

AUTORA: MAISA BASTOS NUNES  
ORIENTADORA: PROFA. DRA.  
FRANCISCA RAQUEL DA COSTA

# **RACISMO E SAÚDE MENTAL**

**Dados internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD**

---

Nunes, Maisa Bastos

N972r            Racismo e saúde mental / Maisa Bastos Nunes. — Parnaíba,  
2025.  
34 f.: il. color.

Produto Educacional (Mestrado Profissional em Educação  
Profissional e Tecnológica) - Instituto Federal do Piauí,  
Campus Parnaíba, 2025.

Orientadora: Francisca Raquel da Costa.

1. Educação profissional e tecnológica. 2. Racismo. 3. Saúde mental.  
I. Costa, Francisca Raquel da. II. Título.

CDD - 378.013

---

**Elaborado por Micheline Angélica Aragão Gouveia CRB 3/1244**

Criado e ilustrado no Canva



## AUDIOBOOK DA CARTILHA



Aponte a câmera para o  
QR Code e acesse o áudiobook

Ou se estiver acessando  
pelo celular/computador,  
clique aqui



## **Apresentação**

Este Produto Educacional faz parte da dissertação de mestrado intitulada “Racismo e saúde mental: o manejo dos profissionais do setor de saúde do IFPI Teresina Central no atendimento aos estudantes negros e negras”, que está inserida dentro do Programa de Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), na área de concentração de ensino, linha de pesquisa II - Organização e Memórias de Espaços Pedagógicos na Educação Profissional e Tecnológica, macroprojeto 6 - Organização de Espaços Pedagógicos na Educação Profissional e Tecnológica.

Foi desenvolvida pela mestranda Maisa Bastos Nunes, sob orientação da profa. Dra. Francisca Raquel da Costa.

Constituem esse Produto Educacional:

- Cartilha
- Protocolo de atendimento para questões raciais

O foco de aplicação deste material são os campi do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), podendo, no entanto, ser estendido a outros campos, como escolas, universidades e comunidades.

Sua elaboração partiu de uma pesquisa prévia, que revelou, dentre outros dados, que 55,5% da população brasileira se autodeclarava negra em 2022, número que sobe para 77,05% da população piauiense (IBGE, 2022).

Outro aspecto a se considerar é que, em uma sociedade estruturada pelo racismo, a educação também reflete esta realidade. Ao pensar na perspectiva do racismo estrutural para compreender a educação no Brasil, percebe-se a histórica desigualdade de acesso e a permanência na Educação Básica, que aparece, por exemplo, na transição entre ensino médio e superior. Mesmo com ações afirmativas, o número de jovens negros que conseguem ingressar e concluir o ensino superior (3,95% dos pretos e 4,04% dos pardos) é menor do que o número de pessoas brancas (12,75%), o que gera uma verdadeira bifurcação no ensino médio (Bersani, 2017).

A educação é historicamente elitista, uma elite branca. Tanto as pessoas escravizadas, quanto seus descendentes, não tiveram espaço no ambiente escolar. Assim, a desigualdade educacional pode ser também vista como uma das faces do racismo estrutural (Bersani, 2017).

A educação, quando utilizada como forma de manutenção das estruturas racistas, contribui para a visão hierárquica de raças, para a naturalização da pobreza e da desigualdade social e racial. Ela possui um papel fundamental na reprodução do racismo contra uma população já marginalizada e silenciada, por isso a luta pela construção de uma educação antirracista é também desafiadora (Gaia; Scorsolini-Comin, 2020).

Assim, a construção deste material é também um passo importante para a criação de práticas antirracistas nos espaços educativos.

Boa leitura.

## Alguns conceitos iniciais:

### O que é raça?

Raça, a partir de sua constituição histórica, se baseia em dois pontos principais: a característica biológica (traços físicos, cor da pele) e a característica étnico-cultural (de uma identidade ligada à origem geográfica, à religião, à língua ou costumes). Além disso, raça não está presente na realidade natural, mas sim como elemento essencialmente político, fazendo sentido apenas no campo social e antropológico (Almeida, 2019).

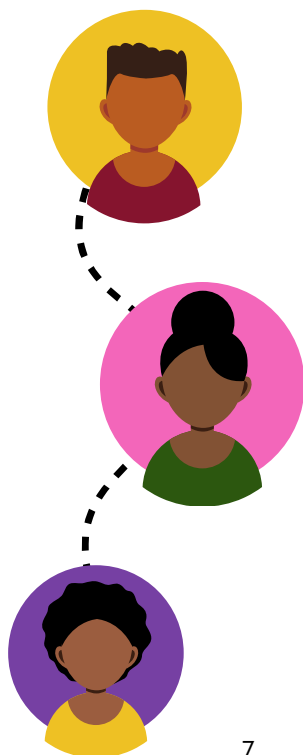
### O que é cor?

Se refere à gradação do tom de pele (Gomes et al., 2020).



### O que é etnia?

Etnia está mais relacionada ao pertencimento ancestral e étnico-racial, quando uma pessoa ou grupo estão conscientes de interesses e origens compartilhados, ligados por experiências comuns (Gomes et al., 2020).



## **O que é preconceito racial?**

Almeida (2019) conceitua o preconceito racial enquanto juízo envolvendo estereótipos de uma pessoa que pertence a um dado grupo racializado, podendo ou não gerar práticas discriminatórias.

## **O que é um estereótipo?**

É uma imagem ou conceito previamente estabelecido, que generaliza um grupo e pode servir para rotular seus integrantes. Com relação à população negra, estes estereótipos podem envolver suas características físicas, seus comportamentos e sua forma de pensar. Os estereótipos podem, por exemplo, influenciar no racismo recreativo, quando são utilizados para diminuir ou ridicularizar pessoas negras (Moreira, 2019).

## **Interseccionalidade e racismo**

Pode-se ainda pensar na interseccionalidade do racismo, em que diversas estruturas colidem, tais como gênero, identidade, violência, classe social, entre outros. “A interseccionalidade é sobre a identidade da qual participa o racismo interceptado por outras estruturas” (Akotirene, 2019, p. 48). Dessa forma, é possível pensar, por exemplo, como mulheres negras são discriminadas, podendo sofrer múltiplas experiências discriminatórias, em uma ou mais vias identitárias (Akotirene, 2019).

## **O que é racismo?**

Racismo consiste em qualquer teoria, doutrina, ideologia ou conjunto de ideias que enunciam um vínculo causal entre as características fenotípicas (físicas, bioquímicas, fisiológicas e comportamentais) ou genotípicas (composição genética) de indivíduos ou grupos e seus traços intelectuais, culturais e de personalidade, inclusive o falso conceito de superioridade racial. O racismo ocasiona desigualdades raciais e a noção de que as relações discriminatórias entre grupos são moral e cientificamente justificadas (Brasil, 2022, p. 2).

O racismo englobaria então o preconceito e a discriminação, estando presente em todas as relações sociais, políticas, jurídicas e econômicas que desfavorecem uma pessoa ou grupo por conta de sua raça. Trata-se, assim, de uma política de opressão (Almeida, 2019).

## **O que é racismo estrutural?**

A concepção estrutural do racismo aponta que o racismo é uma decorrência da estrutura social, da forma como se constituem as relações políticas, econômicas, jurídicas e familiares, não uma patologia, mas sim estrutural, se desdobrando enquanto processo político e histórico (Almeida, 2019).



Essa perspectiva não exclui os sujeitos racializados, mas os considera parte do sistema. Não é retirada a responsabilidade individual, pelo contrário, torna as pessoas ainda mais responsáveis pelo combate ao racismo (Almeida, 2019).

O racismo, nesta perspectiva, é “normal”, isto é, ele constitui as relações como normalidade. É uma forma de racionalidade, de compreensão das relações, no consciente e no inconsciente, enquanto modo de estrutura social, de funcionamento da vida cotidiana. Envolve a economia, a política e a subjetividade, enquanto três pontos que constituem o estrutural (Almeida, 2019).

É estrutural e estruturante das relações das pessoas, por exemplo, quando se observa que a violência contra negros não causa espanto. Além disso, ser branco e ser negro são construções sociais (Almeida, 2019).

## **E o racismo reverso, ele existe?**

É um conceito controverso e bastante debatido, em que se acredita que grupos não-brancos poderiam discriminar grupos brancos em função da cor, raça ou etnia. Embora ele não exista, uma vez que racismo envolve um sistema de opressão e historicamente o grupo prejudicado não foi o de pessoas brancas, tem sido utilizado em redes sociais, nos debates sobre políticas de reparação histórica e em outros contextos de forma prejudicial.

## **O que é branquitude?**

Este termo envolve aspectos como a concepção de que quem tem raça é o outro e que o branco é o padrão universal da humanidade, como se fossem genéricos. A branquitude envolve ainda uma ficção de superioridade, que auxilia na produção e legitimação da violência racial, bem como mantém privilégios materiais e simbólicos das pessoas brancas (Schuman, 2014).

A branquitude é uma posição, cujos ocupantes foram sistematicamente privilegiados, inicialmente pelo colonialismo e pelo imperialismo; e mantidos na contemporaneidade. Utiliza-se a palavra privilégio não como ausência de dificuldade, mas para indicar que, mesmo em situação de dificuldade, pessoas brancas ocupam uma posição social de superioridade. Dependendo do país, dos interesses políticos e do momento histórico, os ocupantes podem variar, uma vez que não é uma questão genética. No contexto brasileiro, por exemplo, ocupar esta posição está mais ligado à aparência, ao status e ao fenótipo (Schuman, 2014).

## **O que é letramento racial?**

É um processo de reeducação, que busca reconstruir e repensar a forma como lidamos com pessoas negras, inclusive como naturalizamos o racismo.

## O que é colorismo?

Acrescenta-se ainda o colorismo, ou pigmentocracia, que é uma forma de discriminação baseada nos diferentes tons de pele, excluindo as pessoas com tom de pele mais retinto. Este se relaciona com a noção de superioridade da raça branca e pode ao mesmo tempo segregar uma parcela da população (como no caso das pessoas pretas) e dificultar o reconhecimento e construção de identidade de pessoas pardas (Silva, 2017).

## O que é trauma racial?

É entendido “como um choque violento provocado pela exposição a episódio(s) de violência racial” (Farias; Accorssi, 2023, p. 1). Estabelece-se uma relação atemporal, uma vez que o racismo conecta as pessoas a um passado de escravidão, que faz parte da constituição do Brasil. Este trauma abarca uma série de impactos na saúde mental, podendo gerar problemas psicológicos (Farias; Accorssi, 2023).

**Você sabia?** A categoria “negra” engloba pessoas que se autodeclararam pretas e pardas.

## Racismo é um processo histórico.

Segundo Amaral (2011) existem diversos marcos da história de pessoas negras no Brasil:

Séx. XVI - comércio de escravos para o Brasil se torna altamente lucrativo.

Séx. XVIII - os escravos começam a escrever petições por melhores condições de vida, por exemplo em 1789 na Bahia.

Acordos foram feitos com a Inglaterra para o fim do tráfico de escravos e foram desobedecidos.

1831 - por pressão inglesa foi feita a Lei Anti-tráfico, que também foi descumprida.

1835 - Revolta de Malês (revolta escrava em Salvador com repercussão nacional e internacional).

1850 - lei que aboliu o tráfico de escravos para o Brasil.

1871 - Lei do Ventre Livre (os filhos nascidos de escravas seriam livres)

1881 - reforma eleitoral que excluía a população pobre.

1885 - Lei Saraiva-Cotegipe ou Lei dos Sexagenários (regula a extinção gradual do elemento servil)

1888 - Lei Áurea (declara extinta a escravidão no Brasil).

1890 - Código Penal (definiu como crime a capoeira e a vadiagem).



Fugas e formação de quilombos.

O ideal de embranquecimento da população brasileira e políticas de imigração de europeus vigoraram até a década de 1930.

Racismo científico: teoria do poligenismo, teoria da eugenia, racismo na medicina, etc.

1896-1897 - Guerra de Canudos (a maioria dos combatentes eram negros).

1904 - Revolta da Vacina (contra as reformas urbanas e políticas sanitaristas impostas a pessoas pobres e negras).

1910 - Revolta da Chibata (contra os castigos corporais e por melhores condições de vida na Marinha).

Início do século XX - criação de sociedades negras que lutavam contra a discriminação racial e defendiam a inclusão da população negra.

Início do século XX - surgimento de jornais escritos por negros e para negros, como "A Alvorada".

1945 - criação do Teatro Experimental do Negro.

Décadas de 1960-70 - movimentos estudantis e feministas na Europa, luta dos negros norte-americanos pelos direitos civis, guerras de independência dos países africanos, etc.

1978 - surgiu o Movimento Negro Unificado Contra a Discriminação Racial, que depois passou a se chamar apenas Movimento Negro Unificado.



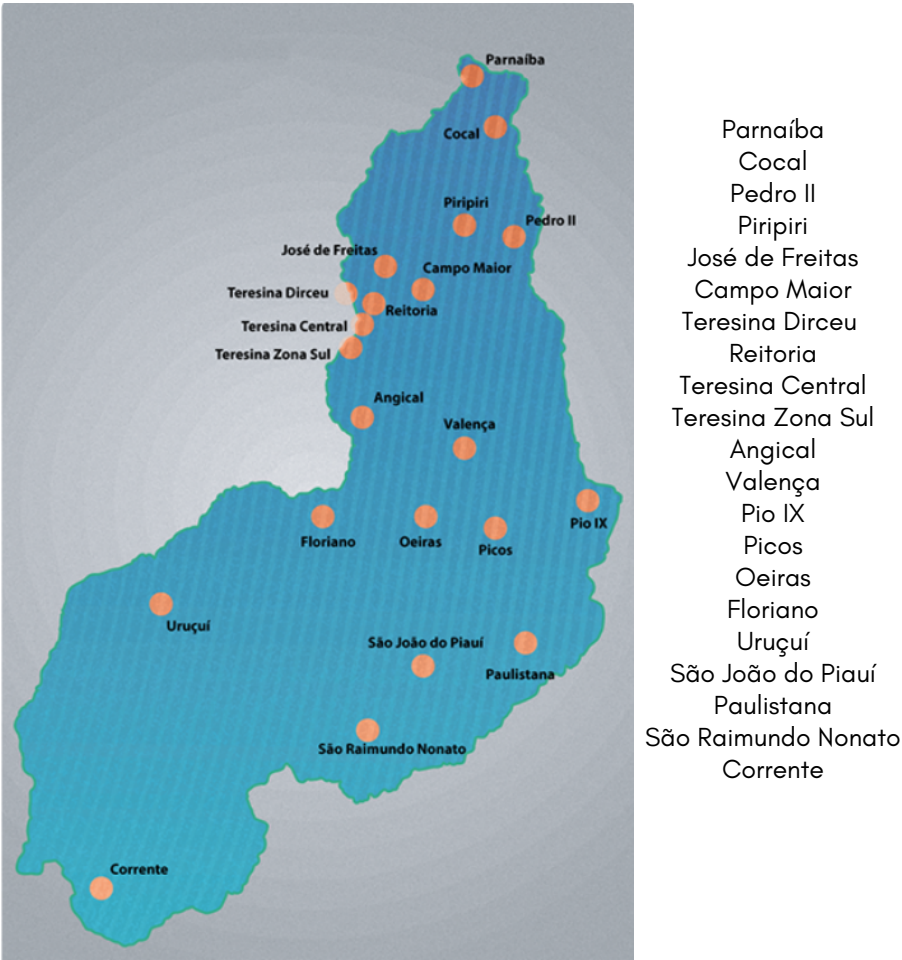
Fonte: Google Imagens, 2024.

1988 - a Constituição Federal reconhece a igualdade de todos, sem qualquer distinção.

**E a luta continua...**

Feito este breve contexto histórico, o IFPI, foco deste material, está presente em 18 cidades do Piauí, tendo 21 campi, conforme a Figura 4 mostra.

Figura 4 - Mapa das campi do IFPI



Fonte: IFPI, 2024.

## Marcos legais da luta antirracista no Brasil:



Lei nº 7.716 de 5 de janeiro de 1989 – indica os crimes resultantes de preconceito de raça ou cor e suas punições;

Lei nº 12.288 de 20 de julho de 2010 – institui o Estatuto de Igualdade Racial;

Decreto nº 10.932 de 10 de janeiro de 2022 – promulga a Convenção Interamericana contra o Racismo, a Discriminação Racial e Formas Correlatas de Intolerância;

Lei nº 14.532 de 11 de janeiro de 2023 – tipifica a injúria racial como crime de racismo, prevê pena para o Racismo Religioso e Recreativo.

## Também são crimes:

A **injúria racial**, que consiste em “injuriar alguém, ofendendo-lhe a dignidade ou o decoro, em razão de raça, cor, etnia ou procedência nacional” (Brasil, 2023, p. 1).

O **racismo religioso**, que estaria voltado a “obstar, impedir ou empregar violência contra quaisquer manifestações ou práticas religiosas” no contexto de grupos racializados (Brasil, 2023, p. 1).

O **racismo recreativo**, “quando ocorrerem em contexto ou com intuito de descontração, diversão ou recreação” (Brasil, 2023, p. 1).



## **São exemplos de práticas racistas previstas na Lei n° 7.716 de 5 de janeiro de 1989:**

- Injuriar alguém, ofendendo-lhe a dignidade ou o decoro, em razão de raça, cor, etnia ou procedência nacional.
- Impedir ou obstar (dificultar) o acesso de alguém, devidamente habilitado, a qualquer cargo da Administração Direta ou Indireta, bem como das concessionárias de serviços públicos.
- Negar ou obstar (dificultar) emprego em empresa privada.
- Recusar ou impedir acesso a estabelecimento comercial, negando-se a servir, atender ou receber cliente ou comprador.
- Recusar, negar ou impedir a inscrição ou ingresso de aluno em estabelecimento de ensino público ou privado de qualquer grau.
- Impedir o acesso ou recusar hospedagem em hotel, pensão, estalagem, ou qualquer estabelecimento similar.
- Impedir o acesso ou recusar atendimento em restaurantes, bares, confeitarias, ou locais semelhantes abertos ao público.
- Impedir o acesso ou recusar atendimento em estabelecimentos esportivos, casas de diversões, ou clubes sociais abertos ao público.

- 
- Impedir o acesso ou recusar atendimento em salões de cabeleireiros, barbearias, termas ou casas de massagem ou estabelecimento com as mesmas finalidades.
  - Impedir o acesso às entradas sociais em edifícios públicos ou residenciais e elevadores ou escada de acesso aos mesmos.
  - Impedir o acesso ou uso de transportes públicos, como aviões, navios, barcas, barcos, ônibus, trens, metrô ou qualquer outro meio de transporte concedido.
  - Impedir ou obstar (dificultar) o acesso de alguém ao serviço em qualquer ramo das Forças Armadas.
  - Impedir ou obstar (dificultar), por qualquer meio ou forma, o casamento ou convivência familiar e social.
  - Praticar, induzir ou incitar a discriminação ou preconceito de raça, cor, etnia, religião ou procedência nacional.
  - Obstar (dificultar), impedir ou empregar violência contra quaisquer manifestações ou práticas religiosas.

Para ser entendido como racismo, cada exemplo acima deve ocorrer em função da raça, cor, etnia ou procedência nacional.

**Tanto o racismo, quanto a injúria racial não possuem prazo prescricional, isto é, a denúncia pode ocorrer a qualquer momento!**

**Lembre-se: racismo reverso não existe, pois isso seria uma negação do histórico sistema de opressão. Reconhece-se a sua não existência material e teórica.**

**Segundo a Defensoria Pública do Estado do Rio Grande do Sul (2019) são palavras ou expressões para se evitar:**

“A coisa está preta”

“Da cor do pecado”

“Denegrir”

“Inveja branca” ou “alma branca”

“Mulata(o)”

“Morena(o)”

Leia mais sobre na cartilha “Direitos Humanos e Combate ao Racismo”, veja no campo “sugestões de outras cartilhas sobre o assunto”.

**São consequências do racismo para a saúde mental:**

Dentre os impactos do racismo foram mencionados: sentir-se diminuído, constantemente desafiado e humilhado, uso de mecanismos de defesa como a negação e identificação com o agressor, dificuldade no acesso à saúde e erros de diagnóstico, prejuízos na autoestima e autoimagem decorrentes da pouca representação social de pessoas negras como ideais de beleza e nas mídias (CFP, 2017).

No Brasil, ocorrem cerca de 3 mil óbitos por ano decorrentes de suicídio de jovens e adolescentes. O número de suicídios de pessoas negras também é maior do que de pessoas brancas, principalmente entre adolescentes e jovens, havendo uma diferença de 45% a mais para pessoas negras (Arruda, 2022).

## Alguns impactos do racismo na saúde mental:

Diminuição da autoestima e insegurança

Prejuízo na construção da subjetividade

Desumanização

Suicídio

Dificuldades emocionais

Prejuízo na autoimagem

Desvalorização profissional

Medo, raiva, sofrimento e angústia

Falta de identidade

Reprimir-se

Sentimento de culpa e incapacidade

Processo de branqueamento (tentar se parecer e se identificar como branco)

## Alguns impactos do racismo na saúde mental:

Irritabilidade, estresse  
e agressividade

Desinteresse e recusa  
de ir à escola

Queda do rendimento  
escolar

Queixas  
psicossomáticas (dor,  
de cabeça, queda de  
cabelo, etc).

Maior retraimento

Isolamento

Por isso, é importante o acolhimento e cuidado no atendimento em saúde à essa população. Para profissionais, recomenda-se a constante atualização, bem como leituras voltadas à este tema, de forma a tentar validar as experiências de pessoas negras e ouvir com atenção.

O acolhimento começa ao ouvir, tentando entender as cenários nos quais aquela pessoa está inserida, por exemplo: classe social, gênero, estrutura familiar, acesso à saúde, trabalho, orientação sexual e outras variáveis que possam interferir.



Atualmente, se adota a perspectiva da atenção psicossocial para tratar pessoas com transtornos mentais, o que foi resultado da Reforma Psiquiátrica.

**Assim, pela Lei n° 10.216/2001, são direitos das pessoas com transtornos mentais:**

I - ter acesso ao melhor tratamento do sistema de saúde, consentâneo às suas necessidades;

II - ser tratada com humanidade e respeito e no interesse exclusivo de beneficiar sua saúde, visando alcançar sua recuperação pela inserção na família, no trabalho e na comunidade;

III - ser protegida contra qualquer forma de abuso e exploração;

IV - ter garantia de sigilo nas informações prestadas;

V - ter direito à presença médica, em qualquer tempo, para esclarecer a necessidade ou não de sua hospitalização involuntária;

VI - ter livre acesso aos meios de comunicação disponíveis;

VII - receber o maior número de informações a respeito de sua doença e de seu tratamento;

VIII - ser tratada em ambiente terapêutico pelos meios menos invasivos possíveis;

IX - ser tratada, preferencialmente, em serviços comunitários de saúde mental (BRASIL, 2001, p. 1).

Nota-se, então, que tais direitos também podem beneficiar as pessoas sem transtorno mental, que buscam atendimento devido a outros tipos de sofrimentos existenciais, criando-se uma rede de suporte.

## **Protocolo de atendimento às questões raciais para os profissionais de saúde:**

Inclua na sua anamnese as seguintes perguntas norteadoras:

1 - Como você se autodeclara? Eu quero entender como você se percebe e com qual grupo se identifica.

( ) Pardo ( ) Preto ( ) Amarelo (oriental)

( ) Branco ( ) Indígena

2 - A sua cor, raça, etnia ou procedência nacional afeta algum aspecto da sua vida ou sua relação com as outras pessoas?

Observação: Identificada alguma demanda relacionada a racismo, você pode apresentar esta cartilha, debater junto à pessoa se algum exemplo de prática racista está presente e apresentar as opções de encaminhamentos disponíveis.

**Sugestões de perguntas que você pode adicionar nos atendimentos seguintes, caso sejam identificadas demandas relacionadas às questões étnico-raciais:**

1 - De onde vem os seus traços? Já parou para perguntar para a sua família ou pesquisar mais sobre a origem das suas características físicas? A sua cor, o formato da sua boca e dos seus olhos, o seu tipo de cabelo, etc.

2 - Consegue pensar em alguém que considere bonito(a) que possua características parecidas com as suas? Se não, que tal pesquisar?

3 - De que forma seu cabelo e suas roupas são vistos pelas outras pessoas?

4 - Você se sente representado(a) nos filmes e séries que assiste, isto é, existem atores que se parecem com você (cor, cabelo, traços, etc.)?

5 - Será se de alguma forma o que você consome nas suas redes sociais está influenciando em sentimentos de inferioridade ou de que não atende a um padrão de beleza?

6 - Qual é a percepção da sua família a respeito da cor/raça/etnia deles? Será se de alguma forma isso pode estar te influenciando na forma como se vê?

7 - Fala-se tanto em negros e indígenas como raças/etnias, que às vezes pode gerar a impressão que o branco é a norma, é o neutro. Será se branco tem raça/etnia?

8 - O que seria necessário (historicamente, politicamente, etc.) para que o racismo reverso existisse?

## **Práticas antirracistas que podem influenciar positivamente na saúde mental:**

Debater sobre História da Ciência e conseguir identificar a contribuição de pessoas negras para o desenvolvimento científico.

Apresentar fotos, vídeos e fazer visitas a lugares importantes para a história do povo negro na região.

Debater figuras históricas da luta antirracista e da luta por direitos humanos.

Debater os estereótipos que existem sobre pessoas negras.

Falar e desenhar sobre o impacto da violência nos corpos negros.

Criar um jogo sobre princesas e príncipes africanos que foram trazidos para o Brasil no período da escravidão.

Indicar livros escritos por autores negros ou com protagonistas negros.

Debater sobre tipos de cabelos e construção de identidade.

Incluir a Educação Antirracista nos componentes curriculares.

Dialogar com a bagagem e território dos alunos.

Realizar um desfile com o tema Realiza Negra.

Fazer um diagnóstico de letramento racial dos alunos.

Fazer um dia de cinema com filmes ou curtas metragens que representem pessoas negras.

Mostrar fotos, vídeos ou fazer uma visita a uma comunidade quilombola local.

## Denúncia e dispositivos de combate ao racismo:

### Nacional:

- Delegacias – registrar o boletim de ocorrência
- Disque 100 – Direitos Humanos
- Sistema Nacional de Promoção de Igualdade Racial (SINAPIR): os Estados e municípios podem aderir.

Email: [cgsin@mdh.gov.br](mailto:cgsin@mdh.gov.br)

Telefone: (61) 2027-3260/  
(61) 99605-9157

- Ouvidoria Diretos Humanos

Email: [ouvidoria@mdh.gov.br](mailto:ouvidoria@mdh.gov.br)

Telefone: (61) 2027-3312



### Piauí:

Gerência de Igualdade Racial e Enfrentamento do Trabalho Escravo da Superintendência de Direitos Humanos END.

Endereço: Rua Acre, nº 33 –  
Bairro Cabral

Email:

[direitoshumanos@sasc.pi.gov.br](mailto:direitoshumanos@sasc.pi.gov.br)

Telefone: (86) 99409 5677



### Nos Institutos Federais:

Núcleo de Estudos Afro-brasileiros e Indígenas (NEABI) – procure saber se seu campus possui um.

## **Possíveis encaminhamentos:**

### **Rede Pública**

Centro de Atenção Psicossocial (CAPS)

Clínicas Escolas de Psicologia

Obs: Digite no Google Maps e encontre a mais próxima de você.

### **Serviços de Apoio Psicológico em Teresina:**

Minutos pela Vida - 0800 280 2882

Ambulatório Provida - (86) 99577-1567 - Rua Álvaro Mendes, 1557, Centro (Sul), Teresina - PI.

Grupo de Apoio Contato Esperança (GRACE) - (86) 3237-0077

Centro Débora Mesquita (CDM) - (86) 99827-3343

### **Serviços de urgência e emergência:**

SAMU - 192

Centro de Valorização à Vida (CVV) - 188

### **Projetos sociais/iniciativas privadas:**

#### **Social Psi Afro**

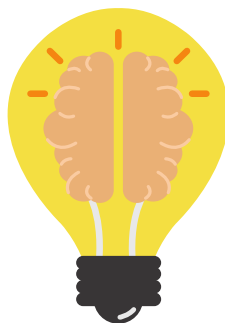
<https://socialpsicoafro.com.br/>

#### **Afro Saúde**

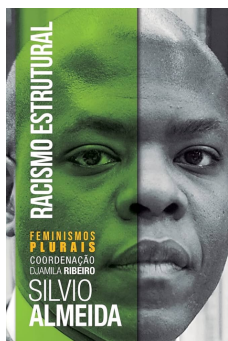
<https://afrosaude.com.br/home>

#### **Psicólogos de plantão**

<https://psicologosdeplantao.com/>

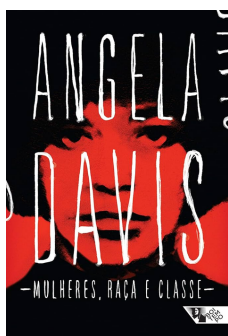


## Sugestões de leituras antirracistas:



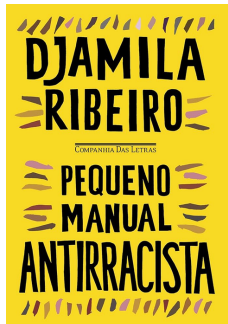
### **Racismo estrutural - Silvio Almeida**

A obra trata diretamente da complexidade do racismo na sociedade brasileira. Além da questão de segurança pública, o autor apresenta dados estatísticos e discute como o racismo está na estrutura social, política e econômica da sociedade brasileira, a partir do “racismo institucional” (Garcia, 2021).



### **Mulheres, raça e classe - Angela Davis**

Nesta obra, a professora e filósofa estadunidense Angela Davis faz importantes reflexões sobre as raízes das opressões. Ela demonstra como os movimentos antiestupro e antilinchamento de negros foram enfraquecidos por ideologias racistas, como o mito que representa o homem negro como estuproador e a mulher negra como promíscua, além de trazer discussões sobre a escravidão e seus impactos (Garcia, 2021).



### **Pequeno manual antirracista - Djamila Ribeiro**

Neste livro Djamila Ribeiro traz onze lições breves para entender as origens do racismo e como combatê-lo. Ela também trata de temas como atualidade do racismo, negritude, branquitude, violência racial, cultura, desejos e afetos, além de refletir com os leitores sobre discriminações racistas estruturais enraizadas no campo social e a responsabilidade pela transformação do estado das coisas, que deve partir do reconhecimento de suas raízes e seus impactos na sociedade (Garcia, 2021).

Imagens: Google Imagens, 2024.

## **Sugestões de sites sobre racismo e saúde mental:**

<https://www.geledes.org.br/impacto-do-racismo-na-saude-mental/>

<https://www.unicef.org/brazil/blog/racismo-e-saude-mental>

## Sugestões de filmes:



### **Estrelas além do tempo**

No auge da corrida espacial travada entre Estados Unidos e Rússia durante a Guerra Fria, uma equipe de cientistas da NASA, formada exclusivamente por mulheres afro-americanas, provou ser o elemento crucial que faltava na equação para a vitória dos Estados Unidos, liderando uma das maiores operações tecnológicas registradas na história americana e se tornando verdadeiras heroínas da nação (Google, 2024).



### **Pantera Negra**

Conheça a história de T'Challa, príncipe do reino de Wakanda, que perde o seu pai e viaja para os Estados Unidos, onde tem contato com os Vingadores. Entre as suas habilidades estão a velocidade, inteligência e os sentidos apurados (Google, 2024).



### **Aqui favela, o rap representa**

O documentário revela os caminhos do rap, uma das expressões musicais mais importantes do país, em São Paulo e em Belo Horizonte. Entre as entrevistas com cantores e compositores renomados, como Mano Brown e Thaide, o documentário ouve jovens artistas e moradores das duas cidades, que debatem a manifestação cultural e a influência da música em suas comunidades (D'Maschio, 2023).



### **Felicidade por um fio**

Uma publicitária perfeccionista com problemas na vida amorosa embarca em uma jornada de autoconhecimento que começa no seu visual radicalmente novo (Google, 2024).

Imagens: Google Imagens, 2024.

## Sugestões de outras cartilhas sobre o assunto:



Ou se estiver acessando  
pelo celular/computador,  
clique aqui



Ou se estiver acessando  
pelo celular/computador,  
clique aqui



Ou se estiver acessando  
pelo celular/computador,  
clique aqui



Ou se estiver acessando  
pelo celular/computador,  
clique aqui



Ou se estiver acessando  
pelo celular/computador,  
clique aqui



## Referências:

AKOTIRENE, C. **Interseccionalidade**. São Paulo: Polén, 2019.

ALMEIDA, S. L. **Racismo estrutural**. São Paulo: Pólen, 2019.

AMARAL, S. P. **História do negro no Brasil**. Brasília: Ministério da Educação, 2011.

ARRUDA, D. P. Aproximações ao debate sobre o suicídio de adolescentes e jovens negros no Brasil. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, [s. l.], v. 14, n. 39, p. 597-609, 2022.

BERSANI, H. Racismo estrutural e o direito à educação. **Educação em Perspectiva**, Viçosa, v. 8, n. 3, p. 380-397, 2017.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Lei n° 7.716, de 5 de janeiro de 1989**. Define os crimes resultantes de preconceito de raça ou de cor. 1989. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l7716.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7716.htm)>. Acesso em: 25 jun. 2024.

\_\_\_\_\_. **Lei n° 12.288, de 20 de julho de 2010**. Institui o Estatuto da Igualdade Racial; altera as Leis nos 7.716, de 5 de janeiro de 1989, 9.029, de 13 de abril de 1995, 7.347, de 24 de julho de 1985, e 10.778, de 24 de novembro de 2003. 2010. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2010/lei/l12288.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12288.htm)>. Acesso em: 25 jun. 2024.

\_\_\_\_\_. **Decreto nº 10.932, de 10 de janeiro de 2022.** Promulga a Convenção Interamericana contra o Racismo, a Discriminação Racial e Formas Correlatas de Intolerância, firmado pela República Federativa do Brasil, na Guatemala, em 5 de junho de 2013. 2022. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2019-2022/2022/Decreto/D10932.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2019-2022/2022/Decreto/D10932.htm)>. Acesso em: 25 jun. 2024.

\_\_\_\_\_. **Lei nº 14.532, de 11 de janeiro de 2023.** Altera a Lei nº 7.716, de 5 de janeiro de 1989 (Lei do Crime Racial), e o Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940 (Código Penal), para tipificar como crime de racismo a injúria racial, prever pena de suspensão de direito em caso de racismo praticado no contexto de atividade esportiva ou artística e prever pena para o racismo religioso e recreativo e para o praticado por funcionário público. 2023. Disponível em: <[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2023-2026/2023/lei/l14532.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/lei/l14532.htm)>. Acesso em: 25 jun. 2024.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Relações raciais:** referências técnicas para atuação de psicólogas(os). Brasília: CFP, 2017.

CONCEIÇÃO, A. G. O racismo no Brasil, o Movimento Negro e a Lei 10.639/03. **Revista África e Africanidades**, [s. l.], v. 11, n. 31, 2019.

D'MASCHIO, A. L. **Cultura negra: 10 filmes gratuitos para fortalecer o antirracismo.** 2023. Disponível em: <https://porvir.org/10-filmes-gratuitos-para-fortalecer-o-antirracismo/>. Acesso em: 09 jul. 2024.

DEFENSORIA PÚBLICA DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL, Núcleo de Defesa dos Direitos Humanos. **Cartilha Direitos Humanos e Combate ao Racismo.** Porto Alegre: Defensoria Pública do Estado do Rio Grande do Sul, 2019.

GAIA, R. S. P.; SCORSOLINI-COMIN, F. As encruzilhadas do racismo estrutural na educação do negro no Brasil. **Revista África e Africanidades**, [s. l.], v. 35, p. 215-232, 2020.

GARCIA, G. **Mês da Consciência Negra: confira 7 livros para se aprofundar na luta antirracista.** 2021. Disponível em: <https://educacaoeterritorio.org.br/reportagens/mes-da-consciencia-negra-confira-7-livros-para-se-aprofundar-na-luta-antirracista/>. Acesso em: 09 jul. 2024.

GOMES, A. S. et al. **Cartilha antirracista.** Redenção: Serviço de Promoção da Igualdade Racial/Unilab, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Brasil / Piauí.** 2022. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pi/pesquisa/10102/122229>. Acesso em: 3 jul. 2024.



INSTITUTO FEDERAL DO PIAUÍ. **Nossos campi**. 2024.  
Disponível em: <https://www.ifpi.edu.br/campi>.  
Acesso em: 2 jul. 2024.

JESUS, F. S. P. Besouro: o processo histórico de luta por afirmação cultural dos capoeiras desde o código penal de 1890. **Sitientibus**, [s. l.], n. 62, p. 32-36, 2020.

MOREIRA, A. **Racismo recreativo**. São Paulo: Polén, 2019.

FARIAS, G. P.; ACCORSSI, A. O trauma racial no ambiente escolar. In: **Anais do XXV Encontro de Pós-Graduação**, Pelotas, 2023.

SCHUCMAN, L. V. Sim, nós somos racistas: estudo psicossocial da branquitude paulistana. **Psicologia & Sociedade**, [s. l.], v. 26, p. 83-94, 2014.

SILVA, T. S. O colorismo e suas bases históricas discriminatórias. **Direito UNIFACS - Debate Virtual**, [s. l.], n. 201, 2017.