

O negro e o racismo no Brasil: Ênfase nas consequências psicológicas

Black and racism in Brazil: Emphasis on psychological consequences

Deusyene Cortes Pantoja¹, Enmilly Carvalho Rodrigues², Diego Saimon de Souza Abrantes^{3*}

¹ Acadêmica de Psicologia, Instituto Macapaense do Melhor Ensino Superior. Macapá-AP Brasil. E-mail: mirandadeusyene@gmail.com

² Acadêmica de Psicologia, Instituto Macapaense do Melhor Ensino Superior. Macapá-AP Brasil. E-mail: enmillycarvalho5527@gmail.com

³ Psicólogo/coach, Professor Mestre no Instituto Macapaense do Melhor Ensino Superior. Macapá-AP Brasil. E-mail: diego_saimon@hotmail.com *Autor para correspondência

Palavras-chave

Negros
Preconceito
Desigualdade

Na história, muitos teóricos e cientistas abordam o negro no Brasil como a população que mais sofre com elevada taxa de analfabetismo, baixos salários e suicídio, fato corroborado pelo IBGE (2018). Pensando nisso, este estudo objetivou investigar o racismo contra o negro na história do Brasil, visando compreender suas consequências psíquicas inerentes. Os métodos bibliográfico e histórico auxiliaram na investigação de conteúdos e na compreensão dos fenômenos presentes através da investigação de fatos passados, como a construção da sociedade brasileira e a produção de adoecimentos psíquicos resultantes da epigênese do racismo. A coleta de dados fundamentou-se na análise de conteúdo, em cinco etapas: Preparação, que auxiliou na identificação dos conteúdos sobre racismo e população negra; Unitarização, que facilitou a leitura dos materiais coletados; Categorização, reunindo-se livros e artigos científicos sobre a temática; Descrição, em que o racismo foi analisado e descrito; Interpretação, em que se tornou possível relacionar o fenômeno racismo, construção histórica do Brasil e consequências psíquicas. Constatou-se, através dos registros históricos e estudos de saúde realizados em épocas distintas, que os negros que sofrem discriminação tornam-se suscetíveis psicologicamente a desenvolverem, mais comumente: ansiedade, ataques de pânico, baixa autoestima, depressão, comprometimento/crises de identidade e distorção do autoconceito.

Keywords

Blacks
Preconception
Inequality

In history, many theorists and scientists treat black people in Brazil as the population that most suffers from illiteracy, low wages and suicide, corroborated by the IBGE (2018). With this in mind, this study aimed to investigate racism against the black people in the history of Brazil, aiming to understand its inherent psychic consequences. The bibliographical and historical methods helped in the investigation of contents and the understanding of the present phenomena through the investigation of past facts, such as the construction of Brazilian society and the production of psychic illnesses resulting from the epigenesis of racism. Data collection was based on content analysis, in five steps: Preparation, which helped in identifying the content on racism and black population; Unitarization, which facilitated the reading of the collected materials; Categorization, gathering books, articles and magazines on the subject; Description, in which racism was analyzed and described; Interpretation, in which it became possible to relate the phenomenon racism, historical construction of Brazil and psychic consequences. It has been found from historical records and health studies conducted at different times that blacks who suffer discrimination become psychically susceptible to develop, most commonly: anxiety, panic attacks, low self-esteem, depression, impairment / identity crises and distortion of self-concept.

INTRODUÇÃO

O racismo é um assunto que vem sendo argumentado em diversas áreas do conhecimento, no entanto a violência contra a população negra no Brasil ainda é muito recorrente. De acordo com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF, 2018), a criança e o adolescente negro no Brasil é a que mais sofre com privações de direitos (58,3%, enquanto os brancos têm a taxa de 38%). Com relação ao acesso a educação, estimam-se 545 mil negros (as) analfabetos, sendo os brancos 207 mil. Na questão do trabalho, o Instituto

Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018) aponta que o negro recebe aproximadamente R\$1,2 mil a menos que os brancos. O mesmo texto demonstra que no Brasil, o racismo encontra-se “velado”. É sabido que esse contexto, fora àqueles que ainda não foram citados, podem vir a ser fator importante para o desenvolvimento de transtornos mentais na população negra. O Ministério da Saúde (BRASIL, 2018), por exemplo, aponta que o índice de suicídio entre jovens negros cresceu 12% e já é 45% maior que dos brancos.

Segundo Bento e Carone (2007), o racismo pode ser comparado a um iceberg, onde na ponta se encontra tudo

aquilo que pode ser analisado, enquanto o que está submerso são questões implícitas. Elas envolvem a história, política, antropologia e sociologia, tudo aquilo que exige estudo, pesquisa e lutas para a sua desconstrução.

Com base nessas informações, este estudo se preocupou em analisar os fatos em torno do racismo a partir da construção socio histórica dela, para que assim as questões acerca desta violência fossem compreendidas e trabalhadas a partir de um olhar da Psicologia. Desta maneira, a pesquisa se qualificou em um estudo histórico e bibliográfico, tendo como método de coleta de dados a análise de conteúdo de Moraes (1999). Partiu-se do pressuposto de que o racismo, por ser uma violência específica e por afetar um povo em específico, necessitava do olhar da ciência psicológica mais enfatizada.

Focado na perspectiva histórica do Brasil, com o intuito de conseguir constatações que exemplificassem, comprovassem e explicassem que o racismo afeta as vítimas além do sofrimento social, evidenciando possíveis transtornos psíquicos que o mesmo é capaz de ocasionar, descobriu-se que ansiedade, ataques de pânico, baixo autoestima, depressão, crises de identidade e distorção de autoconceito representam uma sintomatologia psicológica comum entre as vítimas de discriminação racial.

População negra no Brasil

Para compreender sobre o preconceito racial no Brasil é necessário que se esclareça como se constituiu a sociedade brasileira. De acordo com Pinto e Ferreira (2014), o advento da expansão marítima europeia, em meados do século XV, trouxe a necessidade de se possuir mais mão-de-obra, em decorrência de que o Brasil transitava por um processo de povoação e exploração de suas terras por Portugal. Diante deste fato, os europeus viram nos negros, a solução, a mão-de-obra escrava, em que inúmeros negros de ambos os sexos, foram “importados” do continente africano para o Brasil, pois aqui, os escravos eram classificados como mercadoria, sendo o principal recurso do sistema monetário.

De acordo com Pinsky (2010), antes de suceder a escravidão negra, houve um período em que os índios serviam com sua força de trabalho. A priori havia uma boa harmonia, e comunicação com os portugueses, tendo em vista que os mesmos negociavam objetos em troca de suas matérias-primas, o escambo, entretanto chegou um momento em que os indígenas não se sentiam mais satisfeitos e nem enxergavam mais a necessidade de desempenhar trocas de pertences, pois os mesmos já tinham saciado suas curiosidades.

Após este ocorrido, os europeus voltaram-se para a escravização desses povos. Ao longo do tempo surgiram diversas indagações a respeito de porquê os portugueses

optarem em adquirir negros também se já tinham índios, porém a probabilidade de exterminação dos indígenas era suscetível de acontecer em decorrência da excessiva exploração de suas forças e o quantitativo deles não ser suficiente. Além disso, os indígenas eram considerados preguiçosos e fracos. Como eles eram indivíduos livres e não tinham preocupação em desempenhar tarefas obrigatoriamente, os mesmos adquiriram a proteção dos jesuítas que tinham intuito de convertê-los à fé católica. Esses mesmos jesuítas, ao lado do governo, apoiavam indiretamente os comerciantes de escravos, devido as relações comerciais estarem cobertas de dívidas (CEREZO, 2007).

Pinsky (2010) afirma que os homens negros eram trazidos para desempenhar o papel de força de trabalho coercitivo nos engenhos de açúcar, onde plantavam, colhiam e desempenhavam outras tarefas, enquanto as mulheres eram direcionadas para a casa-grande, lugar em que eram sujeitas a se responsabilizarem pela faxina e cozinha. Em casos de desobediência ao senhor de engenho, severas punições eram realizadas aos escravos, sem distinção de sexo, como as chibatadas no tronco de árvore.

Somente em 1888, a escravidão foi abolida, com a assinatura da lei Áurea pela princesa da corte, na época, Isabel. Pinto e Ferreira (2014) destacam que o último país a abolir a escravidão foi o Brasil. Após este grande progresso, abriu-se lacuna para o início do trabalho livre e assalariado. Todavia, no começo do século XX, os brasileiros foram severamente instigados por visões racistas que eram transportadas da Europa. Tais teorias consideravam a inferioridade dos negros e a superioridade dos brancos apenas por questões raciais, e deste modo o racismo prevaleceu, mesmo a escravidão tendo sido abolida. Práticas discriminatórias atuais remontam sua perpetuação à essa época.

Sabe-se que esse ideal europeu foi tão imponente no século XX, que Hitler fez uma nação destruir os seus e tantas outras porque sua pretensa raça branca ariana, era a verdadeira raça pura. Mesmo esses acontecimentos sendo centrados na Alemanha e suas zonas de influência, ideais como esse na Europa não eram surpresas. Os primeiros colonizadores mercantes, todos europeus, entendiam em seu avanço que outros povos, os descobertos, não eram apenas diferentes, mas menos importantes, inferiores em inteligência, desenvolvimento social e espiritualidade (CEREZO, 2007). O brasileiro carrega esse resquício, vindo de uma colônia de exploração, isto é, como colônia, já se era inferior ao branco europeu, e existia dentro desse nicho um subgrupo ainda mais inferior, os escravos, negros.

Racismo no Brasil

Segundo Guimarães (1999), no Brasil, o conceito “raça” é apenas utilizado pelas ciências sociais ou em movimentos sociais em que militam os que se sentem discriminados ou inferiorizados por sua cor. Isso porque a biologia não acredita na existência de raças humanas, e sim que classificação de raças é o que produz as desigualdades entre grupos humanos. Isto é, para a Biologia, raça humana é *homo sapiens* e ponto final.

Logo, se é negada a existência de raça, onde fica o lugar do sofrimento daqueles que sofrem ou sofreram discriminações devido sua cor de pele? Guimarães (1999) diz que há muitos sociólogos que consideram o conceito de raça como algo carregado de ideologia, o que o faz substituírem o conceito por etnia, que acaba por dificultar análises sobre a questão e assim, medidas para resolvê-las. Sabe-se então que o Brasil é um país que tem muito a dizer quando o assunto é raça e racismo.

Schwarcz (2001) revela que a partir do século XIX, a tese da inferioridade do Brasil e seus homens se firmaram, surgindo então as discussões sobre raça antes mesmo da existência do termo. Com isso, não demoraria para surgir aqueles que ficaram conhecidos como os teóricos Darwinistas. Respaldados pela biologia e outras ciências, afim de solucionar o problema da imagem suja que a América carregava, transformaram o Brasil em um laboratório racial, com a promessa de exterminá-lo como a raça que tinha trazido vergonha para o continente.

Os estudos dos filósofos, de acordo com Schwarcz (2001), partiam do pressuposto de que o cruzamento das três raças que habitavam os solos brasileiros (índio, negro e europeu) levaria ao aperfeiçoamento do povo, onde a raça portuguesa serviria como uma raça purificadora. Entretanto, o Brasil acabou por ficar conhecido como o país da miscigenação, o povo de múltiplas cores. E aqueles que foram o resultado de uma experiência forçada (o já falado cruzamento de raças), passaram a carregar o fardo da culpa pelo atraso do país.

Gates Jr (2011) menciona que após a tentativa fracassada de branquear o Brasil, e o peso que o mestiço carregava de ser a vergonha da nação, Gilberto Freyre e outros artistas surgem como uma tentativa de reverter a situação e colocar o mestiço como o orgulho da nação. É inegável os impactos das obras de Gilberto Freyre, com seus escritos e pinturas, como a reconhecida obra literária *Casa Grande & Senzala* (1933), que junto com outros artistas transformou a ideia de um Brasil configurado como um laboratório racial a um Brasil de harmonia, com misturas de raças e cores sem nenhuma mudança real. Apesar disso, o negro e o mestiço ainda ocupavam um lugar de inferioridade e desigualdade racial e social. Isso reverbera ainda hoje, pois mesmo assalariado, ele

recebe R\$1,2 mil reais a menos que o trabalhador branco (IBGE, 2018).

METODOLOGIA

Para elaboração do artigo, foram utilizados os métodos de pesquisa bibliográfica e pesquisa histórica. Bibliográfica, pois os dados são constituídos de materiais já elaborados, especialmente artigos científicos e livros (GIL, 2002). Histórica, pois conforme Almeida Filho (2016), investigou-se fatos passados distantes no tempo como auxílio na compreensão dos fenômenos contemporâneos.

No processo de execução da pesquisa, utilizou-se os métodos descritivo e explicativo, pois descreve-se os acontecimentos históricos que reverberam atualmente a prática do racismo, tentando-se explicar as razões de sua existência e compreender as consequências psíquicas disso. Desta maneira, o trabalho se fundamentou, também, em um estudo qualitativo, pois o mesmo não se preocupou com questões numéricas, mas sim, com o aprofundamento da compreensão do fenômeno racismo e as consequências psicológicas (GERHARDT; SILVEIRA, 2009).

Os artigos científicos analisados foram colhidos das plataformas digitais: Portal Scielo e Pepsic. Tanto eles quanto os livros tinham que trazer como tema “raça e racismo no Brasil”, podendo apresentar um dos seguintes indicadores: negro; racismo; raça; desigualdade social. Não se estipulou periodicidade das obras consultadas, pois a pesquisa histórica exige que se use dados de várias épocas possíveis e dado o foco na realidade brasileira, utilizou-se apenas obras nacionais.

Os conteúdos foram analisados a partir do método de pesquisa Análise de Conteúdo, que segundo Moraes (1999), consiste em descrever e interpretar todos os tipos de dados e documentos textuais. O método se divide em cinco etapas. No primeiro passo, tratou-se da Preparação das informações, onde vários conteúdos sobre raça e racismo no Brasil foram devidamente separados para análise. No segundo passo, Unitarização, foi realizada uma leitura cuidadosa para a definição da unidade de análise. No terceiro, Categorização, houve a união de materiais semelhantes sobre a temática e exclusão de materiais não coniventes com a pesquisa. Os materiais analisados dividiram-se em: população negra no Brasil, racismo no Brasil e consequências psicológicas do racismo. No quarto passo, Descrição, identificou-se as mensagens captadas nos materiais analisados para então, no quinto e último passo, Interpretação, compreender-se qualitativamente os conteúdos encontrados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um dos primeiros pontos a serem discutidos antes de voltar-se para o adoecimento mental da população negra no Brasil é a construção de sua identidade. Para isso, vale lembrar (caso já tenha lido ou ouvido) um dos vários contos infantis publicados no Brasil em 1912.

O conto tem como título *A princesa negrinha*, que narrado por Novais (2004), traz a estória de uma família da realeza, que almejava ter um herdeiro após tantos anos de matrimônio. O conto diz que como forma de recompensa pela bondade do casal, uma fada madrinha resolve realizar um desejo, em que a rainha, comovida, declara sua vontade em ter uma filha, ainda que a mesma fosse negra como a noite.

Atendendo ao pedido de forma literal, nasce uma menina negra. A cor da menina surpreendeu não só a rainha, que outrora havia usado apenas uma metáfora, como também o vilarejo inteiro, fazendo com que a fada madrinha não visse outra saída a não ser fazer a promessa de que se a menina permanecesse no castelo até os dezesseis anos, teria sua cor alterada, como desejava os pais e o vilarejo. Porém, se a menina desobedecesse, seu futuro seria tão negro quanto a cor da sua pele.

Dessa maneira, a princesa recebeu o nome de Rosa Negra, e cresceu sendo descrita por seus serviçais como “a terrivelmente preta, mas imensamente bela”. Certo dia, Rosa Negra foi tentada por uma serpente, e sem conhecer a promessa de seus pais, saiu do palácio. Realizou-se então o que a fada dissera, Rosa Negra conhece dor, sofrimento, traição, pobreza e preconceito, em suma, o racismo. Sendo rejeitada por todos, ela não viu outra saída a não ser casar com Urubacatu, conhecido como “o animal mais asqueroso que existe sobre a terra”, não tão asqueroso como o seu tom de pele.

Na noite de núpcias, enquanto Rosa Negra lamentava-se com o enredo triste de sua vida, surpreendeu-se com o entrelaçar de luzes sob sua pele negra e de seu esposo, que foi transformando cada traço em pele branca e bela. Agora os recém-casados finalmente (somente agora) poderiam ser felizes para sempre.

Um dos pontos bastante interessantes do conto narrado por Novais (2004) é de que apesar de Rosa Negra ser de família nobre, sua cor não a tornava imune aos preconceitos e estigmas dos pais e serviçais de seu próprio castelo. Outro fato bastante interessante é que o personagem Urubacatu é uma menção aos aborígenes, o que transmite a mensagem de que ser índio é ruim, mas não tão ruim quanto ser negro.

Vale lembrar que a história termina com a transformação da pele de ambos os personagens considerados feios, para que então, eles alcancem o final feliz de todo conto de fadas,

o que leva a reflexão sobre o ideal de belo e felicidade, alcançado a partir de uma identidade branca. Ressalta-se que o conto fez parte de uma coleção de estórias infantis de 1912. Quantas vezes essa estória não foi lida para crianças, contada por adultos, recitadas em rodas de conversa ao longo desse mais de um século?

Bento (2007) revela que no Brasil a ideia de branqueamento é considerada como do imaginário do negro, em que o mesmo se vitima e tenta identificar-se com o branco. Porém, o conto da “princesa negrinha” aponta para outra realidade, onde o branco, a todo custo, preocupou-se em arrancar do negro sua própria identidade.

Segundo Fernandes e Souza (2016), a identidade é construída a partir do diálogo e da interação com o outro. Porém, o racismo dificulta tal interação, visto que o mesmo coloca negros e brancos em lugares opostos. Imagine duas crianças ouvindo o conto narrado por Novais (2004), uma é branca e a outra é negra, não é difícil compreender o racismo e a produção de adoecimento psíquico a partir dessa lógica. Enquanto um é exaltado e elevado, o outro é inferiorizado e atribuído à maldade.

Bento e Carone (2007) vêm falar a respeito do lugar de inferioridade que o negro ocupa dentro da sociedade brasileira, e como esse lugar produz baixa autoestima e adoecimento mental. Segundo as autoras, a ideia de superioridade foi criada e mantida pelos brancos da elite do país durante muito tempo, o que originou a ideia de padrão, de referência, conforme construção histórica e social discutida anteriormente, onde o branco foi colocado como modelo, alvo de inveja entre negros e mestiços. Isso vem enaltecer a autoestima dos brancos enquanto adoecem os negros, fortalecendo o sentimento de culpa pela busca de um padrão identitário inalcançável.

Para o Conselho Federal de Psicologia (2017), os brancos são vistos como detentores da beleza, ocupam os lugares de destaques, possuem condições financeiras comparavelmente melhores, enquanto o negro visivelmente possui condições inferiores, é visto como o marginal, pobre e sofre discriminações constantemente no seu dia a dia. O homem negro é discriminado e marginalizado, a mulher negra é vista como um objeto de consumo sexual e tais estereótipos que foram criados ao longo do tempo acarretam uma gama de sofrimentos psíquicos.

Na perspectiva de Santos (2018, p. 150):

O racismo é um dos principais fatores das injustiças sociais provocadas na sociedade brasileira, acionando assim, as desigualdades sociais do Brasil. Metade da população brasileira é negra e a maior parte dela é pobre. As inaceitáveis distâncias que

ainda separam negros de brancos, em pleno século XXI, são visíveis nas relações diárias e se refletem nos acessos desiguais a bens e serviços, ao mercado de trabalho, ao ensino superior bem como ao gozo de direitos civis, sociais e econômicos.

Deste modo, Santos (2018) declara que se faz necessário que surjam mais interesses voltados às questões do racismo e as consequências psíquicas que este tipo de violência pode acarretar, pois apesar do Brasil ter em sua população um maior quantitativo de negros e pardos, ainda há poucos materiais que abordem a respeito de questões como os possíveis transtornos mentais que tal violência pode provocar, levando em consideração que é fato que o racismo no Brasil é algo real e presente, e torna-se viável intervenções com as vítimas com o intuito de amenizar os danos psicológicos ocasionados nesses indivíduos decorrentes da discriminação.

Desta maneira, constata-se que a internalização de pensamentos negativos coopera para o surgimento de sentimentos inferiores, afinal os negros e pardos vivem rodeados com discriminações desde a infância. Isso os leva a não criar tantas perspectivas futuras, encontrando-se favoráveis a desenvolverem dificuldades de relações interpessoais, sendo então considerados introspectivos, desenvolvendo também transtornos de pensamentos e de comportamentos.

O Conselho Federal de Psicologia (2017) enfatiza também que há uma enorme necessidade de haver debates e discussões sobre o racismo, porém não com intuito de desmerecer o sofrimento dos indivíduos brancos que obviamente também sofrem, mas sim, ressaltar consequências de sofrimentos históricos e específicos de uma determinada população que são propiciados devido aos constantes ataques racistas. Tendo em vista que o racismo por si só, é um dos principais causadores das desigualdades existentes no Brasil, é impossível anular as violências físicas, sexuais e psíquicas que o mesmo impõe aos indivíduos.

Damasceno e Zanello (2018) apresentam a existência de alguns estudos que detectaram uma variedade de efeitos psíquicos que o racismo pode desencadear, como o estresse ocorrido pela discriminação racial. Isso pode contribuir no comprometimento da saúde mental das vítimas, ocasionando dano por estresse pós-traumático.

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM5, 2014) apresenta que o estresse pós-traumático é capaz de manifestar nos indivíduos mudanças em seus comportamentos, como por exemplo, se tornar uma pessoa com comportamentos agressivos, sendo facilmente irritável. Importante frisar que eles possuem dificuldades em manter relações interpessoais o que pode comprometer tanto

sua vida profissional quanto pessoal, tendo em consideração que o transtorno pode acontecer em todas as idades.

Para frisar mais o que vem sendo discutido, Silva (2005 apud DAMASCENO; ZANELLO, 2018), salienta que a população negra, pela convivência com diversas desigualdades sociais, é exposta a vários sofrimentos psicológicos, passando a conviverem assim com sintomas psicológicos e físicos, como taquicardia, hipertensão arterial, úlcera gástrica, ansiedade, depressão, ataques de raiva e crises de autoconceito.

Percebe-se que não se tem apenas um quadro sintomático psicológico, mas também orgânico. De acordo com Caldeira e Martins (2013), esses sintomas estão relacionados com a psicossomática, levando em consideração que os mesmos são originados através da somatização, logo se trata de doenças que foram causadas ou agravadas em decorrência de questões tanto mentais quanto emocionais.

Dados do Ministério da Saúde (BRASIL, 2018) apontam que o índice de suicídio entre os jovens negros é relativamente maior comparado aos jovens brancos, uma diferença de 45%, isso porque os negros estão mais suscetíveis e vulneráveis ao sistema estrutural de desigualdade. De acordo com o relatório, as principais causas de suicídio entre jovens negros são: sentimento de inferioridade (apresentado anteriormente a partir da ótica da construção da identidade negra), sentimento de não pertencimento (o que se entrelaça com a busca do padrão identitário branco), solidão, rejeição, maus tratos, isolamento social, violência e etc.

Sobre isolamento social, Ribeiro (2018) em seu livro intitulado: *Quem tem medo do feminismo negro* traz algumas de suas experiências na infância a partir da ótica do racismo, onde a mesma sempre se viu preocupada em não ser percebida. Isso porque experiências como de festas juninas, onde ninguém queria fazer par com a "neguinha", e comentários sobre a cor de sua pele e cabelo, eram constantes no âmbito escolar. Isso também, de acordo com a autora, afetou sua autoestima e a sua visão sobre a mulher negra e o belo. Isso, na infância, a fez criar fantasias, sobre o dia em que sairia desse lugar de isolamento e estamparia capas de revistas, sendo finalmente alvo de inveja entre os colegas.

Entender o que faz o negro pensar em esbranquiçar sua pele é algo salutar quando se vê que desde a ótica colonial, no Brasil, sua cor era sinônimo de inferioridade, mazela, podridão. Culturalmente, como no conto de Novais (2004), "as trevas são escuras" (porque a luz é branca), "a coisa fica preta" (quando uma situação ruim piora), quem não é preto e nem branco, é mulato, referência às mulas que puxam carroças... existe uma construção histórico-social que perdura, apesar de vários avanços, até a contemporaneidade,

relegando ao povo negro, como fonte de sofrimento psíquico oriundo da discriminação racial, em suma: crises de ansiedade, ataques de pânico, sofrimentos decorrentes de baixa autoestima, depressão, comprometimento/crises de identidade e distorção do autoconceito. Difícil é não se sentir assim, quando suas vivências permeiam violências constantes.

Logo, é racional a compreensão de que o negro tenha crises de ansiedade e ataques de pânico quando é vítima de discriminação racial, ponderadas pelo medo da não aceitação, da violência verbal, física e sexual. É compreensível que decorram daí somatizações. Numa linha histórica em que o negro não é belo, é suscetível crer que ele procure, metaforicamente, modos de branqueamento, e por isso tenha diversos problemas ligados a auto estima, podendo chegar a depressão, dificuldades de auto aceitação. Complicase não ter na população negra, as maiores taxas de suicídio, dado o tratamento desigual da sociedade. Se para o branco, situações assim são sofríveis, imagine para uma população que é bem menos assistida, embora seja a maioria numericamente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No Brasil o racismo contra a população negra demonstrouse estar ligado à construção sócio histórico e cultural, já que dentro da formação da sociedade brasileira, desde o início das colônias portuguesas e das missões dos jesuítas, houve uma preocupação em colocar o negro em um lugar de inferioridade, intimamente ligado a valor de negociação, mercadoria. Ele era colocado, pela sociedade rica branca, especialmente no período das explorações dos engenhos de açúcar, como alguém que apenas era capaz de produzir com atividades manuais pesadas, como limpeza da casa para as mulheres e colheita de cana para os homens. Mesmo com a abolição da escravatura, a perpetuação da ideia de que o negro é inferior ao branco ainda persistiu em profunda influência pelas filosofias advindas da Europa, mesmo se considerar a miscigenação do povo, tão mais natural hoje em dia. Essa raiz histórica pode explicar o que leva muitas pessoas a cometerem atos racistas no presente, mesmo que esta violência pareça tão desprovida de sentido. Ou seja, ainda há pessoas perpetuando uma cultura discriminatória.

Também foi evidenciado na pesquisa que o racismo abala significativamente a vida e saúde mental dos negros, ocasionando o desenvolvimento de transtornos mentais como estresse, ataques de pânico, baixa autoestima, depressão, distorção do autoconceito. Sabe-se que tais sinais e sintomas podem levar ao suicídio, índice já elevado entre os negros. O modo como a sociedade se desenvolveu atribuindo

ao negro as piores taxas de desenvolvimento, acesso e garantia de direitos pode não permitir que essa população, ao menos em um médio espaço de tempo, usufrua de um levante considerável de qualidade de vida e melhoria social.

Através disso, observa-se a necessidade de dar-se mais espaço político ao tema, já que o mesmo ocupa um lugar histórico e cultural, que afeta de maneira direta e constante um povo na contemporaneidade, afinal o Brasil é formado, em maioria, por negros e seus descendentes diretos. Propõe-se que se empodere a população negra a prosseguir na luta por igualdade, respeito, buscando-se amenizar os impactos que o racismo pode vir a ocasionar, sonhando-se, inclusive, com a extinção dessa violência.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA FILHO, A. J. A pesquisa histórica: teoria, metodologia e historiografia. Revista *HERE*, [s.i], v.7, n.2, p.381-2, 2016. Disponível em: <http://here.abemacional.org/here/2ª01a.pdf>. Acesso em: 28 mar.2019.
- BENTO, M. A. S. Branquitude e Branqueamento no Brasil. In: IRAY, Carone (Org). *Psicologia Social do Racismo*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros 2012 a 2016. Brasília, DF, 2018.
- CALDEIRA, G.; MARTINS, J. D. *Psicossomática: teoria e prática*. 3.ed. Belo Horizonte: Artesã Editora, 2013.
- CARONE, I.; BENTO, M. A. S. *Psicologia Social do racismo: estado sobre o branquitude e branqueamento no Brasil*. 3.ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2007.
- CEREZO, M. C. *UNO pré-vestibular semiextensivo*. São Paulo: Moderna, 2007.
- CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. *Relações Raciais: referências técnicas para atuação de psicólogos/os*. Brasília: CFP, 2017.
- DAMASCENO, M. G.; ZANELLO, V. M. L. Saúde Mental e Racismo Contra Negros: Produção Bibliográfica Brasileira dos Últimos Quinze Anos. *Psicol. prof.* Brasília, v. 38, n. 3, p. 450-464, setembro de 2018. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932018000300450&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 06 jun.2019.
- FERNANDES, V. B.; SOUZA, M. C. C. C. de. Identidade Negra entre exclusão e liberdade. *Rev. Inst. Estud. Bras.*, São Paulo, n. 63, p. 103-120, abr. 2016. Disponível em: from<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0020-38742016000100103&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 03 jun.2019.

- GATES JR, H. L. G. Os negros na América Latina. São Paulo, editora Schwarcz S.a, 2011.
- GERHARDT T. E.; SILVEIRA, D. T. Métodos de pesquisa. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.
- GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 12.ed. São Paulo: Atlas, 2009.
- GUIMARÃES, A. S. A. Racismo e anti-racismo no Brasil. São Paulo: Fundação de Apoio à Universidade de São Paulo, 1999.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA-IBGE. Somos todos iguais? O que dizem as estatísticas. Rio de Janeiro: IBGE, 2018. Disponível em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/media/com_media/ibge/arquivos/17eac9b7a875c68c1b2d1a98c80414c9.pdf. Acesso em: 26 jul.2019.
- MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS-DSM-5. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- MORAES, R. Análise de Conteúdo. Revista Educação, Porto Alegre, v.22, n.37, p. 7-32, 1999.
- NOVAIS, F. A. Histórias da vida privada no Brasil: contrastes da intimidade contemporânea. São Paulo. Companhia das Letras, 2004.
- PINSKY, J. A escravidão no Brasil. 21. ed. São Paulo: Contexto 2010.
- PINTO, M. C. C.; FERREIRA, R. F. Relações raciais no Brasil e a Construção da identidade da pessoa Negra. *Pesqui.prát.psicossociais*, São João del-Rei, v.9, n.2, p. 257-266, dez. 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&id=S1809-89082014000200011&Ing=pt&nrm=iso. Acesso em: 25 mar. 2019.
- RIBEIRO, Djamilia. Quem tem medo do feminismo negro? São Paulo: Companhia das Letras, 2018.
- SANTOS, Juciara Alves dos. Sofrimento psíquico gerado pelas atrocidades do racismo. *Revista da ABPN*. v.10, n.29, nov.2017-2018, p.148-165. Disponível em: http://www.abpnrevista.org.br/revista/index.php/revista_abpn1/article/download/578/563/. Acesso em: 3 mai.2019.
- SCHWARCZ, Lilia Moritz. Racismo no Brasil. São Paulo: Publifolha, 2001.
- UNICEF. Pobreza na infância e adolescência – 2018. Brasília (DF). Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/media/156/file/Pobreza%20na%20Inf%C3%A2ncia%20e%20na%20Adolesc%C3%A2ncia.pdf>. Acesso em: 26 jul.2019.

Submissão: 27/07/2019

Aprovado para publicação: 08/10/2019