

O RACISMO COMO PROMOTOR DE SOFRIMENTO PSÍQUICO EM INDIVÍDUOS NEGROS POBRES

Karen Silva Gonçalves¹
Nicolli Bellotti de Souza²

RESUMO

Nos dias atuais debates e pesquisas sobre como o racismo e seus efeitos à longo prazo interferem na vida do indivíduo, se tornam cada vez mais importantes na área da saúde mental. É preciso ser discutido na área da saúde pública o racismo como promotor de sofrimento psíquico em indivíduos negros pobres e sobre qual tem sido o papel da Psicologia desde então frente a essa temática. É importante compreender sobre o contexto histórico do racismo no Brasil e sua relação com a desigualdade social para que se possa pensar acerca do efeito causado por este na vida da pessoa-alvo do racismo, assim como as implicações da Psicologia na luta contra o racismo, acolhimento as vítimas e um olhar mais atento.

Palavras-chave: Racismo. Saúde Mental. Negros. Psicologia. Pobre.

ABSTRACT

Nowadays debates and research on how racism and its long-term effects interfere in an individual's life are becoming increasingly important in the area of mental health. It is necessary to discuss racism as a promoter of psychological suffering in poor black individuals in the area of public health and on what has been the role of psychology since then in relation to this theme. It is important to understand the historical context of racism in Brazil and its relationship with social inequality so that one can think about the effect caused by it on the life of the target person of racism, as well as the implications of Psychology in the fight against racism, welcoming victims and a closer look.

Keywords: Racism. Mental Health. Blacks. Psychology. Poor.

¹ Acadêmica do curso de Psicologia – UniAtenas

² Docente e Orientadora científica – UniAtenas

INTRODUÇÃO

O racismo pode ter várias raízes. Muitos estudiosos creem que o recinto no qual estamos implantados pode despertar essa atitude discriminatória, visto que nosso pensamento pode ser adaptado por grupos e pessoas que nos relacionamos no dia-a-dia (SANT'ANA, 2005).

Nessa circunstância, ao pensar a respeito do racismo no Brasil, Carneiro (2003, p.62) declarou que "o racismo pode atingir diferentes graus de intensidade: vai de um simples pensamento até os casos mais extremos, de agressão física, por exemplo [...]". Deste modo, a discriminação contra os negros e seus descendentes gera repulsa, chegando ao extremo de ocorrer violência, como indicado pela teórica. Cotidianamente, pode-se julgar essa intolerância a partir das notícias veiculadas nos jornais e outras mídias, que afirmam o racismo entre os brasileiros. (TEIXEIRA *et al*, 2014).

A população brasileira negra está inteiramente imersa nesse processo de desigualdade e exclusão, pois devido à escravidão da mão-de-obra, durante o período colonial, estes tiveram sua tradição invadida por um sistema que o obrigava a desempenhar um trabalho forçado e compelido (SILVA, 2008).

Segundo Fernandes (2008), no Brasil, a população afirma que não tem racismo, porém a realidade é outra. De ambas as partes, de quem atua de modo preconceituoso ou de quem sofre o preconceito, o difícil é reconhecer a discriminação e não a ação de discriminar. Assim sendo, discorrer sobre questões conexas ao preconceito racial, em nosso país, é um tópico quase que "tabu", já que nenhuma pessoa se avalia preconceituoso. Diante disso, é perceptível que há um problema de reconhecer que o racismo verdadeiramente existe na sociedade brasileira, já que é mudo e se abriga por trás de uma hipotética garantia de universalidade e da igualdade das leis.

O racismo provoca profundos problemas emocionais no indivíduo. O preconceito racial gera traumas, transtornos de ansiedade, problemas de identidade e depressão, sendo desfavorável à saúde mental de quem está sofrendo. Geralmente haverá relutância da população em crer nesses efeitos psicossociais do racismo, logo, as críticas diante dessa situação só aumentarão. Diante disso, existirá sempre um obstáculo da população negra em ter acesso aos direitos sociais, colocando assim esse grupo em desigualdade econômica, social e política (KON *et al*, 2017).

Portanto, esse estudo foca na situação em que o negro não descobre exemplos positivos para se identificar nesse procedimento de edificação da identidade e isso causa uma subjetividade que enfraquece suas chances de mobilidade e danifica sua saúde psíquica, já que há sempre uma ideia sobre si mesmo que é preciso desconstruir no outro.

METODOLOGIA

Foi feita a análise de literatura, valendo-se das bases de informações Scielo e Lilacs. A seleção das bases de informações procede por juntarem parte considerável de periódicos brasileiros indexados. As duas dispõem de textos completos e de acesso gratuito. SciELO (Scientific Electronic Library Online) é uma biblioteca pluridisciplinar, enquanto que a Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) é um índice, que envolve apenas a produção em ciências da saúde. As palavras-chave utilizadas na busca foram: Racismo; Saúde Mental; População Negra. Serão considerados exclusivamente artigos publicados em língua portuguesa nos últimos dez anos.

O CONTEXTO HISTÓRICO DO RACISMO NO BRASIL

De acordo com o Dicionário de Política de Norberto Bobbio, Nicola Matteucci e Gianfranco Pasquino (2004, p. 1059), racismo pode ser definido como:

Com o termo Racismo se entende, não a descrição da diversidade das raças ou dos grupos étnicos humanos, realizada pela antropologia física ou pela biologia, mas a referência do comportamento do indivíduo à raça a que pertence e principalmente, o uso político de alguns resultados aparentemente científicos, para levar a crença da superioridade de uma raça sobre as demais. Este uso visa a justificar e consentir atitudes de discriminação e perseguição contra as raças que se consideram inferiores.

Na definição de Nucci (2008, p. 273), racismo é:

[...] o pensamento voltado à existência de divisão dentre seres humanos, constituindo alguns seres superiores, por qualquer pretensa virtude ou qualidade, aleatoriamente eleita, a outros, cultivando-se um objetivo segregacionista, apartando-se a sociedade em camadas e estratos, merecedores de vivência distinta.

O racismo pode ser motivado por inúmeros fatores, dependendo da instrução de cada indivíduo. Vários exploradores do tema consideram que o meio no qual estamos

introduzidos pode despertar essa atitude discriminatória, uma vez que nosso pensamento pode ser moldado por grupos e pessoas com as quais nos relacionamos no cotidiano (CLASTO; TONIOSSO, 2018).

Segundo Lopes (2005), os indivíduos não nascem com a ideia de racismo, segregação e desejo de praticar o preconceito, antes os aprendem com seus pais, na família, no trabalho, na igreja, na escola. Da mesma forma, podem ser instruídos a serem ou tornar-se hostis e preconceituosos com outros indivíduos.

De acordo com Carneiro (2003), a escravidão causou traumas profundos que perduram até hoje na sociedade Brasileira moderna. A ambivalência vigente após a Lei Áurea – ao indivíduo negro não é negado ou recusado o direito de sua liberdade, mas lhe são negadas oportunidades e chances de uma vida justa, reforçando, várias vezes, padrões de comportamentos similares aos da escravidão –, de certa maneira, perdura nos dias atuais através de atitudes racistas, sejam elas nítidas ou não.

O fato do Brasil ter sido o último país a revogar a escravidão, trouxe marcas tão profundas que para que se possa compreender é preciso lembrar os navios negreiros e os objetos de tortura usados nessa época como símbolos do escravismo. Tem que se ter em mente que o abolicionismo aconteceu de maneira vagarosa, e é imprescindível lembrar que a ciência ocupou uma posição importante na solidificação do preconceito. Se temos o objetivo de lutar contra o preconceito, em primeiro lugar é necessário admitir que ele existe e persiste em cada um de nós. A partir do momento que se reconhece a existência do racismo, tem se como foco principal a luta contra ele (CARNEIRO, 2003).

Conforme Munanga e Nunes (2006) as circunstâncias do Brasil naturalmente propiciavam o abuso, a exploração e o domínio financeiro, mas faltavam operários. A partir daí os colonizadores passaram então a escravizar os povos indígenas, despindo-os completamente de quaisquer direitos a vida, a liberdade e os direitos sobre as terras de seus ascendentes. Foram escravizados e transformados em animais, tendo suas forças exploradas sem direito a remuneração e/ou condições dignas de vida.

Os portugueses viram no tráfico e na escravização de africanos uma alternativa para seguir explorando o Brasil com mão de obra escrava. Estes eram seres livres, tirados a força de sua terra de origem, foram despídos de sua humanidade por um regulamento que os reduziram a meros objetos e mercadorias comercializados pelos mercadores de escravos como

“máquinas animais” indispensáveis para o trabalho e dominação dos povos (MUNANGA & NUNES, 2006).

O movimento abolicionista ocorreu de forma lenta no Brasil e mobilizou diferentes grupos da sociedade em busca desse movimento ser efetivado. Anterior à Lei Áurea, que foi a abolição “total” da escravidão, Dom Pedro II acordou a Lei do Ventre livre (1871) e a Lei dos sexagenários (1885), que foram respectivamente leis que permitiam a libertação dos filhos de escravos a partir da data que a lei foi vigorada e liberdade aos escravos com 60 anos ou mais. As Leis do Ventre livre e a Lei dos Sexagenários foram o estopim para a revolta e fuga dos quilombos. Deu-se então início a vários conflitos e rebeliões com o objetivo de abolir a escravidão no Brasil, contaram com o apoio das mais variadas classes da sociedade brasileira que pregavam nos jornais, comícios e caminhadas, ideologias a favor da liberdade e contra a escravatura (WEDDERBURN, 2007).

Conforme ainda o autor Wedderburn (2007) no ano de 1888, foi sancionada a Lei Imperial nº 3.353, conhecida como Lei Áurea, de acordo com a qual estava proibida a escravidão no país. Essa lei foi uma vitória para os envolvidos com a luta contra a escravidão e também para os escravos. Daí em diante os negros que permaneceram no Brasil tiveram que adequar seus hábitos para conviver com os brancos. Eles começaram a ocupar cargos de baixa credibilidade na sociedade ou viviam a mercê, pois muitos deles não conseguiam nenhuma oportunidade, o que induziu muitos a entrar na vida do crime para sobreviver da fome (WEDDERBURN, 2007).

A finalidade dessas propostas era de aniquilação a raça negra existente no país. Os governantes dessa época acreditavam que com a chegada dos imigrantes haveria uma mobilização social, pois achavam que o branqueamento populacional era algo bom. Em razão dos negros se relacionarem com esses estrangeiros, conseqüentemente teriam filhos de pele mais clara, e estes ocupariam um lugar na sociedade, tendo seus direitos respeitados por possuir uma cor mais clara (WEDDERBURN, 2007).

Raimundo Nina Rodrigues, médico baiano renomado, estudioso do negro e da criminalidade e grande adepto das ideias do antropólogo criminal italiano Cesare Lombroso, foi representante importante das teorias raciais no Brasil e lutou pela implantação da Medicina Legal nos currículos das Faculdades de Medicina. Defendeu a criação de dois códigos penais brasileiros: um para os brancos e outro para os negros, pois pressupunha que as diferenças raciais levavam a diferenças comportamentais e morais tão grandes que não se podiam fazer

as mesmas exigências para ambas as raças. Para ele, como para outros cientistas de sua época, a igualdade de direitos e deveres era uma ilusão (SANT'ANA, 2005).

Durante o século XX, os negros ainda enfrentaram muitas dificuldades para superarem as discriminações no mercado de trabalho e na sociedade em geral. Mesmo com o reconhecimento da igualdade formal perante a lei, na prática os negros não conseguiam facilmente as mesmas posições que os brancos, principalmente no plano econômico (FANTINI, 2014).

“No Brasil os negros foram vítimas do “apartheid social” que sempre sufocou o país, estabelecendo um grande distanciamento entre ricos e pobres. Para, além disso, o racismo no Brasil continuou ocorrendo de maneira velada no meio social nas últimas décadas do século XX. Mesmo após a promulgação da Constituição de 1988, que considera o racismo como "crime inafiançável e imprescritível", ainda se liam anúncios de empregos em jornais procurando pessoas de "boa aparência" o que, na realidade, significa uma recusa quanto à contratação de negros (FANTINI, 2014).

A tão sonhada condição de cidadão não aconteceu após a abolição e continua sendo atualmente uma luta constante em uma sociedade em que a desigualdade racial é estabelecida e as tentativas de apagar a memória da atrocidade contra os escravos são perduráveis, quer pela eliminação de documentos, quer pela propagação do mito da democracia racial (NUNES, 2006).

A perspectiva geral da escravidão no Brasil, reformulada por vários historiadores, mostra que o regime escravista não foi menos abrupto do que em outros países. Ao contrário, podemos perceber uma violência cotidiana, diversificada e naturalizada, que nos dá ensinamentos para o entendimento do racismo brasileiro atual (NUNES, 2006).

RELAÇÃO ENTRE O RACISMO E A DESIGUALDADE SOCIAL

Esse tópico almeja produzir uma reflexão sobre alguns dados concretos sobre a desigualdade racial dos negros brasileiros. Entende-se que as diversas e complexas dimensões da desigualdade racial não podem ser reduzidas à desigualdade de classe, embora se articulem com ela (CORLETT, 2010).

A população brasileira, de acordo com levantamento do IBGE de 2010, tem 42,1% de pardos e 5,9% de negros autodeclarados. Reunindo os dois conjuntos, temos quase

metade da população total. Os resultados do Censo 2010 mostram o Brasil como uma das maiores nações negras do mundo e que, pela primeira vez, a maior parte da população se autodeclara negra. Estes dados evidenciam o quanto o termo "minorias" é inadequado.

Se os negros são a maioria do país, supostamente deveriam ter equivalência em termos de acesso a direitos sociais. Contudo, a "parte negra" concentra dados iníquos em relação à branca, formando, na prática, dois países. A desigualdade social tem cor. Ela deriva, principalmente, "da forte concentração de renda no segmento mais rico da sociedade [...]. Os negros frequentam a riqueza do país, mas são participantes minoritários. Os brancos são mais ricos e mais desiguais. Os negros, mais iguais e mais pobres" (HENRIQUES, 2001, p. 49).

As circunstâncias das desigualdades raciais abrangem aspectos sociais de várias grandezas que, apesar de estarem associadas, integram meios de observação bastante distintos. Considerando-se somente as dimensões de natureza socioeconômicas, o acesso à educação em seus diversos pontos, o avanço escolar, local de moradia, trabalho e renda são algumas das possibilidades de observação. (HENRIQUES, 2001).

Lopes (2005) afirma que a desigualdade brasileira tem como característica a sobreposição raça e classe. Mesmo com os negros representando uma grande parcela em situação de extrema pobreza, pensamentos de caráter universal não foram capazes de lutar contra as diferenças raciais. É importante ressaltar que as respostas de caráter social/universal até então não foram gastas, por exemplo, a proposta de uma boa educação pública, principalmente nas regiões mais carentes. O autor destaca ainda que existe um desprezo da sociedade brasileira e do governo associado à pobreza que se relaciona também com o fato dessa população ser em sua maioria negra.

Existe um aspecto importante acerca da desigualdade racial: aquele que não envolve diretamente desigualdades de bens e recursos. Há outras possibilidades de observar as desigualdades raciais: a violência racial, em especial a brutalidade policial com os jovens negros, fortemente pautada nos estereótipos raciais do negro como criminoso em potencial, e ainda os estereótipos em torno das mulheres negras, que oscilam entre o confinamento no serviço doméstico e sua sexualização em torno da figura da "mulata". Em síntese, o tema da desigualdade racial nos obriga a pensar sobre suas múltiplas dimensões, assim como sobre os efeitos do racismo em sua produção e reprodução (OLIVEIRA; MENEGHEL; BERNARDES, 2009).

A violência para com o negro é uma violência estrutural, ou seja, é uma violência produzida pelo sistema socioeconômico e político da sociedade que se estabelece na estrutura social perpetuando o sofrimento e a desigualdade. Consegue ser representada em várias situações que incluem a divisão desequilibrada de capital ou funções, e por esse desequilíbrio, o acesso dessas pessoas a vários recursos é dificultado ou limitado. Alguns exemplos de serviços e recursos são: educação, assistência médica/saúde, renda e alfabetização (GALTUNG, 1969).

O “Relatório do Desenvolvimento Humano: Racismo, pobreza e violência” do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD) demonstram bem esses dados de desigualdade, por meios dos quais é possível observar que, apesar do crescimento da renda das últimas décadas, o percentual de negros pobres nunca ficou abaixo de 64%. Embora sejam mais de 45% da população total, os negros compõem 70% dos 10% mais pobres e não passam de 16% dos 10% mais ricos.

O espaço escolar, por exemplo, tem sido um dos recintos mais cruéis para a criança negra conforme os autores Kon, Abud e Silva (2017), pois é o local onde ela irá aprender que não tem estima (com base em estereótipos que predominam ao redor) e onde não terá acesso a informações importantes sobre seus ancestrais, colocando o sujeito em um ambiente destituído. Em consequência disso, a evasão escolar desse grupo se define como sendo a última e mais desesperada forma de reação em combate a esse sistema racista do qual faz parte também, a educação. Em decorrência dessa série de problemas experienciadas pela população negra dentro do âmbito educacional pode ser traumático, visto que o argumento racista pode afetar a mente do sujeito negro e causar uma visão depreciativa a respeito de si, conforme o que lhe é apresentado nas mais variadas situações. Sendo assim, ele é orientado a acreditar que devido as suas características étnicas, é inferior (VALE & SANTOS, 2019).

Zamora (2012) afirma que o combate para pôr fim a essas injustiças deixadas pela escravidão e pelo colonialismo, contra essa parcela da população, teria de abranger a todos. A participação da população negra no progresso público é urgente, assim como sua cultura e história, e deveriam ser o objetivo principal das políticas públicas, visando à eliminação das desigualdades.

O racismo compõe nossa memória, história, organiza as relações em nossa sociedade e deve ser encarado como sendo a séria problemática que de fato é (VIEIRA, 1995; SANTOS, 2009). O racismo exerce possivelmente a mais potente fragmentação na nossa

sociedade, visto que explica até mesmo a autoridade do Estado de deixar morrer ou de matar (FOUCAULT, 2005; AGAMBEM, 2007; ALVARENGA FILHO, 2010). O Estado atua na seleção entre quem tem ou não tem o direito a uma vida digna; entre quem deve ser cuidado e conservado; e quem é a vida indigna, que não merece ser vivida (ZAMORA, 2012).

PRINCIPAIS TIPOS DE SOFRIMENTO PSÍQUICO PROVOCADOS PELO RACISMO

O atual tema tem o intuito de evidenciar o racismo como sendo causador de dor e sofrimento psíquico em indivíduos negros pobres e mostrar também de que forma o racismo interfere na formação da sua subjetividade. O racismo é um produto social, de cunho ideológico e que influencia diretamente em toda a sociedade, pois gera falsas percepções sociais sobre as pessoas alvos da discriminação e do preconceito (MADER, 2016). Schuman (2010) afirma que toda ideia ou comportamento que divida as raças humanas ou que coloque uma como sendo superiores as outras, é racismo. A injustiça social promove o sofrimento psicológico e faz com que a pessoa injustiçada se veja como sendo incapaz e inferior diante outrem. Diante a desigualdade se manifesta no indivíduo de forma psicológica, social e em violência física, interferindo na subjetividade do indivíduo de acordo com as situações traumáticas vividas. O racismo produz obstáculos que impedem o desenvolvimento integral de indivíduos e grupos (MADER, 2016).

Santos e Shucman (2015) afirmam que de acordo com a história, a conexão entre raça e doença mental do final do século XIX no Brasil levou os profissionais a estabelecerem analogias entre doença mental e as raças que eram consideradas rebaixadas. Em 2016, um levantamento feito pelo Ministério da Saúde e Universidade de Brasília mostrou que a cada dez jovens que se suicidam no Brasil, seis são negros (BRASIL, 2018), enfatizando assim, que um dos grupos mais afetados pelo suicídio é o dos jovens e especialmente os jovens negros, devido, sobretudo, ao preconceito, à discriminação racial e ao racismo institucional.

Silva (2004) assegura que grande parte da população negra vive em permanente sofrimento mental pela dificuldade que a população tem de aceitar o negro. São apontados múltiplos sintomas físicos e psíquicos decorrentes da constante condição de tensão emocional, de angústia e de ansiedade, com distúrbios de comportamento e do pensamento, sofrida cotidianamente pela pessoa alvo do racismo.

A exposição diária a ocasiões ofensivas e constrangedoras pode desencadear um número de processos desorganizadores dos elementos psíquicos e emocional. Essa condição pode causar também taquicardia, hipertensão arterial, úlcera gástrica, ansiedade, ataques de pânico, depressão, dificuldade de se abrir, ataques de raiva violenta e aparentemente não provocada, comprometimento da identidade e distorção do autoconceito (SILVA, 2004).

O racismo prejudica a saúde psíquica dos indivíduos, podendo fazê-los desenvolver sintomas psicossomáticos, inibições, impedimentos (de acesso, de participação), especialmente na experiência de negritude e/ ou desenvolver uma autoimagem distorcida, descolada da própria realidade e racialidades (SILVA, 2004).

Senna e Lima (2012) afirmam que essa ansiedade motivada pelo racismo passa a ser um problema de saúde pública. Em relação às políticas públicas, é necessário que o cidadão tenha o direito a um serviço de saúde mental eficaz, direcionado ao sofrimento da população negra que sofre com o racismo.

O PAPEL DA PSICOLOGIA NA LUTA CONTRA O RACISMO

Zanello e Gouveia (2016) afirmam que o elo entre raça e saúde, em todas as suas áreas, é uma problemática que ficou menosprezada na memória dos povos, e ainda mais se tratando de raça e saúde mental em específico. Mesmo tendo fortes indícios apontando para a ausência de um olhar crítico dentro das teorias raciais do século XX, talvez a crença por trás da utopia em dizer que existe democracia racial tenha culminado nesse descaso. Essa falta de visibilidade perpassou a prática clínica e psiquiátrica e perpetua também outras áreas. Um forte indicador disso é a falta de obrigatoriedade na declaração do sujeito no quesito cor/raça no momento que é feita a triagem.

Segundo Munanga (2003), a área da Psicologia frente essas questões étnicas e raciais tem também um forte histórico no que diz respeito a ausência de um olhar crítico sobre essas minorias, usando como exemplo a Psiquiatria. A Psicologia clínica tem um olhar desatento para com as vítimas de discriminação e/ou preconceito racial, e o motivo disso é a falta de produção no conhecimento acerca do racismo e também de seus efeitos a longo prazo na estrutura psíquica não só do indivíduo vítima do racismo, mas também das transgressoras do racismo.

Zanello e Damasceno (2018) dizem que o campo da saúde mental é um campo multidisciplinar. Na área da saúde mental, todas as disciplinas, com inserção da Psicologia clínica, devem colaborar com pesquisas e elaborar maneiras adequadas de intervir frente à dor psíquica em qualquer tipo de população. Pessoas que buscam ajuda na área da saúde devido ao sofrimento psíquico causado pelo racismo, é fundamental que tenha ajuda psicológica e seja acolhida da forma correta. Cresce cada vez mais o número de profissionais psicólogos que acolhem cotidianamente indivíduos com traços psicológicos provavelmente afetados pelo racismo. Quanto maior for à desatenção do profissional frente a essa temática da discriminação racial e preconceito existente no sofrimento de indivíduos negros, mais impossibilitado ficará de se atentar para esses processos (SENNA & LIMA, 2012).

O dever do Psicólogo no que se refere à luta contra o racismo é muito grande, principalmente em centros de saúde pública, já que se depara constantemente com grupos e indivíduos que sofreram com os mais variados tipos de racismo, opressão, discriminação e preconceitos, tendo sua saúde mental e física gravemente afetadas (TAVARES, N. O.; OLIVEIRA, L. V.; LAGES, S. R. C, 2013).

Pautado nos princípios que constam no Código de Ética do Conselho Federal de Psicologia (2005, p.7), vale ressaltar os deveres que evidenciam o papel do psicólogo e como este irá basear a sua atuação. São estes:

- (a) promoção da dignidade e integridade do ser humano, apoiados nos valores que preconizam a Declaração Universal dos Direitos Humanos;
- (b) promoção das pessoas e coletividades, contribuindo com a eliminação de negligência, exploração, discriminação e opressão; e
- (c) responsabilidade social, analisando de forma crítica e histórica a realidade político-econômica e social- -cultural do País.

Leite (2008) discorre sobre o trabalho do psicólogo e de como este deve iniciar o acolhimento do indivíduo através da conversa e olhar atento, como uma maneira de aliviar seu sofrimento e suas emoções, diminuir os desconfortos e acima de tudo se sentir aceito naquele momento. Existem situações em que é necessário que o psicólogo atue mais rapidamente no momento, tendo que ir mais afundo para trabalhar na melhora do estado de humor daquele paciente, sua ansiedade, competências e atividades prazerosas.

É fundamental no trabalho do psicólogo viabilizar lugares públicos para facilitar o desenvolver do indivíduo e sua subjetividade, bem como produzir conhecimentos buscando a

compreensão das relações por meio do eu e do outro. Ou seja, falando sobre a diversificação, os grupos e sua identidade, o psicólogo além de estar contribuindo na luta contra o racismo, está também rompendo com atitudes e ideais enraizados na população, buscando novas formas de extinguir o sofrimento psíquico causado pelo racismo. Na luta por um país justo, é necessário que toda uma nação se conscientize e faça parte dessa luta pelos direitos humanos, tratando todos os cidadãos com igualdade. As igualdades de direitos e oportunidades ajudam a reafirmar vínculos e romper com a desumanidade nas relações sociais (COSTA; OLIVEIRA, 2019).

Portanto, conclui-se que, o racismo pode ser multifacetado, encoberto, dissimulado ou naturalizado. É importante notar que a psicologia deve refletir esses assuntos, e de como seus instrumentos podem colaborar para transferências efetivas no que dizem respeito às influências do racismo na saúde mental. Zanello e Damasceno (2018) afirmam que é de grande importância promover a compreensão de todos para que tenham consciência do impacto do racismo sobre as pessoas e como ele se manifesta de múltiplas formas. Reconhecer e estudar os impactos causados pelo racismo é essencial para que suas consequências não fiquem menosprezadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo maior foi fazer uma análise das produções científicas da Psicologia referentes aos efeitos psíquicos e sociais do racismo em indivíduos negros pobres, e também sua ajuda frente ao problema. O campo das pesquisas expostas até aqui indica a emergência de um olhar da Psicologia, mais voltado para a investigação e especulação do racismo, seus desdobramentos e impactos causados na sociedade vista de forma dupla, seja na experiência do racismo como estressor diário e causal de dor, quanto nos serviços prestados na área da saúde mental, que teriam que ter como foco o acolhimento e prestação de apoio à pessoa vítima do racismo.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social. **Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros 2012 a 2016 / Ministério da Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e**

Participativa, Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social. Universidade de Brasília, Observatório de Saúde de Populações em Vulnerabilidade – Brasília: Ministério da Saúde, 2018

_____. **CÓDIGO DE ÉTICA DO PROFISSIONAL PSICÓLOGO.** 2005. Disponível em: <http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo_etica.pdf>. Acesso em: 05 abr. 2020.

CARNEIRO, L.T. Maria. **O racismo na História do Brasil.** 8. ed. São Paulo: Ática, 2003.

CENSO DEMOGRÁFICO (IBGE) 2010. **Características da população e dos domicílios: resultados do universo.** Rio de Janeiro: IBGE, 2011.

CORLETT, Carlos Kleber Sobral. **UMA CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA DA VIDA DOS NEGROS NO BRASIL E A IMPORTÂNCIA DA LEI 10.639/03.** - Cadernos Imbondeiro. João Pessoa, v.1, n.1, 2010.

FERNANDES, Florestan. **A Integração do Negro na Sociedade de Classes.** São Paulo: Globo, 2008.

GOMES, N. L. **Alguns termos e conceitos presentes no debate sobre relações raciais no Brasil: uma breve discussão.** In: SECAD. Educação anti-racista: caminhos abertos pela Lei Federal nº 10.639/03. Brasília: SECAD, 2005. p. 39-62.

HENRIQUES, R. **Desigualdade racial no Brasil:** evolução das condições de vida na década de 90. Texto para discussão n. 807. IPEA, 2001, Disponível em: <http://www.ipea.gov.br/pub/td/2001/td_0807.pdf>. Acesso em: 07 jan. 2020.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese de Indicadores Sociais.** Brasília, 2010.

JACCOUD, L. (Org.). **A construção de uma política de promoção da igualdade racial: uma análise dos últimos vinte anos.** Brasília: IPEA, 2009, p.147-170.

KON, Noemi Moritz; ABUD, Cristiane Curi; SILVA, Maria Lúcia Da. **Racismo e o Negro no Brasil.** Questões Para a Psicanálise. São Paulo: Organizadoras, 2017.

LEITE, D. M. **Psicologia diferencial e estudos em educação.** 2008. (Série Dante Moreira Leite). São Paulo, SP: Editora UNESP.

LOPES, Vera Neusa. **Racismo, Preconceito e Discriminação.** In: Superando o racismo na escola. Secretaria de Educação Continuada, Alfabetizada e Diversidade. 2005. Disponível em: <<http://etnicoracial.mec.gov.br/2013-03-06-18-02-36>>. Acesso em: 31 jan. 2020.

MASIERO, A. L. **A Psicologia racial no Brasil (1918-1929).** Estudos de Psicologia, 2005. 199-206. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-294X2005000200006>>. Acesso em: 15 set. 2019

OLIVEIRA, M. L. P.; MENEGHEL, S. N.; BERNARDES, J. S. **Modos de subjetivação de mulheres negras: efeitos da discriminação racial.** *Revista Psicologia e Sociedade*. Porto Alegre, v. 21. 2009. n. 2. p. 266-274

PNUD. **Relatório de Desenvolvimento Humano Brasil 2005** – Racismo, pobreza e violência. Disponível em: <http://www.pnud.org.br/HDR/Relatorios-Desenvolvimento-Humano-Brasil.aspx?indiceAccordion=2&li=li_RDHBrasil>. Acesso em: 07 jan. 2020.

SÁ, C. P. **Sobre a psicologia social no Brasil, entre memórias históricas e pessoais.** *Psicologia & Sociedade*, 2007.

SANT'ANA, Antônio Olímpio. **História e Conceitos Básicos Sobre o Racismo e Seus Derivados.** In: Superando o racismo na escola. Secretaria de Educação Continuada, Alfabetizada e Diversidade. 2005. Disponível em: <<http://etnicoracial.mec.gov.br/2013-03-06-18-02-36>>. Acesso em: 25 out 2019.

SANTOS, A. O., SCHUCMAN, L. V. **Desigualdade, relações raciais e a formação de psicólogo(as).** *Revista EPOS*, 2015. p.117-140.

SCHUCMAN, L. V. **Racismo e Antirracismo: a categoria raça em questão.** *Psicologia Política*, vol.10, 2010. n. 19, p.41-45,

SENNA D.M, LIMA T.F. **Saúde da População Negra na atenção primária à saúde: a questão da violência.** In: Batista LE, Werneck J, Lopes F, orgs. *Saúde da população negra*. Petrópolis: DP et Alii; 2012; p. 153-71

SILVA, M. L. **Racismo e os efeitos na saúde mental.** In: L. E. Batista, S. Kalckmann (Orgs.), *Seminário saúde da população negra do Estado de São Paulo São Paulo, SP: Instituto de Saúde*. 2004. p. 129-132.

GALTUNG, Johan. **Violence, peace and peace research.** *Journal of Peace Research*. Oslo, v. 6, 1969. n. 3, p. 167-191,

VIEIRA, B. **Black resistance in Brazil: a matter of necessity.** In: BOWNSER, B. P. *Racism and anti-racism in world perspective*. California: Sage Publications, 1995, p. 227-240.

SANTOS, J. R. **Mídia e produções de subjetividade: questões do racismo.** In: Conselho Federal de Psicologia. *Mídia e psicologia: produção de subjetividade e coletividade*. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2009. p. 157-174,

FOUCAULT, M. **Em defesa da sociedade.** São Paulo: Martins Fontes, 2005.

AGAMBEM, G. **Homo Sacer. O poder soberano e a vida nua I.** Belo Horizonte: UFMG, 2007.

ALVARENGA FILHO, J. R. **A "Chacina do PAN" e a produção de vidas descartáveis na cidade do Rio de Janeiro: "Não dá pé não tem pé nem cabeça não tem ninguém que mereça**

não tem coração que esqueça". 2010. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2010.

COSTA, Elizama Franciane da *et al.* **O sofrimento psíquico causado pelo racismo e o seu impacto na subjetividade.** Maringá, 2019. Disponível em: <<http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/444/1889>>. Acesso em: 22 maio 2020.

TAVARES, Natália Oliveira *et al.* **A percepção dos psicólogos sobre o racismo institucional na saúde pública.** Rio de Janeiro, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/sdeb/v37n99/a05v37n99.pdf>>. Acesso em: 23 maio 2020.

NUNES, Sylvia da Silveira. **Racismo no Brasil: Tentativas de Disfarce de Uma Violência Explícita.** São Paulo, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/pusp/v17n1/v17n1a07.pdf>>. Acesso em: 20 maio 2020.

CLASTO, Daiana da Costa *et al.* **Discriminação racial: reflexos no processo de ensino-aprendizagem e na construção identitária do aluno.** Bebedouro, 2018. Disponível em: <<http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/cadernodeeducacao/sumario/68/12042018175056.pdf>>. Acesso em: 20 maio 2020.

DO VALE, Rosiney Aparecida Lopes *et al.* **Racismo na educação escolar: discursos que ferem.** Natal, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.ufrn.br/educacaoemquestao/article/view/18289/12274>>. Acesso em: 22 maio 2020.

ZAMORA, Maria Helena Rodrigues Navas. **Desigualdade racial, racismo e seus efeitos.** Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-02922012000300009>. Acesso em: 22 maio 2020.