

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

SARA REGINA NUNES DE ALMEIDA

SENTIDO NA PELE: experiências de racismo vividas na adolescência e seus impactos na
saúde mental

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

SARA REGINA NUNES DE ALMEIDA

SENTIDO NA PELE: experiências de racismo vividas na adolescência e seus impactos na saúde mental

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof^a Ms. Moema Alves Macedo

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

SARA REGINA NUNES DE ALMEIDA

SENTIDO NA PELE: experiências de racismo vividas na adolescência e seus impactos na saúde mental

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 05/12/2023

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Ms. Moema Alves Macedo

Membro: Ms. Jéssica Queiroga de Oliveira - UNILEÃO

Membro: Esp. Francyelly da Silva Félix

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

SENTIDO NA PELE: experiências de racismo vividas na adolescência e seus impactos na saúde mental

Sara Regina Nunes de Almeida¹
Moema Alves Macêdo²

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo principal descrever como pessoas negras percebem que experiências de racismo vividas na adolescência, afetaram sua saúde mental. Isso foi realizado através da discussão conceitual de racismo, identificação na literatura sobre as relações entre racismo e saúde mental e a descrição como o racismo afeta a saúde mental de adolescentes através de dados coletados em pesquisa de opinião. A metodologia utilizada foi o levantamento, ele se deu através de pesquisa de opinião realizada por formulário online em uma Instituição de Ensino Superior privada do Cariri cearense. A amostra é composta por 144 pessoas que estiveram no local durante a coleta de dados, dentre as quais, 78,5% se declararam do gênero feminino, 76% possuem idade entre 18 e 24 anos e 56,3% são negros. A análise de dados foi realizada a partir da literatura vigente sobre relações entre racismo e saúde mental e os resultados apontam que dentre os participantes da amostra que afirmaram ter sofrido racismo prevalecem os sintomas de autoestima baixa, autocobrança, vergonha de si e comparação, além disso a escola aparece como espaço no qual onde se presenciaram a maior parte das atitudes racistas vivenciadas durante a adolescência.

Palavras-chave: Racismo. Saúde Mental. Adolescente.

ABSTRACT

The main objective of this study is to describe how black people perceive that experiences of racism during adolescence have affected their mental health. This was done by discussing the concept of racism, identifying in the literature the relationship between racism and mental health and describing how racism affects the mental health of adolescents through data collected in an opinion poll. The methodology used was a survey, conducted using an online form at a private higher education institution in Cariri, Ceará. The sample consisted of 144 people who were on site during data collection, of whom 78.5% were female, 76% were aged between 18 and 24 and 56.3% were black. The data was analyzed based on the current literature on the relationship between racism and mental health and the results show that among the participants in the sample who said they had suffered racism, the symptoms of low self-esteem, self-blame, self-shame and comparison prevail, in addition to the school appearing as the place where most of the racist attitudes experienced during adolescence were witnessed.

Keywords: Racism. Mental Health. Adolescents.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: sarareginanunes@hotmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: moema@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Considerando o racismo estrutural como uma falha na sociedade brasileira e que isso foi construído inclusive com legitimação da ciência através de teorias racialistas (Conselho Federal de Psicologia, 2017), o objetivo do presente artigo é descrever como pessoas negras percebem que experiências de racismo vividas na adolescência, afetaram sua saúde mental. Para tanto, propõe-se discutir conceitualmente racismo, identificar quais os principais sintomas presentes decorrentes de experiências de racismo, e apresentar os principais contextos nos quais adolescentes mais vivenciam experiências de racismo.

O empreendimento desta pesquisa, se justifica por experiências já vivenciadas por mim enquanto pessoa negra - outrora adolescente - também pelos relatos que ouvia dos alunos negros de ensino médio de escola pública quando lecionava. O vivido e o vivenciado me fazem querer discutir isso, dando notoriedade aos sofrimentos desta parcela da população negra e propondo reflexões que gerem mudanças para ela.

Há necessidade de discutir e compreender como questões sociais influenciam os processos de adoecimento, o racismo enquanto determinante social implica diretamente sobre a saúde da população negra e, se tratando especificamente das relações entre racismo, saúde mental e adolescência, a Psicologia ainda precisa refletir, produzir e propor manejos que contemplem esta temática e esta população.

O racismo deu base a escravização. Ancorada nesta prática, foi constituída a nação brasileira. Apesar de ter sofrido e continuar sofrendo alterações ao longo do tempo, o racismo continua vigente, talvez agora de forma silenciosa, mas latente e muito bem sentido pela população negra (Araújo; Soares, 2023), e quando percebido, o racismo estrutural é negado uma vez que os brasileiros têm medo de nomear as opressões (Ribeiro, 2019). Através de longa conformação histórica e cultural, na qual seres humanos foram explorados e expropriados de seus lugares a fim de servir aos interesses de um grupo que se propôs como dominante, o racismo se solidificou e tem permanecido causando sofrimento a quem o experimenta.

Ele pode ser definido como uma forma de discriminar a partir da compreensão de que existem raças superiores e inferiores (Araújo; Soares, 2023), ou utilizando-se novamente da escritora Djamila Ribeiro (2019), o racismo vai além de não gostar de uma pessoa preta, mas é também um sistema organizado para negar direitos. As experiências de racismo sentidas por pessoas negras, geram problemas na saúde mental destas, dentre eles a dificuldade na construção de uma identidade, cidadania, amor-próprio, confiança, autoaceitação e mais uma série de fatores.

Apesar das complexidades envolvidas na conceituação de saúde mental, o que se propõe com utilização do termo neste trabalho, remete a uma perspectiva integral do sujeito (Gaino *et al* 2018), um estado de equilíbrio em que cada um irá conseguir lidar com as situações próprias do seu dia a dia, colaborando, criando e produzindo da forma que lhe seja possível e desenvolvendo autonomia para que seja sujeito de suas próprias escolhas e ações.

Adolescentes negros tem sido alvo de rotulações racistas em vários espaços, isso de alguma forma lhes causa impactos, Ferreira (2020) disserta que adolescentes brancos e ricos têm sido historicamente caracterizados como rebeldes, excêntricos e contestadores enquanto adolescentes negros, sobretudo os periféricos, são vistos como delinquentes e tem suas condutas rotuladas como tal. Desta forma, a aprovação e aceitação que os adolescentes negros necessitam para o fortalecimento de sua saúde mental, nem sempre é possível, ao contrário, enquanto adolescentes brancos tendem a ser mais compreendidos e, portanto, tem suas “penalidades” suavizadas, para os adolescentes negros usa-se não raras vezes a violência e repressão.

Diante do desenvolvimento humano, a dimensão psicossocial dos adolescentes está relacionada à forma como eles se comportam nos relacionamentos, bem como a construção da identidade. É comum nessa fase a busca por aceitação entre seus pares, desta forma, para adolescentes de todas as ascendências étnicas, a aprovação por parte de seus colegas é mais importante do que a aprovação dos adultos ou mesmo qualquer compreensão histórica que faça parte de sua etnia (Berger, 2017).

Segundo Scholz *et al* (2014), quando atributos negativos são internalizados gera-se na pessoa negra um sentimento de inferioridade a partir do qual dificultam-se as relações desta com as demais pessoas, o que pode propiciar comportamentos de isolamento que são perturbadores do pensamento. De acordo com Viana (2020), além de todos os desdobramentos negativos que envolvem o ser negro no Brasil e apesar de ser um país profundamente miscigenado, ainda apresenta uma cultura de conservação do racismo, do que o rompimento dele.

2 RACISMO: DEFINIÇÃO E IMPLICAÇÕES

Depois de uma abolição malconduzida e não pensada para incluir os negros dignamente na sociedade brasileira, restou-lhes um lugar qualquer. Aquele, de quem deve ser esquecido, de quem não é desejado, de quem “sabe menos”, “pode menos” e, portanto, “deve ser” invisibilizado, ora pelas ações de quem “pode e sabe”, ora através da legitimação do Estado

quando não viabilizou – e até hoje tende a não viabilizar – uma vida digna a esta parcela da população (Silva, 2020).

Desta forma, considerando o racismo uma das bases sobre as quais as sociedades modernas estão assentadas e funcionando, na transição entre o século XIX e XX, quando teorias eugenistas ganharam força ao redor do mundo e através da ciência legitimaram discursos racistas, os sofrimentos psíquicos decorrentes de tal discriminação passaram a ser considerados como razoáveis tendo em vista que para as teorias da época negros e mestiços pertenciam a raças degeneradas e como tal, estavam destinados a loucura (Gouveia; Zanella, 2018).

Kabengele Munanga³ (2003) em palestra sobre a conceituação de raça, racismo, identidade e etnia, afirma que o conceito racismo se originou nos anos 1920, no entanto, a ideia de racismo é antiga e compreende a subdivisão da humanidade em grupos contrastantes aos quais denominam-se raças e em cada grupo, prevaleceriam características biológicas comuns as quais sustentariam características psicológicas. Sendo assim, segundo Munanga, o racismo seria uma crença em raças hierarquizadas de acordo com fatores físicos, morais, intelectuais e culturais, e para o racista, determinado grupo torna-se inferior devido ao conjunto desses fatores.

Conforme Silveira (2022), o racismo tem em si a ideia de hierarquização social a partir de raça, e embora tal conceito não seja considerado biologicamente, socialmente o racismo estabelece relações de poder a partir das quais, as pessoas negras têm oportunidades de vida limitadas o que acaba por diferenciá-las de pessoas não negras perpassando aspectos não apenas sociais, mas também subjetivos.

De acordo com Lapolli *et al* (2022),

As pessoas foram, ao longo dos anos, racializadas, tornaram-se pertencentes a uma outra raça por conta de sua cor de pele. Com base nessa diferença, outros campos de poder foram se entrelaçando – classe e gênero como os mais expressivos –, culminando no que hoje conhecemos como racismo. (p. 64-65)

Quando se aponta o racismo enquanto estrutural, não se fala de um tipo específico de racismo apenas, mas sobretudo de um conjunto de desigualdades política, econômica e jurídica que se constituem através de processos políticos e históricos dando subsídios para que grupos étnicos sejam sistematicamente discriminados (Almeida, 2018). Considerar o racismo

³ Seminário Nacional Relações Raciais e Educação. 3º ed, 2003, Rio de Janeiro. Palestra: Uma abordagem conceitual das noções de raça, racismo, identidade e etnia. Texto disponível em: <https://www.geledes.org.br/wp-content/uploads/2014/04/Uma-abordagem-conceitual-das-nocoes-de-raca-racismo-identidade-e-etnia.pdf>

estruturalmente, não desresponsabiliza as atitudes racistas em suas individualidades e particularidades, mas ajuda a compreender como todo um projeto de sociedade foi desenvolvido com base na exploração de uma parcela desta, causando exclusão e conseqüentemente adoecimento.

2.1 APROXIMAÇÕES ENTRE RACISMO E SAÚDE MENTAL

Para além dos desdobramentos políticos, econômicos, jurídicos e sociais, o racismo também afeta outros âmbitos sendo, por exemplo, um determinante de saúde, por gerar condições propícias a determinados adoecimentos. Sendo reconhecido como um dos determinantes em saúde, as injustiças sociais e sofrimentos que derivam do racismo, causam adoecimento sobretudo psíquico a quem as sofre (Brasil, 2011). Sentimento de angústia por medo de situações de opressão, sensação de não pertencimento, lutar contra sentimentos de inferioridade e autocobrança para ser melhor em tudo que faz são alguns dos sofrimentos psíquicos com os quais a população negra precisa lidar (Souza, 1983).

Segundo Silva (2005),

os negros vivem num estado de tensão emocional permanente, de angústia e de ansiedade, com rasgos momentâneos dos distúrbios de conduta e do pensamento, o que os inquieta e os faz sentir culpa. Essa situação causa diversos transtornos físicos e psíquicos às vítimas, incluindo taquicardia, ansiedade, ataques de pânico, depressão, dificuldade de se abrir, ataques de raiva violenta e aparentemente não-provocada, depressão, hipertensão arterial, úlcera gástrica, alcoolismo, entre outros. (p. 130)

Silva e Oliveira (2021), apontam algumas tendências que podem ser considerados em uma reflexão sobre as intersecções entre Psicologia, saúde mental e racismo no Brasil, dentre elas, podem ser destacados, a saúde mental da população negra e a reforma psiquiátrica, a escuta dos sofrimentos negros na psicoterapia com profissionais brancos.

Os autores apresentam em revisão sistemática, alguns trabalhos que discutem as referidas questões e apresentam que: entre as pessoas negras que ocupam hospitais psiquiátricos no Brasil a proporção do desenvolvimento de transtornos delirantes tais como a esquizofrenia e transtornos esquizotípicos aparecem em números consideráveis, ademais, salienta-se que a Rede de Atenção Psicossocial no Brasil, não considera questões étnico-raciais, em contrapartida, o sofrimento psíquico gerado pelo racismo chega aos equipamentos da referida rede.

Enunciam ainda que a formação em Psicologia tem sido deficitária em preparar o profissional (em sua maioria mulheres brancas) para escutar na clínica as narrativas negras, por isso, geralmente não sabem manejar essa escuta que chega com atravessamentos do racismo. E

aí reside a importância de descolonizar o currículo dos cursos de Psicologia, porque onde se propõe uma formação voltada para o cuidado em saúde mental – inclusive da população negra – deve-se também estudar produções que partem de uma epistemologia negra.

Um conceito que pode ajudar a clarificar a aproximação entre racismo e saúde mental é sofrimento ético-político trazido pela Psicologia Social através de Sawaia (1999), tal conceito é compreendido como sendo um sofrimento causado pela exclusão, sendo explicado como a dor emocional e física daquele que é considerado inferior, subalterno e que por isso, deve ser retirado/privado dentre os demais.

Dessa forma, de acordo com a autora, o sofrimento ético político diz respeito à forma como as pessoas vivem os atravessamentos em relação às questões sociais em seus cotidianos, ademais, trata-se da dor provocada por um apagamento social a partir do qual se é tratado como inferior, subalterno e sem valor sendo ainda limitado de ter acesso a cultura, bens materiais e sociais de seu tempo o que lhe possibilitaria, talvez, sair da condição de exclusão.

Conforme Araújo e Soares (2023), um dos aspectos para exclusão é a desvalorização do outro como pessoa, por que a partir disso, ele é visto como alguém sem valor, indigno. Desta forma, passa a ser visto como alguém passível de ser explorado, justificando-se a discriminação e até mesmo genocídio. Através desses pressupostos constroem-se as justificativas a partir das quais o racismo subsiste e tem se tornado ao longo do tempo um fator adoecedor para a população negra no Brasil.

A literatura aponta que a discriminação racial é uma forma de trauma que leva dentre outras coisas a ameaça do pertencimento e segurança das pessoas que sofrem esta ação, podendo ainda desencadear culpa, hiper vigilância e evitação que são alguns dos sintomas de estresse traumático (Chardée *et al*, 2022). Bernardo e Tozzato (2022) apontam que despersonalização, autocobrança, descrença em si em vários âmbitos são alguns dos fatores adoeecedores do racismo sobre a população negra.

As autoras mencionam também o que chamam de síndrome do impostor, que embora não seja uma doença em si mesma, é uma característica que pode ser manifesta por pessoas que sofrem racismo a qual tem como desdobramento um movimento constante em busca de se esforçar sempre mais naquilo que realiza, procrastinar, medo de se expor, comparação e necessidade de agradar a todos. A vivência constante dessas características causa sofrimento e leva a população negra (assim como outras minorias) a sentir-se insegura, preocupada, ansiosa e mais propensa ao desenvolvimento de transtornos propriamente ditos.

2.2 RACISMO E SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES

Segundo a UNICEF em dados de 2010 sobre os impactos do racismo na infância, 54,5% das crianças brasileiras são negras ou indígenas⁴, o que equivale a 31 milhões de meninos e meninas negros. O mesmo documento afirma que no referido ano, 45,6% das crianças brasileiras viviam em famílias pobres, sendo que 17 milhões deste total eram constituídos por crianças negras. No mesmo documento, mas especificamente sobre os adolescentes, a UNICEF declarou que no Brasil, em cidades com mais de 100 mil habitantes, o risco de um adolescente negro ser assassinado era 2,6 vezes maior se comparado aos adolescentes brancos, da mesma forma, adolescentes negros também eram maioria de vítimas quando se trata de exploração sexual dos 15 aos 17 anos.

Em dados mais recentes do Fórum Brasileiro de Segurança Pública – FBSP (2022) os jovens negros (18 a 24 anos) continuam sendo as principais vítimas da violência policial no Brasil e compõe o número de 43,6% de mortes por intervenção policial. Segundo Santos *et al* (2021), a juventude negra representa uma ameaça para a sociedade brasileira e conviver com a compreensão de poder a qualquer momento ser vítima de violências como as que foram apresentadas nos dados acima, gera sentimentos tais como a inferioridade, medo, angústia, não pertencimento e dor afetando diretamente a saúde mental dessa população.

Segundo Barata (2009) na obra “Como e por que as desigualdades sociais fazem mal a saúde” alguns problemas de saúde tais como, transtornos mentais, hipertensão arterial, doenças cardíacas, diabetes, obesidade e abuso de álcool e drogas e tabagismo tendem a ser mais comumente associados a pessoas que passam por discriminação e racismo. A autora ainda afirma que a exposição ao racismo ou atos discriminatórios podem funcionar como um estressor agudo à saúde das pessoas, além disso, pessoas que relatam ter sofrido alguma forma de discriminação tem maior prevalência de saúde mental ruim, podendo desenvolver ansiedade, depressão, estresse, problemas graves de sono, ideação suicida, tentativas de suicídio, baixa autoestima e doenças físicas.

Ainda conforme Santos *et al* (2021), quando o racismo não se apresenta de maneira explícita à juventude negra, ele aparece implicitamente nas situações do dia a dia que silenciosamente humilham e desorganizam as emoções. A exposição midiática e nas redes sociais, de corpos brancos sendo considerados os mais bonitos e desejáveis também afeta a

⁴ O documento considera população de até 17 anos. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/1731/file/O_impacto_do_racismo_na_infancia.pdf

saúde mental do adolescente negro, nessa fase, tudo que se deseja é ser aceito, ser notado e incluído, perceber que seu corpo, carrega características que não são socialmente aceitáveis ou admiradas gera sofrimento e uma negação de si por parte do adolescente (Oliveira e Azevedo, 2022).

Considerando-se ainda que o desenvolvimento da identidade pessoal é uma atividade que ocorre em maior profundidade durante a adolescência, construir uma identidade é formar uma concepção de si enquanto pessoa, é também poder pensar em quais valores e direções deseja eleger para nortear sua vida, a formação da identidade recebe influência de fatores intrapessoais, interpessoais e culturais (Ferreira *et al*, 2003). Diante disso, cabe refletir quais as possibilidades estão disponíveis para que adolescentes negros formem uma identidade que seja psicologicamente saudável. Quais os modelos representativos eles têm, por exemplo, para ancorar os fatores interpessoais e culturais que necessitam para desenvolver sua identidade?

Alves (2008) fala do prejuízo dos rótulos na construção da identidade do adolescente, ela compreende os rótulos como sendo visões distorcidas, que julgam e desqualificam o adolescente, limitando sua capacidade de ação, o que pode levá-lo no sentido da construção de uma identidade inadequada. A aplicação de rótulos pode ser intencional, inofensiva ou velada e geralmente é efetuada por pessoas da convivência dos adolescentes.

Pontua ainda que para além de traços físicos, os rótulos estão mais atrelados a aspectos psicológicos e reduzem os rotulados de forma que estes incorporam a sua identidade atributos de valor social negativo que conseqüentemente pode favorecer baixa autoestima e sentimentos de inadequação sobre si, desta forma, pode-se considerar o racismo como uma forma de rotulação a qual os adolescentes negros estão submetidos em todos os lugares, inclusive, no ambiente escolar.

2.2.1 Escola, racismo e saúde mental de adolescentes negros

A mesma ideia de ausência de representatividade étnico-racial (ou a presença dela de forma distorcida) que gera sofrimento no adolescente negro, está circunscrita ao ambiente escolar. A escola representa para grande parte dos adolescentes, um espaço em que são passadas muitas horas durante toda essa fase do desenvolvimento, além disso, é um espaço de formação da cidadania, o que implica dizer que deveria ser também um lugar onde violências como o racismo fossem discutidas a fim de proteger as vítimas desse tipo de ação, bem como transformar o pensamento de agressores em potencial.

No entanto, Scholz *et al* (2014) afirmam que há uma cultura escolar no Brasil que nega a existência do racismo, um exemplo disso se dá quando um estudante negro incorre em “fracasso escolar”. Neste contexto, atribui-se geralmente a responsabilidade por tal situação a uma suposta disfuncionalidade familiar dos estudantes, ou mesmo a sua condição socioeconômica, mas desconsidera-se as consequências do racismo sobre a trajetória de vida desses estudantes.

Corroborando com esse pensamento, o Ministério Público do Estado de Pernambuco através de uma publicação intitulada “No país do racismo institucional” (2013), apresenta dados que explicitam a cor da pele como sendo um dos fatores de desvantagem quando se considera casos de abandono e evasão escolar. A mesma publicação, apresenta ainda a discriminação racial como sendo um problema para crianças e adolescentes na escola uma vez que tal ação é perpetuada não apenas pelos colegas de sala, mas também por professores e gestores, e isso dificulta que adolescentes se afirmem enquanto negros e que desenvolvam pertencimento.

Ademais, o cabelo crespo é apontado como estando no topo da lista dos atributos negros que mais gera discriminação racial na escola, e isso recaí de forma mais intensa sobre as meninas. Meninas e adolescentes negras de cabelo crespo tendem a receber apelidos pejorativos e piadas maldosas em que seus cabelos são considerados “sujos”, “ruins”, “feios” e mesmo quando esses casos vêm à tona, as escolas costumam silenciar com “conselhos” tais como: “não ligue”, “deixa pra lá”, “não foi isso que ele/ela quis dizer”.

Dessa forma, as dores do racismo vão sendo silenciadas pelos adolescentes negros e gerando adoecimento mental. As meninas de maneira especial, têm dentre outras coisas, sua autoestima afetada quando seus cabelos e outros traços físicos são ridicularizados no ambiente escolar ou hiper sexualizados na grande mídia e desta forma, vai se consolidando uma autopercepção de não aceitação que perdura até a vida adulta e gera adoecimento.

2.2.2 Saúde mental de mulheres negras

Dias (2022) em seu trabalho, aponta pesquisas que indicam que mulheres negras compõem a parcela social mais acometida por Transtornos Mentais Comuns, tais dados podem ser atrelados a indicadores relacionados ao racismo e sexismo, concluindo que mulheres negras estão em constante processo de adoecimento.

Considerando o racismo enquanto ferramenta agressiva aos corpos femininos, Queiroz (2019) apresenta em seu estudo etnográfico relatos de mulheres negras que endossam como a imposição de uma estética padrão branca afeta a saúde mental das mulheres negras

(especificamente a autoestima), na discussão a autora apresenta como o crescente movimento de aceitação e autoafirmação através da transição capilar tem sido positiva para a autoestima da mulher negra.

A mesma autora endossa que:

Com a frequente ausência de representatividade e os ataques racistas à estética negra, a saúde emocional das mulheres negras é afetada, causando complexos de inferioridade, insegurança, baixa autoestima, ansiedade, depressão, a recusa de sua identidade negra e a busca para a aproximação com a estética do cabelo liso, através de procedimentos químicos e não químicos de alisamento. (p. 218)

Desta forma, o racismo mata emocionalmente as mulheres e esse processo inicia na infância quando meninas são levadas a manterem seus cabelos crespos e cacheados sempre amarrados com tranças ou outros penteados bem apertados e na adolescência esses processos de sofrimento tendem a alcançar maior proporção dadas as próprias transformações da fase.

Em vários aspectos e situações o racismo se desvela e deixa sofrimento em adolescentes negros, gera inúmeros danos a sua saúde mental. Discutir tal situação é uma das formas de pensar meios para minorá-la, ademais, é necessário fazer pesquisas voltadas para a população negra do Brasil, sobretudo quando se é uma pesquisadora negra, pois há uma dívida histórica e social com este povo que ainda não foi reparada, ela está a pleno vapor e para deter seu alcance é preciso voltar a atenção aos mais jovens, eles são a promessa da continuidade da luta por equidade.

3 METODOLOGIA

3.1 TIPO DE PESQUISA

O trabalho se desenvolveu por meio de uma pesquisa de opinião e como tal, não foi necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa – CEP uma vez que, os participantes não foram em momento algum identificados, o formulário da pesquisa foi disponibilizado através de QR code e a função de identificação de e-mail que geralmente acontece em formulários online, foi desativada para garantir o sigilo sobre as informações.

Esse tipo de pesquisa pode ser classificada como uma pesquisa de levantamento interseccional, o que equivale dizer que foi realizada com dada população somente naquele momento e não a longo prazo (Calais, 2018). É também uma pesquisa qualitativa e descritiva. Uma pesquisa qualitativa compreende um estilo que combina produção teórica e empírica e o pesquisador não segue rigidamente nenhuma dessas duas vias, no entanto, o que é considerado

essencial nesse tipo de pesquisa é a produção de pensamento que se dá através do contato com o objeto pesquisado (Rey, 2011). Já o caráter descritivo de uma pesquisa está em levantar opiniões, atitudes e crenças de determinado grupo descrevendo suas características a fim de identificar suas queixas, por exemplo (Gil, 2018).

Desta forma, compreendendo que a pesquisa de opinião é um tipo de pesquisa de levantamento, pode-se considerar como algumas de suas etapas: a especificação dos objetivos, operacionalização dos conceitos e variáveis, elaboração do instrumento de coleta de dados, análise e interpretação dos dados e apresentação dos resultados (Gil, 2018). Tendo sido especificados os objetivos anteriormente, os principais conceitos do presente estudo são racismo, adolescência e saúde mental. O racismo aqui também se classifica enquanto variável dependente, e a idade, renda, gênero e cor da pele enquanto variáveis independentes. A seguir tem-se a descrição das demais etapas do presente estudo.

3.2 ELABORAÇÃO DO INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS E AMOSTRA

O instrumento utilizado na coleta de dados foi um formulário, dentre os itens que compuseram o formulário de coleta de dados, os quatro primeiros itens se referiam a aspectos sociodemográficos e os demais, relacionavam-se a vivências ou experiências de racismo por parte dos respondentes do questionário.

Seguem os itens que compunham o formulário: 1. qual sua idade? 2. Quanto ao gênero você se considera: feminino, masculino, mulher trans, homem trans, gênero neutro, não binário, outro; 3. sua renda familiar se aproxima mais de qual das opções abaixo: até um salário-mínimo, entre dois e quatro salários-mínimos e cinco ou mais salários-mínimos; 4. quanto a cor da pele você se considera: preta (o), parda(o), branca (o), amarela (o), indígena; 5. você se lembra de ter presenciado alguma atitude racista durante a sua adolescência? 6. caso tenha respondido sim na questão anterior, responda: lembra em qual ambiente se passou o episódio em que foi vivenciada a atitude racista? Na escola, entre a família, um espaço de lazer, outro; 7. Você lembra de alguma situação em que foi vítima de racismo durante sua adolescência? Sim, não; 8. Caso tenha respondido sim, na questão anterior, responda: você compreende ter desenvolvido um ou mais dos sintomas abaixo em virtude da(s) experiência (as) de racismo? Estranheza em relação a si, vergonha de si, auto cobrança, sensação de não poder errar, sensação de que precisa ser melhor que todos em volta para que assim possa ser validada (o), descrença sobre a própria capacidade intelectual, auto estima baixa, medo da exposição, comparação constante com outras pessoas, comportamento de sempre querer agradar as outras pessoas, sintomas ansiosos

(tais como: tensão muscular e/ou psicológica, dificuldade de relaxar, inquietação), sintomas depressivos (tais como: angústia, desânimo, falta de motivação, diminuição ou incapacidade de sentir alegria e prazer), nenhum sintoma e outros, dentre os quais apareceram: senti raiva da outra pessoa e vontade de fazer procedimentos estéticos para modificar meus lábios grossos, meu nariz de bolinha, entre outros, também passei a adolescência inteira fazendo modificações no meu cabelo crespo.

O formulário foi disponibilizado para coleta de dados em espaços de circulação comum aos estudantes e demais transeuntes de uma instituição de ensino superior - IES do Cariri cearense. Para tanto, foi testado previamente com pessoas que representariam de forma geral a população que seria pesquisada. A população em questão, foram todos os estudantes e funcionários da referida IES, bem como pessoas da comunidade que por quaisquer motivos estivessem presentes neste ambiente no período da coleta de dados e se dispusessem a participar. Na aplicação, os participantes em potencial foram informados sobre o objetivo da pesquisa, garantia do anonimato das respostas e participação voluntária através de um formulário online (Google Formulários) disponibilizado através de QR code nos corredores, banheiros e bebedouros da IES.

Os critérios de inclusão para composição da amostra, foi a presença das pessoas nos ambientes coletivos da IES onde a coleta de dados foi realizada entre os dias 30 e 31/10/2023 e 01/11/2023 e a disponibilidade para responder o formulário. E o critério de exclusão considerado, foi a exclusão dos dados de pessoas brancas que declararam ter sofrido racismo nas respostas do formulário, uma vez que por razões conceituais, é uma interpretação equivocada afirmar-se não negro e ainda assim confirmar ter sofrido racismo. Considerando o racismo enquanto a dominação hierárquica, política e social de uma parcela não negra sob grupos negros, conclui-se que, nunca houve uma dominação de social de pessoas brancas por pessoas negras, o que evidencia a incoerência de pessoas brancas afirmarem ter sofrido racismo (Silveira, 2022). A amostra em questão trata-se de uma amostra não probabilística de conveniência (Calais, 2018), ou seja, a amostra foi composta a partir da facilidade ao acesso a ela.

3.3 ANÁLISE DE DADOS

Considerando o objetivo central do estudo que é descrever como pessoas negras percebem que experiências de racismo vividas na adolescência afetaram sua saúde mental, os dados coletados foram analisados a partir de dois grupos de questões que compunham o

formulário de coleta, grupo 1 com questões socioeconômicas – compreende os quatro primeiros itens, e grupo 2 com questões sobre as vivências e/ou experiências de racismo na adolescência – compreende os quatro últimos itens.

O objetivo do primeiro grupo de perguntas era perceber melhor quais lugares socioeconômicos são ocupados pelos respondentes da pesquisa tendo em vista que, aspectos principalmente como gênero, cor da pele e renda familiar são importantes para a compreensão dos processos saúde-doença uma vez que quanto mais um grupo é privilegiado socialmente, menos sujeito ele estará ao desenvolvimento de alguns tipos de adoecimento (Rouquayrol, 2014). No segundo grupo de perguntas, o objetivo era acessar mais diretamente informações que contemplassem diretamente o objetivo principal do estudo. A análise das respostas aconteceu mediante tabulação de dados no Excel e discussão qualitativa com base nos objetivos do estudo e a literatura existente

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 PARTICIPANTES DA PESQUISA: um olhar socioeconômico

A pesquisa foi composta por 144 participantes e considerando as respostas dadas em relação ao primeiro grupo de perguntas do formulário, infere-se que 78% se identificam como pertencentes ao gênero feminino, 18% masculino, 3% não binário, 1% do gênero neutro e dentre as opções de mulher e homem trans, não houve entre os participantes identificações quanto a tais gêneros. Entre os participantes 76% possuem idade entre 18 e 24 anos.

Quanto à renda familiar, 54,9% dos respondentes afirmam que sua família possui renda entre dois e quatro salários-mínimos, 32,6% declararam que a renda familiar é de até um salário-mínimo e 12,5 % possuem renda familiar entre cinco ou mais salários-mínimos. Em relação a cor da pele, 41,7% se declararam brancos, 39,6% pardos, 16,7% pretos e 2,1% amarelos.

Diante dos números apresentados, conclui-se de maneira geral que a maioria dos participantes são mulheres, adultos jovens, pessoas com renda familiar entre dois e quatro salários-mínimos e que em sua maioria declaram-se negras considerando que tal população é composta por pardos e pretos.

Quanto às perguntas do formulário que dizem respeito às vivências e/ou experiências de racismo na adolescência, 84% dos participantes lembram ter presenciado alguma atitude racista durante sua adolescência, enquanto 16% afirmaram não lembrar de ter presenciado alguma atitude racista na adolescência. Dentre os que afirmaram ter presenciado alguma atitude

racista na adolescência, 52% afirmam que tal atitude transcorreu na escola, 26,4% afirmam ter presenciado atitudes racistas na própria família, 10,4% em um espaço de lazer e outros 11,2% em algum outro espaço que não foi especificado.

Além disso, 46% dos respondentes negros afirmaram ter sofrido racismo na adolescência, enquanto 54% afirmam não ter sofrido racismo na adolescência. No entanto, dentre estes últimos, cabe problematizar se realmente não sofreram racismo ou se não conseguem identificá-lo ou ainda, tendo identificado, não gostam de falar sobre isso. De acordo com Souza (1983), pessoas negras utilizam algumas formas de negar sua negritude a fim de que possam ascender socialmente e serem bem-vistas, dentre os mecanismos de negação apresentados pela autora, estão “perder a cor”, não falar sobre o racismo e negar tradições negras.

Mediante os números apresentados acima, pode-se compreender que entre os respondentes, a incidência de memórias da adolescência relacionadas a racismo é alta tendo em vista que 84% lembram ter presenciado alguma atitude racista. No entanto, assim como anteriormente foi possível questionar se apenas 46% de pessoas negras da amostra sofreram racismo, aqui continua cabendo ainda esta reflexão, porque, se maioria na amostra se declarou negra (56%) e maioria também afirma ter presenciado atitudes racistas na adolescência (84%), por que só 46% afirmam ter sofrido racismo?

Talvez o pensamento de Figueiredo e Grosfoguel (2009), explique algo em torno desses dados, os autores afirmam que no Brasil o racismo é visto como algo abstrato, e que embora as pessoas estejam conscientes da existência do preconceito e discriminação raciais não estão convencidas de que isso afeta a vida de quem é vítima disso. Ademais, elas concordam que existem desigualdades raciais no Brasil, no entanto, não é possível constatar o racismo. Esse tipo de pensamento é fruto do mito da democracia racial amplamente difundido neste país, produzido pela sociedade pós-abolicionista que procurava negar tudo que veio antes desta, no entanto, mantendo os arcabouços culturais e simbólicos que legitimaram o escravismo (Sodré, 2023).

Ainda segundo os mesmos autores, através de entrevistas realizadas com negros de classe média, identificaram que esta parcela tem dificuldade de afirmar que foram vítimas de discriminação racial. De acordo com dados do Centro de Políticas Sociais da Fundação Getúlio Vargas - FGV disponibilizados em matéria no site Capitalist⁵, os ganhos de pessoas da classe

⁵ Matéria disponível em: <https://capitalist.com.br/voce-se-considera-classe-media-no-pais-saiba-como-descobrir/>

média no Brasil giram em torno de R\$ 2.284 e R\$ 9.847, considerando que 55% da amostra afirmou ter renda familiar, entre 2 e 4 salários-mínimos, pode-se depreender que sim, a maior parte dos respondentes faz parte da classe média e talvez também por isso, tem dificuldade de afirmar ter sofrido racismo.

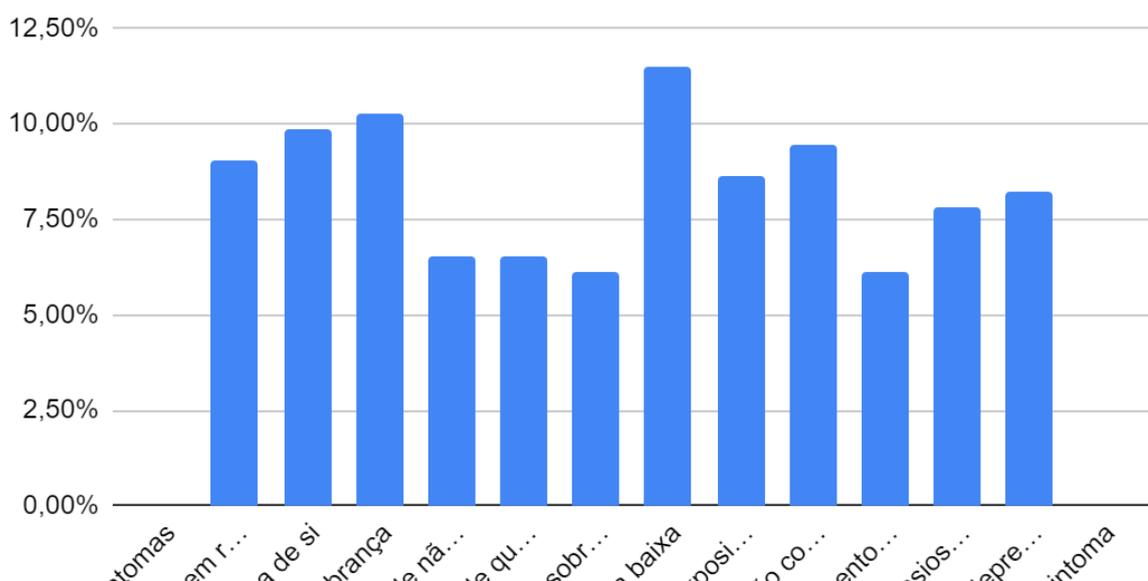
Possíveis relações estabelecidas entre sintomas de adoecimento mental de adolescentes negros que sofreram racismo, bem como a correlação entre os dados pertencentes ao mesmo grupo ou de grupos diferentes das perguntas do formulário de coleta serão discutidas a seguir.

4.2 SAÚDE MENTAL E RACISMO: DESDOBRAMENTOS A PARTIR DE EXPERIÊNCIAS VIVIDAS NA ADOLESCÊNCIA

Considerando o objetivo central do presente trabalho, que é discutir como experiências de racismo vividas na adolescência afetaram a saúde mental de pessoas negras, um dos quesitos do formulário de pesquisa visava captar quais sintomas os respondentes que sofreram racismo apresentam e consideram estar relacionados a esta violência. Dentre as respostas possíveis, cada participante poderia marcar mais de um sintoma.

Desta forma, entre as pessoas da amostra que afirmam ter sofrido racismo, os sintomas que mais se repetiram em número de respostas foram autoestima baixa, autocobrança, vergonha de si e comparação. Tomando como base o número de respostas dadas em relação aos sintomas que as pessoas julgaram serem decorrentes de racismo, pode-se afirmar que 11,48% delas afirmam ter autoestima baixa, 10,25% afirma se auto cobrar, 9,84% tem vergonha de si e 9,43% se compara constantemente com outras pessoas, considera-se ainda que pela possibilidade de múltiplas respostas, os sintomas supracitados, bem como os demais que constam no gráfico abaixo podem ter sido apontados concomitantemente por um mesmo participante.

Gráfico 1 - Sintomas correlacionados ao racismo



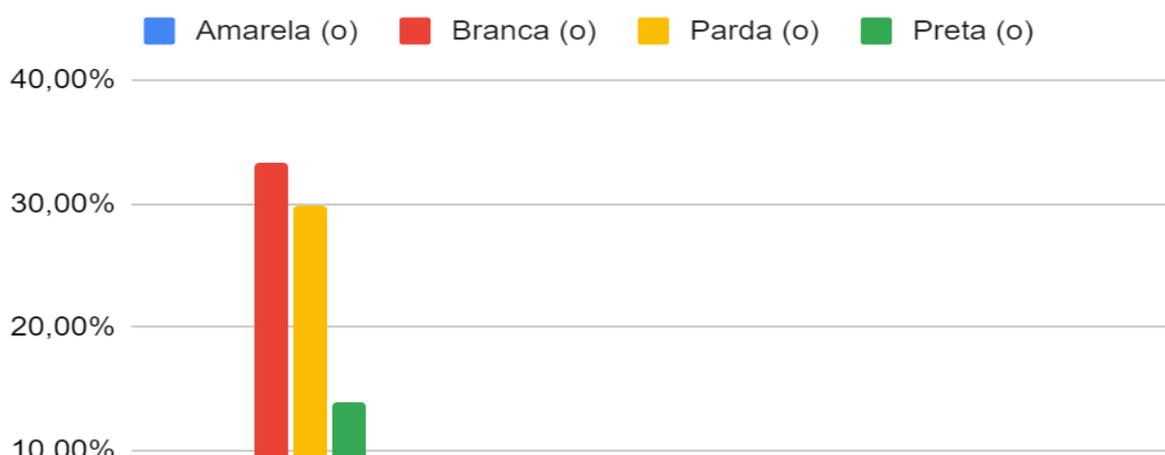
Fonte: Autoria própria - 2023

Tais resultados coadunam com o que foi apresentado nas pesquisas de Souza (1983), Santos *et al* (2021), Bernardo e Tozzato (2022), Oliveira e Azevedo (2022) as quais apontam que o racismo vigente na sociedade afeta, dentre outras coisas, a saúde mental de pessoas negras, causando-lhe sentimentos de não aceitação, não pertencimento, negação de si o que pode colaborar no desencadeamento de transtornos mentais. E se tratando especificamente da adolescência que é o foco maior dessa discussão, cabe questionar de que forma o adolescente negro pode desenvolver uma identidade saudável tendo vergonha de si? Talvez não possa.

Pressupondo a necessidade de componentes interpessoais, intrapessoais e culturais para a formação de uma identidade saudável conforme mencionado anteriormente (Ferreira, 2023), é possível perceber através dos dados coletados que adolescentes negros terão mais dificuldade ao elaborar suas identidades e por que não dizer, ao tentarem se manter saudáveis mentalmente até a vida adulta. Além disso, os próprios sintomas indicados pelos participantes como sendo decorrentes de experiências de racismo sinalizam que adolescentes negros têm mais dificuldade em desenvolver e manter boa saúde mental.

Em uma classificação geral, considerando-se as correlações estabelecidas entre gênero e cor da pele das pessoas que responderam à pesquisa, percebeu-se que mulheres negras (pretas e pardas) compuseram o maior número de respondentes do formulário, o que equivale a 43,75% da amostra, conforme mostra o gráfico abaixo.

Gráfico 2 - Correlações entre gênero e cor da pele



Fonte: Autoria própria - 2023

Desta forma, pode-se inferir que os dados obtidos a partir do levantamento permitem refletir não apenas sobre a saúde mental de adolescentes negros de forma geral, mas também sobre a saúde mental de adolescentes que se tornarão mulheres negras, uma vez que conforme já indicado anteriormente através dos trabalhos de Dias (2022) e Queiroz (2019) respectivamente, mulheres negras constituem uma parcela social dentre a qual mais prevalece o número de transtornos mentais comuns e também correspondem ao grupo sobre o qual o racismo incide mais fortemente tendo em vista que no geral, mulheres são mais cobradas por padrões de beleza.

Sendo assim, é importante pensar que mulheres negras não adoecem mentalmente só quando se tornam adultas, considerando que o adoecimento é um processo, mulheres negras começam a não aceitar seus corpos ainda na infância quando traços de sua aparência são menosprezados em várias situações do cotidiano, esse sofrimento tende a se perpetuar e aumentar na adolescência, gerando danos à saúde mental, de forma específica afetando sua autoestima conforme aponta Queiroz (2019).

Corroborando ainda com essa compreensão e considerando apenas as mulheres negras da amostra que afirmam ter sofrido racismo na adolescência, 71% afirma ter autoestima baixa. Além das opções sugeridas no formulário como sendo sintomas advindos de experiências com o racismo, outras participantes escreveram no campo “outros”: “passei toda a adolescência fazendo modificações no meu cabelo crespo”, “vontade de fazer procedimentos estéticos para mudar meus lábios grossos, meu nariz de bolinha, entre outros”.

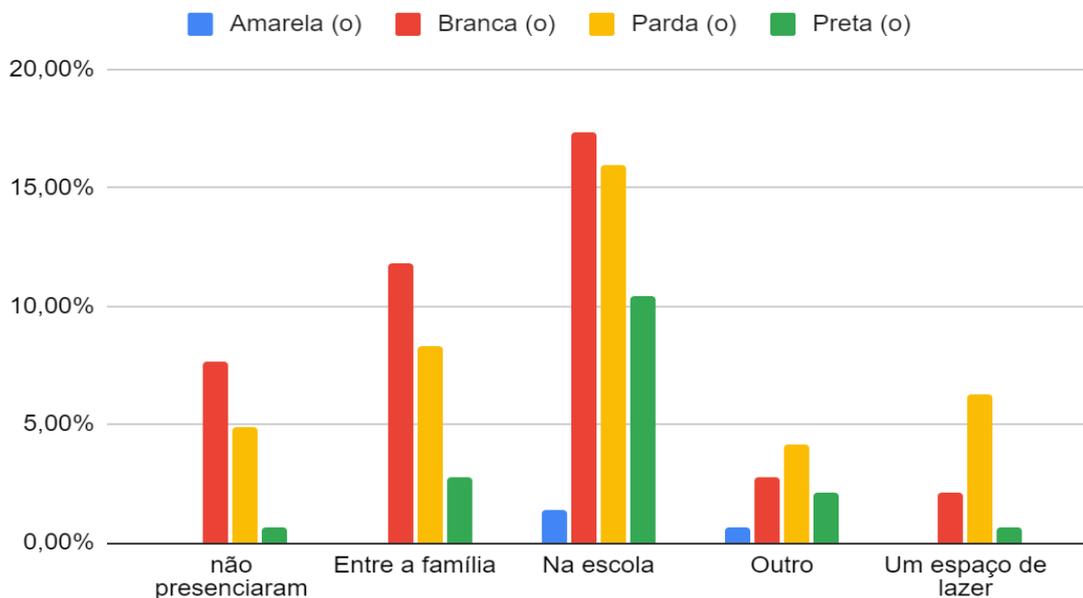
4.3 ESCOLA, RACISMO E SAÚDE MENTAL

Aprofundando os resultados que aproximam racismo, saúde mental e escola, já

mencionados anteriormente. O que pode ser observado a partir dos dados, foi a escola como sendo o espaço onde mais os participantes presenciaram situações de racismo. Entre os respondentes que afirmaram ter presenciado alguma atitude racista durante a adolescência, 52% apontaram a escola como tendo sido o espaço em que isso ocorreu. No gráfico 3 é considerada a correlação entre cor da pele, o ambiente onde presenciou a atitude racista e o percentual de pessoas que afirmam não ter presenciado racismo.

Conforme apresenta-se no gráfico, mesmo quando se considera o recorte de cor da pele, a escola continuou sendo o espaço prevalente em que as pessoas presenciaram atitudes racistas, além disso, observa-se que o número de pessoas que afirmam não ter presenciado racismo é maior entre pessoas brancas. Isso talvez se explique também pelas questões pontuadas anteriormente de que somos um país que tenta negar o racismo, que compreende que o racismo não afeta a vida das pessoas e que somos todos “iguais” (Figueiredo e Grosfoguel, 2009; Sodré, 2023). Considerando que pessoas brancas não sofrem e jamais sofrerão racismo, pode-se inferir que também por isso, pessoas brancas têm mais dificuldade em perceber esse tipo de violência.

Gráfico 3 - Correla o entre cor da pele e ambiente onde presenciou a atitude racista



Fonte: Autoria própria - 2023

Voltando aos números relativos a atitudes racistas no ambiente escolar, tal número é preocupante diante da compreensão que a escola é um espaço importante na vida de adolescentes, inclusive os negros. No Brasil, os adolescentes até 17 anos, precisam obrigatoriamente estar matriculados e frequentando a escola, ou seja, o adolescente negro

precisa ir à escola como os demais, no entanto, este espaço pode representar para ele, maiores probabilidades de desenvolvimento de adoecimento mental.

Embora a escola não seja um ambiente prioritariamente de promoção de saúde mental, é importante que se comece a pensar quais são os caminhos possíveis para garantir aos adolescentes negros espaços de educação menos adoecedores, ainda que escola seja um microcosmo da sociedade, ela não precisa e nem deve aceitar a reprodução de tudo que se faz nesta primeira. Assim também, a escola não deve continuar negligenciando os desdobramentos do racismo frente aos casos de insucesso escolar (Scholz *et al*, 2014) dos adolescentes negros. Abandono e evasão escolar dentre outros problemas, também estão relacionados a recortes étnicos, não se trata de incapacidade intelectual do estudante ou mesmo má vontade de estudar como se diz não raras vezes.

A escola enquanto espaço de formação dos adolescentes deve estar preocupada - dentre tantas coisas – em olhar para os estudantes negros de acordo com as especificidades que vivem e fomentar a partir do seu currículo práticas educativas antirracistas (GONÇALVES *et al*, 2020). E a Psicologia enquanto profissão que também pode ocupar este espaço, deve igualmente agir de forma antirracista promovendo também - mas não apenas - no espaço escolar um fazer que seja crítico e atenda as demandas de saúde mental de adolescentes negros.

Os dados colhidos sobre racismo contra adolescentes na escola, podem ser analisados também como uma porta para mudanças, porque quando a escola cumpre sua função social dentro do que se considera adequado, ela pode fomentar a mudança de pensamento e atitude das pessoas racistas. Por enquanto, parece que não têm sido assim, no entanto, é preciso continuar apostando que a “[...] educação vai ser o solo fértil para o amor próprio dos negros e das negras, o orgulho de si, de sua família, de seu povo [...]” (SANTOS, 2017, p.164) e mais que isso, a escola também precisa ser o lugar onde os adolescentes não negros devem aprender a respeitar diversidades, inclusive étnicas, afinal, o racismo não foi inventado pela população negra.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando as discussões apresentadas, o presente trabalho buscou descrever como experiências de racismo vividas na adolescência, afetaram a saúde mental de pessoas negras. Buscou-se tal descrição através dos dados da amostra que apresentaram o fato de que entre as pessoas negras que sofreram racismo na adolescência, os principais sintomas apontados como estando relacionados a este tipo de violência são a autoestima baixa, autocobrança, vergonha de si e comparação constante com outras pessoas.

Ademais, foi também possível perceber entre as pessoas que afirmaram terem presenciado alguma atitude racista durante a adolescência, que tal atitude transcorreu na maioria das vezes, no ambiente escolar. Tal dado é de grande relevância quando se considera a escola como sendo um espaço no qual adolescentes tendem a permanecer muitas horas durante toda essa fase do desenvolvimento e por ser a escola um ambiente de formação de opinião e formação até mesmo de identidades.

Espera-se que os achados da pesquisa possam ser mais uma contribuição da Psicologia em relação aos cuidados em saúde mental da população negra, de modo especial a saúde mental de adolescentes negros. Que sejam também, mais um alerta a comunidade acadêmica na área da saúde sobre a necessidade de produzir pesquisa que contemple essa população que geralmente é esquecida e silenciada neste espaço. No entanto, mais da qualquer outra coisa, deseja-se que este trabalho colabore com a construção de uma sociedade em que adolescentes negros não tenham vergonha de serem quem são e como são, onde a cor de sua pele não os impeça de serem sujeitos de direito.

No entanto, cabe dizer também que produzir pesquisa sobre a saúde mental de adolescentes negros no Brasil, ainda é um grande desafio tendo em vista a escassez de literatura que embase especificamente o recorte com adolescentes, outro desafio, foi o acesso direto aos adolescentes, também por isso, foram coletados dados com adultos sobre experiências de racismo na adolescência.

Para resultados mais específicos, pesquisas futuras podem ser realizadas diretamente com adolescentes sobre experiências de racismo, ou mesmo, em outros ambientes onde haja maior número de pessoas negras, tanto em relação à vivência de racismo na adolescência quanto também a quantificação de dados sobre ela. Além disso, pode-se também replicar o objetivo dessa pesquisa a partir de entrevistas diretas com jovens emergentes sobre suas vivências de racismo na adolescência.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, S. L. **O que é racismo estrutural?** Belo Horizonte: Letramento, 2018.

ARAÚJO, D. S; SOARES, M. Z. S. Dores, Medos e Abandonos: As Implicações do Racismo na Saúde Mental de Pessoas Pretas. **Rev. FSA**, Teresina, v. 20, n. 5, art. 11, p. 236-257, mai. 2023.

ALVES, G.M. **A construção da identidade do adolescente e a influência dos rótulos na mesma.** Criciúma, 2008. 50 p. Monografia (Bacharelado em Psicologia) -

Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC. Disponível em: <http://newpsi.bvs-psi.org.br/tcc/GabrielaMacileAlves.pdf> Acesso em: 01 de out. 2023.

BARATA, R. B. **Como e por que as desigualdades sociais fazem mal à saúde** [livro eletrônico]. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2009.

BERGER, K. S. **O desenvolvimento da pessoa: do nascimento à terceira idade**. 9. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2017.

BERNARDO, L. D. ., & TOZZATO, A. . (2022). Racismo e saúde mental da população negra no Brasil: notas para uma Psicologia contemporânea. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 8(12), 436–459. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v8i12.7990> Acesso em: 27 de set.2023.

BRASIL. Secretaria de políticas de promoção da igualdade racial. Racismo como determinante social de saúde. **Secretaria de Políticas de Ações Afirmativas**. Brasília, DF, 2011. Disponível em: https://fpabramo.org.br/CSBH/wp-content/uploads/sites/3/2020/11/DOC_0013-2.pdf Acesso em: 05 de jan.2023.

CALAIS, S. L. Delineamento de levantamento ou survey. In: BAPTISTA, Makilim Nunes; CAMPOS, Dinael Corrêa de. **Metodologias de pesquisa em ciências: análises quantitativa e qualitativa**. Rio de Janeiro: LTC, 2018. cap. 9.

CARDOSO, M.R.G. OLIVEIRA, G.S. GHELLI, K.G.M. Análise de conteúdo: uma metodologia de pesquisa qualitativa. **Cadernos da Fucamp**, v.20, n.43, p.98-111, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2347> Acesso em: 17 de ago.2023.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Relações raciais: Referências técnicas para a atuação de psicólogos/os**. Brasília: CFP, 2017. 147p. ISBN: 9788589208673.

CHARDÉE, A. GALÁN, Jocelyn I. MEZA, Ty A. RIDENOUR, Daniel S. Shaw. **Racial Discrimination Experienced by Black Parents: Enduring Mental Health Consequences for Adolescent Youth**. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, Volume 61, Issue 10,2022,Pages 1251-1261,ISSN 0890-8567. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2022.04.015>. Acesso em: 22 de nov.2022.

DIAS, F. M. R. **As consequências do racismo e sexismo à saúde psíquica das mulheres negras no contexto brasileiro**. Maceió, 2022. 74 p. Monografia (Bacharelado em Serviço Social) - Universidade Federal de Alagoas - UFAL. Disponível em: <https://www.repositorio.ufal.br/bitstream/123456789/9691/1/As%20Consequ%C3%Aancias%20do%20Racismo%20e%20do%20Sexismo%20%C3%A0%20Sa%C3%BAde%20Ps%C3%ADquica%20das%20Mulheres%20Negras%20no%20Contexto%20Brasileiro.pdf> Acesso em: 01 de out. 2023.

FERREIRA, R. P. L. **Trajetórias de adolescentes negros e periféricos da cidade do Recife e o cuidado em saúde mental**. 2020. 136f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Pernambuco, Recife, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/39049> Acesso em: 23 de ago.2022.

GAINO, L. V; SOUZA, J. de; CIRINEU, T. C; TULIMOSKY, T. D. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **Smad**, São Paulo, abr – jun. 2018. ISSN 1806-6976. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/149449> . Acesso em: 22 ago.2021

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2018.

GONÇALVES, W.; COELHO, D. C.; VIEIRA, A. S.; SILVA, P. C. D.; FILIPE, A. R.T. M.; SHITSUKA, R. Danos causados pelo racismo por meio de termos linguísticos na saúde mental da população negra e a importância da psicologia preta para esse público: uma educação para as escolas. **Revista de Casos e Consultoria**, v. 11, n. 1, p. e 11125, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/22407/13452> Acesso em : 12 de out. de 2021.

GONZÁLEZ REY, F. L. **Pesquisa qualitativa em psicologia: caminhos e desafios**. 1ª ed. São Paulo: Cengage Learning, 2011.

GOMES, M. M. Africanidade: contemporaneidade, cultura e educação. **Revista Educação Pública**, v. 19, nº 28, 5 de novembro de 2019. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/19/28/africanidade-contemporaneidade-cultura-e-educacao> Acesso em: 30 de jan.2023.

GOUVEIA, M. & ZANELLO, V. (2018). Saúde mental e racismo contra negros: Produção bibliográfica brasileira dos últimos quinze anos. **Psicologia: Ciência e Profissão** 38(3), 450-464. <https://doi.org/10.1590/1982-37030003262017> Acesso em: 10 de jan.2023.

GUERRA, E.L.A. Manual de pesquisa qualitativa. Belo Horizonte:Anima, 2014. E-book. Disponível em: <https://docente.ifsc.edu.br/luciane.oliveira/MaterialDidatico/P%C3%B3s%20Gest%C3%A3o%20Escolar/Legisla%C3%A7%C3%A3o%20e%20Pol%C3%ADticas%20P%C3%BAblicas/Manual%20de%20Pesquisa%20Qualitativa.pdf> Acesso em:30 de jan.2023.

LAPOLLI, E. PARANHOS, W. WILLERDING, I. **Diversidades: O bê-á-bá para a compreensão das diferenças**. 1ª Edição. Florianópolis: Pandion, 2022. [Livro eletrônico]

MACHADO, B. Descubra agora a qual classe social você pertence de forma simples. **Site Capitalist**, 2023. Disponível em: <https://capitalist.com.br/voce-se-considera-classe-media-no-pais-saiba-como-descobrir/> Acesso em 17. de nov.2023.

MORAES, F. **No país do racismo institucional : dez anos de ações do GT Racismo no MPPE** / Coordenação Assessoria Ministerial de Comunicação Social do MPPE, Grupo de Trabalho sobre Discriminação Racial do MPPE - GT Racismo. Recife: Procuradoria Geral de Justiça, 2013.

OLIVEIRA, L.D; AZEVEDO, C.F. **Impactos do Racismo Institucional na saúde dos adolescentes negros assistidos em unidades de saúde da família de Salvador e Região metropolitana: relato de experiência**. Universidade Federal do Recôncavo Baiano – UFRB, 2022. Disponível em: <https://www.ufrb.edu.br/seer/article/view> Acesso em: 17 de maio.2023.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R.D. **Desenvolvimento Humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

QUEIROZ, R. C. S. Os efeitos do racismo na autoestima da mulher negra. **Cad. Gên. Tecnol.**, v. 12, n. 40, p. 213-229, jul.dez. 2019. Disponível em: . Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/cgt> Acesso em: 09 de out.2023.

RIBEIRO, D. **Pequeno Manual antirracista**. 1º.ed. São Paulo: Companhia das letras, 2019.

ROUQUAYROL, M. Z. **Epidemiologia & saúde**. 7 ed. São Paulo: Médica e Científica, 2014.

SANTOS, F.E.S; FERREIRA, F.S; SOUSA, G.C de M; ROSA, G.A. **Os impactos psicossociais do racismo na juventude negra**. 2021. 17 f. Monografia (Psicologia). Centro Universitário UNA, Belo Horizonte, 2021.

SANTOS, A.O. A educação e a saúde mental da população negra. **Ensino, Saúde e Ambiente**, Rio de Janeiro, v.10 (3), p. 159-170, dez.2017. ISSN:1983-7011. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/ensinosaudeambiente/article/view/21275/12747> Acesso em: 12 de out. de 2021.

SAWAIA, B. **Sofrimento ético-político**. In: SAWAIA, B. (Org.) *As Artimanhas da Exclusão*. Petrópolis, Vozes, 1999, p. 97-118.

SILVA, L. M. N. da. **Desigualdade racial no Brasil: a reiteração do racismo estrutural na sociedade brasileira**. 2020. 90 folhas. Monografia (Graduação em Serviço Social) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/17723/1/TCC%20LARISSA%20MARISSA%20DO%20NASCIMENTO%20DA%20SILVA.pdf> Acesso em: 30 de jan. 2023.

SILVA, M. A. B. da; OLIVEIRA, I. F. de (2021). A relação entre racismo, saúde e saúde mental: Psicologia e educação antirracista. **Quaderns de Psicologia**, 23(3), e1753. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1753>

SILVA, M. L. da. **Racismo e os efeitos na saúde mental**. In. Batista, Luís Eduardo; Kalckmann, Suzana. *Seminário Saúde da População Negra Estado de São Paulo 2004*. São Paulo, Instituto de Saúde, 2005. p.129-132. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-415013> Acesso em: 09 de jan.2022.

SILVEIRA, D. A. F. J. (2022). O debate sobre o racismo reverso: a negação do conceito pelo viés histórico-social. **Revista Em Favor De Igualdade Racial**, 5(02), 43–54. Disponível em: <https://doi.org/10.29327/269579.5.2-5> Acesso em: 13 de out.2023.

SODRÉ, M. **O fascismo da cor: uma radiografia do racismo nacional**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2023.

SOUZA, N. S. **Tornar-se negro: as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social**. 1.ed. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1983.

SCHOEN-FERREIRA, T. H., AZNAR-FARIAS, M., & SILVARES, E. F. de M.. (2003). A construção da identidade em adolescentes: um estudo exploratório. **Estudos De Psicologia (natal)**, 8(1), 107–115. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2003000100012>
Acesso em: 01 de nov.2023.

SCHOLZ, D. C. S.; SILVEIRA, M. I. C. M.; SILVEIRA, P. R. As práticas racistas no espaço escolar: a influência na saúde mental das crianças negras. **Identidade! São Leopoldo**, v. 19, n 2, p. 61-74, jul-dez 2014. ISSN: 2178-0437x. Disponível em: <http://www.est.com.br/periodicos/index.php/identidade/article/view/2339/2309> . Acesso em: 12 de out. de 2021.

VIANA, A. G. M; MELO, R. D. G; SCADUTO, R. N. T. O papel da educação na desconstrução do racismo. **CONEDU - VII Congresso Nacional da Educação**, Máceio - AL, 2020. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD1_SA6_ID6284_31082020224714.pdf . Acesso em: 25 de ago. 2022.

ZAPOLSKI TCB, YU T, BRODY GH, BANKS DE, BARTON AW. **Why now? Examining antecedents for substance use initiation among African American adolescents**. Dev Psychopathol. 2020 May;32(2):719-734.
doi:10.1017/S0954579419000713. PMID: 31452473; PMCID: PMC7044022.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7044022/> Acesso em: 22 de nov.2022.