2018. “Tweets Are Not Created Equal. A Platform Perspective on Social Media Metrics”. *International Journal of Communication*, 12.
- HARAWAY, D. 2008. *When speeces meet*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- HARAWAY, D. 1995. “Saberes localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial”. *Cadernos Pagu*, (5): 7-41.
- HUI, Y. 2020. *Tecnodiversidade*. São Paulo: Ubu Editora.
- LATOURETTE, B. 2012. *Reagregando o Social*. Bauru: EDUSC/ Salvador: EDUFBA
- LUGONES, Maria. 2020 “Colonialidade e gênero”. In: HOLLANDA, Heloísa B. (org.) *Pensamento feminista hoje: perspectivas decoloniais*. Rio de Janeiro: Bazar do tempo.
- MALDONALDO-TORRES, N. 2007. “Sobre la colonialidad del ser: contribuciones al desarrollo de un concepto”. In: CASTRO-GÓMES; GROSFOGUEL. *El giro decolonial. Reflexiones para una diversidad epistémica más allá del capitalismo global*. Bogotá. Siglo del Hombre Editores: Universidad Central.
- MEJÍAS, U.; COULDRY, N. 2019. “Colonialismo de datos: repensando la relación de los datos masivos con el sujeto contemporáneo”. *Virtualis: Revista de cultura digital*, 10(18): 78–97.
- MIGNOLO, W. 2014. *Desobediencia epistémica: retórica de la modernidad, lógica de la colonialidad y gramática de la descolonialidad*. Buenos Aires: Ediciones del Signo.
- POLÍTICA de dados do Instagram. *Instagram*, 19 abr. 2018. Disponível em: <https://www.facebook.com/help/instagram/155833707900388>. Acess em: 12 ago. 2019.
- QUIJANO, A. 2000. *Colonialidade do poder, eurocentrismo e América Latina*. Clacso: Buenos Aires.
- RAZAVI, Shahra y STAAB. 2012. “Global Variations in the Political and Social Economy of Care”. *Worlds Apart, Routledge/ UNRISD Research in Gender and Development*, New York: Routledge.
- RICAURTE, Paola. 2019. “Data Epistemologies, Coloniality of Power, and Resistance”. In: *Television & New Media*, 1-16.
- SRNICEK, Nick. 2017. *Platform capitalism*. Cambridge: Polity.
- STENGERS, Isabelle. 2017 “Reativar o animismo”. *Caderno de Leituras*, 62: 8.
- TRONTO, Joan. 2013. “Mulheres e cuidados: o que as feministas podem aprender sobre a moralidade a partir disso?” In: JAGGAR; BORDO, (ed.). *Gênero, corpo, conhecimento*. Rio de Janeiro: Record; Rosa dos Tempos. p. 186-203.

VAN DJICK, J.; POELL, T.; WAAL, M.C. 2018. *The platform society: public values in a connected world*. New York: Oxford University Press.

ZUBOFF, S. 2020. *A era do capitalismo de vigilância: a luta por um futuro humano na nova fronteira do poder*. Rio de Janeiro: Intrínseca.