

A depressão nas mulheres negras brasileiras: um estudo acerca do racismo estrutural e seu impacto psíquico

Brazilian black women's depression: a study about structural racism and its psychic impact

Jackeline Ribeiro Martins^a, Mara Aline de Campos dos Santos^b

a: Graduanda do Curso de Psicologia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU, Brasil

b: Psicóloga, Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU, Brasil

RESUMO

O presente estudo buscou articular problemas sociais como racismo e machismo com o desenvolvimento do transtorno depressivo em mulheres negras brasileiras. Para isso, foi considerada a relação desigual que se estabeleceu entre brancos e negros ao longo da história, a forma como essa relação influenciou na construção do imaginário social acerca da negritude e o impacto do racismo na formação da identidade e da subjetividade negra. Foi realizada pesquisa bibliográfica e documental acerca das condições sociais e econômicas da mulher negra brasileira e analisadas as vulnerabilidades que estão submetidas. Com base nas teorias psicológicas sobre a construção da identidade, todos esses fatores foram avaliados como potencialmente perigosos para a saúde mental e comparados aos fatores de risco para o desenvolvimento do transtorno depressivo. O estudo concluiu que há uma relação entre o racismo e a depressão, uma que o transtorno depressivo é uma doença de maior incidência em mulheres e negros, e que as mulheres negras brasileiras estão expostas a diversas vulnerabilidades sociais e culturais que são classificadas como fatores de risco para o desenvolvimento da depressão.

Descritores: depressão, feminismo, psicologia

ABSTRACT

The present study sought to articulate social problems such as racism and machismo with the development of depressive disorder in black Brazilian women. To this end, it considered the unequal relationship that has been established between whites and blacks throughout history, how this relationship influenced the construction of the social imaginary about blackness and the impact of racism on the formation of black identity and subjectivity. A bibliographic review and documentary research were carried out about the social and economic conditions of black Brazilian women and the vulnerabilities to which they are subjected were analyzed. Based on psychological theories about the construction of identity, all these factors were evaluated as potentially dangerous for mental health and compared to risk factors for the development of depressive disorder. The study concluded that there is a relationship between racism and depression, one that depressive disorder is a disease of higher incidence in women and blacks, and that black Brazilian women are exposed to several social and cultural vulnerabilities that are classified as risk factors for the development of depression.

Descriptors: depression, feminism, psychology

INTRODUÇÃO

O feminismo bem como o racismo não são temas novos, tampouco estão ultrapassados, são debates urgentes e fundamentais para a construção de uma sociedade justa. Por séculos a

mulher foi subjugada e destituída do direito de fala, de voto, de escolha e de autonomia quanto a seus corpos e seu destino. Quando falamos sobre a mulher negra, essa opressão é ainda mais violenta e persistente, isso acontece pois, segundo a filósofa e ativista Djamila Ribeiro¹, a mulher negra carrega estereótipos criados pelo machismo e pelo racismo, o que as deixa em uma situação de maior vulnerabilidade quando comparada ao homem negro ou à mulher branca.

O termo “negro”, no Brasil, se refere a pretos e pardos conforme a classificação do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)², onde pretos e pardos são agrupados em uma mesma categoria estatística. O decreto Nº 48.328, de 15 de dezembro de 2003 da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo compreende os pretos e pardos como afrodescendentes.³

A população negra, de forma geral, tem inúmeras desvantagens quando comparada à população branca. Conforme publicado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE⁴, as desigualdades podem ser verificadas por meio de indicadores como “desigualdade de oportunidades, de renda e de mercado de trabalho”.^{4,6} Analisando esses indicadores no Brasil, percebemos que a população negra está em condições de vulnerabilidade e até de sub-humanidade. Dados de 2018 do IBGE⁵ mostraram que os negros compõem a maioria dos que residem em domicílios com inadequações como: falta de coleta de lixo, ausência de água potável ou esgotamento sanitário. Compõem também a maior taxa de analfabetismo e são a minoria a completar o ensino médio e a ingressar nos cursos de nível superior. Além disso, de acordo com o Ministério da Saúde⁶, em 2013 78,8% da população negra não tem plano de saúde, o que indica uma maior deficiência no tratamento e controle das doenças.

Conforme o Capítulo II, Artigo 6º da Constituição da República Federativa do Brasil⁷, são direitos sociais: o acesso à educação, à saúde, à alimentação, ao trabalho e à moradia. O Artigo 3º da mesma constituição, em seus itens III e IV, ainda declaram, respectivamente, que devem ser objetivos fundamentais da República Federativa do Brasil “erradicar a pobreza e a marginalização e reduzir as desigualdades sociais e regionais”^{7,11} e “promover o bem de todos, sem preconceitos de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação”.^{7,11} Apesar disso, o Conselho Federal de Psicologia (CFP)⁸ destacou que há uma “existência reduzida de políticas públicas com recorte racial”.^{8,39}

Não apenas injusta, a situação do negro no Brasil é anticonstitucional, principalmente quando levado em conta que essas desigualdades estão relacionadas com um sistema político e econômico que é voltado para o homem branco. Dados que refletem essa realidade são os números de representantes políticos negros e brancos no Brasil. De acordo com dados retirados do IBGE², em 2019 os negros possuíam a menor representação política. Embora sejam 55,8% da população, esse grupo é representado por “24,4% dos deputados federais e

28,9% dos deputados estaduais eleitos em 2018 e por 42,1% dos vereadores eleitos em 2016 no país”.^{2,11} O IBGE ressaltou que:

Há uma proporção maior de candidaturas de pessoas pretas ou pardas para os cargos de deputado federal (41,8%), deputado estadual (49,6%) e vereadores (48,7%) do que candidatos com esse perfil efetivamente eleitos. Assim, não é possível atribuir a sub-representação desse grupo populacional unicamente a uma ausência de candidaturas, pelo menos no que tange às eleições legislativas proporcionais de 2014 a 2018.^{2:11}

Devemos nos atentar ainda que a Constituição da República Federativa do Brasil proíbe que analfabetos, que como já foi dito são majoritariamente pessoas negras, assumam algum cargo político.⁷ Portanto, permitir que os negros continuem formando as camadas mais pobres da sociedade é uma forma de perpetuar a dominância do homem branco sobre os corpos e destinos negros.

Além das violências de base socioeconômica, os negros também são as maiores vítimas de violência física. Conforme dados do Disque Direitos Humanos⁹, em 2018 os negros e as mulheres estão entre a maior parte das vítimas de violações de direitos no Brasil.

Analisando esses indicadores de desigualdade sociais, nos deparamos com uma base econômica primitiva, onde o sistema de poder branco ainda se sustenta às custas da marginalização da população negra. O objetivo desse artigo foi avaliar as condições de vida a qual as mulheres negras brasileiras estão submetidas, quais suas vulnerabilidades e os impactos do racismo em sua saúde, segurança e na sua forma de existir no mundo. Relacionar o surgimento de sintomas depressivos nessas mulheres com as questões raciais e destacar a importância da psicologia como forma de resgatar a integridade e o valor e evitar o adoecimento psíquico. Perceber os mecanismos sociais mantenedores do racismo é um passo fundamental para a reestruturação social, pois nos dá acesso a ferramentas que permitam a mudança e a reparação histórica.

MÉTODO

A pesquisa foi de caráter documental realizada nos bancos de dados oficiais como Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Ministério da Saúde, Ministério do Desenvolvimento Social (MDS), Organização Pan Americana da Saúde (OPAS), Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE), Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), Ministério da Justiça, Conselho Federal de Psicologia (CFP) e os Conselhos Regionais de Psicologia (CRP) para coletar dados que pudessem

oferecer um panorama real da situação do negro, especialmente da mulher negra, no Brasil durante a última década.

Foram realizadas pesquisas bibliográficas de textos científicos produzidos no Brasil sobre o tema em base de dados dos seguintes descritores: *machismo*, *racismo estrutural*, *branqueamento* e *depressão*, para melhor compreender a articulação entre fatos históricos, as faces do racismo e a qualidade de vida negra no Brasil. Foi dada prioridade aos trabalhos acadêmicos produzidos por historiadores, sociólogos, filósofos, advogados e ativistas do movimento negro principalmente àqueles redigidos por mulheres negras entre os anos de 2011 a 2021.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Construção identitária do negro no brasil

É comum que a identidade seja pensada como algo natural, inerente à própria pessoa, o sociólogo Tomaz Tadeu Silva¹⁰ explica que muitas vezes a identidade é pensada como algo que se dá de forma autônoma, um processo autoconferido e autossuficiente. No entanto, o autor afirma que a identidade não é inata, ela pertence a um contexto cultural e social, é construída nas relações que estabelecemos desde o início da nossa vida e vão surgindo a partir da delimitação do eu e da diferenciação do outro¹⁰. Silvio Almeida¹¹, advogado e filósofo, ressaltou que as relações sociais são mediadas pela ideologia, isto é, “pelo imaginário que é reproduzido pelos meios de comunicação, pelo sistema educacional e pelo sistema de justiça em consonância com a realidade”¹¹.^[n.p.]. A partir dessa perspectiva, ao se referir a identidade racial, Almeida concluiu que:

Uma pessoa não nasce branca ou negra, mas torna-se a partir do momento em que seu corpo e sua mente são conectados a toda uma rede de sentidos compartilhados coletivamente, cuja existência antecede a formação de sua consciência e de seus afetos¹¹.^[n.p.]

A construção simbólica acerca da identidade negra vem se desenvolvendo desde o Brasil colônia, e desde o princípio foi colocada como inferior em relação a identidade branca. A filósofa Ana Célia da Silva¹² explicou que com o fim da escravidão, a quantidade de negros livres em solo brasileiro preocupou a elite branca que temia que aquele povo despatriado e humilhado cobrasse equidade.

Nesse contexto, levando em conta o interesse da população branca em manter-se no poder, era mais fácil estabelecer uma falsa hierarquia biológica de raças do que aceitar as diferenças étnico/culturais entre os povos brancos e negros, isso porque reconhecer e valorizar a diferença exigiria reparação e a relação de igualdade entre esses dois povos, o que

naturalmente levaria o branco a perder seu lugar de dominador e explorador do negro¹². Para manter a relação de submissão do povo negro, as ideologias de dominação surgem buscando “a desconstrução da identidade étnico/ racial/cultural, da autoestima e do reconhecimento dos valores e potencialidades do oprimido”^{12,95}. Criou-se então a ideologia de branqueamento que, segundo Silva¹², provavelmente se originou por meio de discursos racistas disfarçados de teorias científicas.

Para a psicóloga social Maria Aparecida Silva Bento¹³, esta ideologia usa de recursos simbólicos para manter a soberania sobre o povo negro, pois constrói “um imaginário extremamente negativo sobre o negro, que solapa sua identidade racial, danifica sua autoestima, culpa-o pela discriminação que sofre e, por fim, justifica as desigualdades raciais”^{13,6}. A psicóloga descreveu que o branqueamento se mantém por dois mecanismos psíquicos: o “narcisismo” que, como forma de autopreservação, coloca o branco como referência da condição humana, ao passo que todos aqueles fora dessa categoria são estereotipados como inferiores; e a “projeção” que tende a atribuir as tentativas da pessoa negra em atingir um padrão branco como um problema dela que, infeliz com seu fenótipo, tenta branquear seus traços.¹³

O CFP⁸ corrobora com Bento quando defende que o branqueamento dos traços negros não tem relação com uma insatisfação originária do próprio negro, e sim com um mecanismo de defesa psíquica que a pessoa negra ativa a fim de atenuar os impactos do racismo sobre sua autoestima e escamotear a discriminação vivenciada, mantendo assim a integridade psíquica e intersubjetiva, trata-se de um mecanismo de negação ou de identificação com o agressor.

Conforme Bento¹³, os mecanismos que sustentam a ideologia do branqueamento então mantem a autoestima do branco, valorizando seus traços e fortalecendo o grupo, e, ao colocar o branqueamento sob responsabilidade do negro, tem como função isentar o branco de seu lugar de privilégio, mascarar seu narcisismo e o monopólio das construções simbólicas.

Um dos recursos usados para perpetuar a dominância da identidade branca como a ideal é o uso de veículos de comunicação como programas de TV e propagandas. Larissa Rangel¹⁴, em seu estudo acerca da presença de mulheres negras e brancas em propagandas, destacou a quase inexistência da pessoa negra em propagandas e, quando presentes, estas geralmente são colocadas em situações vinculadas a pouco prestígio social. Um exemplo disso é descrito por Mara Vidal¹⁴, que identificou uma presença maior de negros como representação de baixo poder socioeconômico como, por exemplo, nas propagandas da Caixa Econômica que, no campo simbólico social, trata-se de uma instituição relacionada as camadas mais pobres da sociedade.

Além das propagandas, as advogadas Imaíra de Almeida da Silva e Cássius Chai¹⁵ afirmaram em seu artigo acerca do direito da mulher negra à saúde mental, que as relações de dominância do branco sobre a pessoa negra são representadas em diversos setores de produção cultural como “na literatura, nos programas humorísticos, na teledramaturgia, nos ditados populares, na criação de estereótipos, entre outros”^{15, 992}. Bento¹³ também apontou para o fato de que pessoas brancas geralmente são utilizadas como modelos em todos os meios de comunicação social.

A normalização de uma identidade em detrimento de outras é uma forma de afirmar a diferença e, dessa forma, delimitar o poder. Assim como pontuado por Silva¹⁰, a divisão “nós” e “eles” estabelece uma hierarquização e quando um dos grupos detém o privilégio de classificar o outro, ele pode definir os valores dos subordinados. Silva¹⁰ definiu ‘normalizar’ como “atribuir a essa identidade todas as características positivas possíveis, em relação às quais as outras identidades só podem ser avaliadas de forma negativa”^{10, 83}. Quando há a fixação de uma identidade como norma, ela é usada como parâmetro pela qual as demais identidades são julgadas e hierarquizadas.

O autor apontou que a identidade “normal” é a identidade “natural, desejável e única”^{10, 83} e a força dessa imposição da identidade-norma é tão intensa que ela deixa de ser vista como uma identidade e se torna “a identidade”.¹⁰ Portanto, normalizar a seleção de uma identidade branca como protagonista de produções culturais, é uma forma de promover uma hierarquização que se apoia nas diferenças fenotípicas fazendo com que uma delas sirva como parâmetro a qual são atribuídas características positivas ao passo que todas as outras identidades que diverjam da eleita, sejam vistas como inferiores ou negativas. É a construção de uma imagem negativa e estereotipada da pessoa negra e a internalização coletiva dessas representações simbólicas já normalizadas que leva ao preconceito racial, pois promove uma percepção distorcida “com disposição a avaliações, crenças e afetos pré-determinados e negativos”.^{8:12}

Para Silva e Chai¹⁵, a combinação entre racismo e sexismo resulta na criação de estereótipos acerca da mulher negra, o que influencia as suas relações sociais. Alguns desses estereótipos criados são “a barraqueira, a submissa, a mulata exportação”.^{15,993} Outra consequência apontada pelas autoras foi que, por muitos anos, durante o Brasil imperial, as negras foram vistas como objeto sexual pelos seus opressores. A objetificação da mulher negra ainda permanece no imaginário social, o que se traduz no número de estupros cometidos no Brasil cujo as maiores vítimas são as negras, conforme dados do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA¹⁶.

A objetificação da mulher negra atrelada ao simbolismo racista faz com que essas mulheres sejam menos escolhidas para relações afetivas em relação às mulheres brancas. A advogada Raissa Santos Xavier¹⁷ afirmou que, ainda hoje, os traços fenotípicos da mulher negra são vistos de forma negativa e, além disso, a “mulher negra também é hiper sexualizada e associada ao trabalho servil, sendo ignorados completamente seus desejos sexuais e afetivos como pessoa humana”.^{17,[n.p.]} Lélia Gonzalez¹⁸ atribuiu essa visão dicotômica da mulher negra – onde, por um lado, ela é hiper sexualizada e, por outro, responsável pelo trabalho doméstico –, como uma herança da escravatura onde as negras eram exploradas tanto nos afazeres domésticos quanto sexualmente.

Bento¹³ afirmou que, mesmo em movimentos feministas, onde há um grande incômodo em relação ao papel que a mulher ocupa no imaginário social, esse incômodo não se estende a situação de maior vulnerabilidade em que se encontram as mulheres negras, a autora nomeou essa indignação seletiva que abrange apenas o grupo de mulheres brancas de “indignação narcísica”^{13,10}. Bento¹³ classificou essa desconsideração dos problemas de cunho racial dentro do movimento feminista como uma “exclusão baseada no interesse”^{13,10} pois, não falar sobre o sofrimento negro e a responsabilidade branca nesse processo, tem o objetivo de defender os interesses das brancas que, mesmo que não pratiquem abertamente o comportamento racista, se beneficiam do racismo produzido por outras pessoas, uma vez que tem o privilégio simbólico da branquitude que abre muitas portas, ainda que essas portas sejam abertas às custas da dignidade negra. A exclusão baseada no interesse promove um “descompromisso político com o sofrimento de outro”^{13,10}, o que ocasiona uma exclusão moral.

Moral, segundo o filósofo Nicola Abbagnano¹⁹, significa um conjunto de normas que definem a conduta. Kant colocou o conceito de moralidade como uma oposição à ilegalidade.¹⁹ A partir dessa definição, a exclusão moral pode ser entendida como uma classificação dos traços negros como algo que é “imoral”, ilegal ou fora das normas estabelecidas pela elite branca. Para Bento¹³, a exclusão moral promove a desvalorização do outro como ser humano e, quando isso acontece, os excluídos podem ser desprezados, suas falhas são julgadas com maior rigor e justificam, no imaginário social, o desprezo com o qual esses grupos são tratados, isentando assim o branco de qualquer responsabilidade sobre a exclusão dada aos “imorais”. É a exclusão moral que guia a população desde a discriminação até o genocídio¹³.

A desvalorização da identidade negra apoiada em recursos simbólicos constituintes das relações sociais, torna-se empecilho para que o negro se perceba e seja percebido como um ser de valor, de dignidade e de direitos. A dominação, segundo o psicólogo social José Moura Gonçalves Filho²⁰, suprime o direito à ação, à fala, e corrompe a identidade, rebaixa a cultura

do outro fazendo com que “suas crenças apareçam como credices, sua religião como superstição, sua língua como instrumento tosco”.^{20,68}

Quando quem fala é, todavia, impedido de falar, impedido de opinar, impedido de responder por um ponto de vista e participar de decisões, começa a desaparecer socialmente. Quem age e fala, aparece: toma iniciativas, faz gestos e faz propostas em direção que excede as direções conhecidas e automáticas.^{20:68}

Quando silenciado e colocado em uma posição de servidão, o negro acaba passando por um processo de invisibilidade, onde só existe na relação com o dominador²⁰.

As condições sociais da mulher negra no Brasil

Os estereótipos, a discriminação e o preconceito são elementos base do racismo, não podemos falar de racismo se, por trás, não houver toda essa construção que é social, histórica e cultural⁸. O ato discriminatório nada mais é do que a articulação prática de símbolos previamente construídos, assim como destaca o CFP⁸ “é a discriminação que materializa o racismo”.^{8,29}

O CFP⁸ define a discriminação racial como “comportamentos de distinção com prejuízo para negros, podendo se manifestar como privação de direitos ou diferença de tratamento”^{8,12}. Todo o repertório cultural carregado de racismo impacta diretamente no bem-estar social do negro, dificultando o acesso à educação, à boas condições de trabalho, à segurança e a liberdade. Quando olhamos especificamente para as mulheres negras, essas desvantagens se tornam ainda mais evidentes. Estando a mulher negra fora das duas principais categorias de poder – ser homem e ser branco – o espaço permitido para elas se torna um espaço de invisibilidade política e econômica. O CFP⁸ declara que quando a discriminação ocorre contra a mulher negra, trata-se de uma discriminação entrecruzada, pois abrange o racismo e sexismo.

O racismo (e o sexismo) se expressa em diferentes situações – na forma de morrer, na possibilidade de estudar, de ter ou não trabalho e moradia dignos, na possibilidade de casar... – todas causam sofrimento psíquico e impedem a mobilidade social do (a) negro (a).^{8:11}

Conforme o Boletim da Secretaria Nacional de Assistência Social²¹, a desigualdade de gênero é visível no mercado de trabalho, nos afazeres domésticos e no âmbito de políticas públicas. Uma pesquisa sobre emprego e desemprego realizada em 2014 pelo Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE)²², apontou que as mulheres negras apresentavam maior índice de desemprego quando comparadas às

mulheres brancas e aos homens brancos e negros. Em 2019, o IBGE²³ registrou que cerca de 16,8% das mulheres negras estavam fora do mercado de trabalho, o maior índice quando comparado o de mulheres brancas (11%) ou de homens negros (11,2%) e brancos (7,7%).

Mesmo quando estão empregadas, as mulheres negras continuam desempenhando funções destinadas a elas desde o período escravista. A historiadora e cineasta Beatriz Nascimento²⁴, descreveu que a sociedade patriarcal somada a resíduos da cultura escravista faz com que elas continuem assumindo empregos “domésticos nas áreas urbanas, em menor grau na indústria de transformação, e que permaneçam trabalhando nos espaços rurais”^{24,[n.p.]}. Suas remunerações em empresas públicas e privadas costumam ser baixíssimas, e as relações de emprego mantêm uma dinâmica semelhante àquelas vigentes no sistema escravocrata. Nascimento²⁴ afirma que “se a mulher negra hoje permanece ocupando empregos similares aos que ocupava na sociedade colonial, é tanto devido ao fato de ser uma mulher de raça negra como por seus antepassados terem sido escravos”.^{24,[n.p.]}

Sendo as negras as que se encontram em situação menos favorável no mercado de trabalho, são majoritariamente atingidas pela pobreza²⁴. Em 2018, o Cadastro Único para Programas Sociais (CadÚnico)⁹ registrou que dentre as quase 14 milhões de famílias usuárias do Programa Bolsa Família, em mais de 90% dos casos as mulheres são as responsáveis pela família e 75% dessas mulheres são negras⁹. Apesar de serem a maioria, elas são as que menos recebem atendimento humanizado, sendo privadas de seus direitos em decorrência de preconceitos raciais, lesbofobia ou transfobia.

Além da vulnerabilidade econômica, as psicólogas Christiane Carrijo e Paloma Afonso Martins²⁵, destacaram que a falta de inserção no mercado de trabalho também expõe a mulher negra a situações de violência doméstica pois, em muitos dos casos, a vítima é financeiramente dependente do agressor. Quando essas mulheres procuram apoio legal contra seus agressores, muitas vezes estão sem seus documentos, que foram roubados ou destruídos por seus agressores, e sem seus filhos. A atitude de tirar dela seus documentos e seus filhos é mais uma forma utilizada pelo agressor de reafirmar a inexistência dessas mulheres.

Fora do mercado de trabalho, compondo as camadas mais pobres da sociedade e sendo obrigada a se apoiar em um parceiro para sobreviver, a mulher negra acaba sendo exposta a uma série de violências – socioeconômica, física e a patrimonial – que se sobrepõem, a humilham e calam.

A taxa de homicídios entre mulheres negras no Brasil em 2017, de acordo com dados do IPEA²⁶, era de 5,63 por mil habitantes, enquanto a taxa de homicídio entre mulheres brancas, no mesmo ano, foi de 3,18 por mil habitantes²⁷. O Índice de Vulnerabilidade Juvenil à Violência

e Desigualdade (IVJ)⁹ aponta que jovens negras têm 2,19 vezes mais chances de serem vítimas de homicídio do que jovens brancas.

A violência prevalente entre crianças e adolescentes do sexo feminino é a sexual, dados do Registro Mensal de Atendimento (RMA, 2017)²¹ apontaram que as meninas compõem 77,2% das vítimas de abuso sexual e 75% das vítimas de exploração sexual. Esses dados estão relacionados à cultura patriarcal de objetificação do corpo feminino²¹ principalmente no que se refere aos corpos de meninas negras, já que dados do IPEA¹⁶ revelaram que, no Brasil, em 2011, o perfil de vítimas de violência sexual era formado majoritariamente por mulheres, cerca de 88,5%, dentre as quais mais da metade tinha menos de 13 anos, e 51% das vítimas eram pretas ou pardas. O mesmo estudo apontou, ainda, que as vítimas negras e pardas têm 37% mais chances de desenvolver infecções sexualmente transmissíveis (IST) do que as vítimas brancas¹⁶. A antropóloga Social Cíntia Liara Engel, em uma publicação para o IPEA²⁸, citou que em 2013, foi registrado pelo Sistema de Informações de Agravos e Notificações (Sinan) que mais da metade das vítimas de violência sexual são mulheres negras enquanto apenas 36,2% são mulheres brancas.

Ana Luísa Coelho Moreira, ex-coordenadora-geral do Programa de Proteção e Atendimento Especializado a Famílias e Indivíduos²¹, acredita que a violência contra a mulher é estrutural e está relacionada a uma cultura patriarcal, principalmente no que se refere às mulheres negras que carregam estigmas criados pelo racismo. Para Brito²⁵, a violência contra a mulher negra cumpre o papel de continuar perpetuando a desumanização e a redução dela a um objeto de posse.

Conforme divulgado pelo Ministério do Desenvolvimento Social – MDS⁹, EM 2018 as mulheres compunham 55% da população atendida pelo Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV) que busca prevenir a ocorrência ou agravamento de situações de violações de direitos e, dentre elas, 64% são mulheres negras⁹. A violência contra a mulher negra impulsiona um consumo de medicação exacerbado por essa população.

Em 2018, o Ministério da Saúde²⁹ constatou que mulheres recorrem a medicações como forma de suportar a violência doméstica e de gênero. Mulheres em situação de rua também fazem uso de medicações para se manterem acordadas durante à noite para que assim possam se proteger contra a violência²⁹. Uma pesquisa com a população em situação de rua, realizada pelo Estado de São Paulo em 2019³⁰, revelou que, só no estado, 68,6% da população de rua é composta por pretos e pardos. Além de estarem mais expostos à violência, a cientista social Milena Cassal e a geografa Talita Fernandes³¹, identificaram que a população de rua é majoritariamente atingida por doenças respiratórias e doenças autoimune.

As autoras entendem essas vulnerabilidades que se somam às condições do negro em situação de rua como parte de uma necropolítica³¹.

Apesar de serem as maiores vítimas de violência e homicídio, as mulheres negras são maioria dentro dos sistemas carcerários. Dados do Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias, realizado pelo Ministério da Justiça³² em 2014, apontaram que as negras compunham 68% da população carcerária, duas a cada três mulheres presas eram negras. Esses dados podem ser facilmente considerados como consequência da falta de acesso da mulher negra ao mercado de trabalho e à educação, uma vez que, de acordo com o IBGE², em 2018 houve um contraste onde 67,6% das mulheres negras completaram o ensino médio enquanto 81,6% das mulheres brancas conseguiram atingir o mesmo grau de escolaridade. Como ressalta Menezes-Filho², no Brasil, o grau de escolaridade está relacionado com altas remunerações no mercado de trabalho.

Outro fator de desigualdade é o acesso a serviços médicos, onde a saúde física das mulheres negras é mais negligenciada quando comparada a das mulheres brancas. Dados da Política Nacional de Saúde (PNS) divulgados pelo Ministério da Saúde⁶, revelou que, em 2013, cerca de 66,2% das mulheres brancas, entre 50 e 69 anos, realizaram o exame de mamografia, já dentre as mulheres pretas e pardas da mesma faixa etária, a porcentagem das que realizaram o exame caem respectivamente para 54,2% e 52,9%.

A PNS⁶ verificou ainda que as mulheres negras são menos assistidas em seus processos gestacionais do que as mulheres brancas. É estabelecido pelo Ministério da Saúde que sejam realizadas ao menos seis consultas pré-natais, porém cerca de 69,8% das mulheres negras atingiram o número esperado de consultas em 2013, já entre as mulheres brancas, no mesmo ano, 84,9% conseguiram realizar o número de consultas previsto⁶. O Sistema de Informações sobre Mortalidade Materna⁶ apontou que, em 2012, 60% das mortes maternas eram compostos por mulheres negras e apenas 34% eram brancas. A PNS declarou ainda que 90% dos óbitos maternos poderiam ter sido evitados, principalmente por meio de ações do serviço de saúde⁶. Carrijo e Martins²⁵ revelaram que 65% das vítimas de violência obstétrica são mulheres negras.

A oferta de serviços de saúde públicos e privados é de menor qualidade quando direcionado ao público negro em comparação à população branca, o CFP⁸ declarou que até mesmo o tempo de consulta para uma pessoa negra é diferente do que é oferecido a uma pessoa branca. O Ministério da Saúde²⁹ apontou que a população negra enfrenta maiores obstáculos para ter acesso à medicação.

Para o CFP⁸ há uma falta de investimento em relação às morbidades que acometem a população negra o que leva "à alta morbimortalidade por condições que poderiam ser evitadas

por meio de políticas públicas eficazes”.^{8,51} Para o Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul³³, o descaso com a população negra é uma política de morte onde se “opera em dois níveis: matando ou deixando morrer. Matando por meio das forças estatais ou paraestatais ou deixando morrer pela insuficiência, ineficácia e precariedade das políticas públicas”.^{33,82}

Izadora R. Silva Costa, mestra em estudos interdisciplinares sobre mulheres, gênero e feminismo e a historiadora Lina Maria B. de Aras³⁴ pontuaram que as relações sociais mantêm um estado de desigualdade entre homens e mulheres, impedindo estas de participarem “dos processos de inserção social, em especial, quando há uma vulnerabilidade que direciona essas mulheres ao sistema de proteção social”.^{34,4} Manter o negro à margem da sociedade é uma forma de privá-lo dos seus direitos políticos, e isso se reflete no número de mulheres negras eleitas como representantes políticas.

Dados do IBGE² (2019) mostraram que em 2018 as mulheres representavam 16,9% dos deputados federais, 31,1% dos deputados estaduais e em 2016 36,8% dos vereadores, o que se traduz em uma carência de paridade participativa da mulher na política. No entanto, olhando especificamente para as mulheres negras, a representatividade é ainda menor, em 2018 elas compunham 2,5% dos deputados federais e 4,8% dos deputados estaduais eleitos e, em 2016, 5,0% dos vereadores². Os dados revelam uma estrutura política que reproduz um sistema de poder patriarcal e branco, onde as mulheres negras são as maiores vítimas.

Para a psicoterapeuta e ativista do movimento negro Maria Lúcia da Silva³⁵, a população negra vive uma estagnação sem chances de ascensão econômica, uma vez que dificilmente conseguem ultrapassar as barreiras impostas economicamente e que se sustentam a partir do imaginário social racista. Marielle Franco³¹ ressaltou que aqueles que residem nas “favelas e ou periferias vivem na emergência da vida, e neste sentido as mulheres, sobretudo mulheres negras, são as que mais são ‘asfixiadas’ pela ausência do estado em seus territórios”.^{31,99}

O transtorno depressivo na mulher negra

Para o CFP⁸, somos atravessados por classificações sociais de raça, gênero e classe econômica. Sendo essas as bases que apoiam a nossa existência como seres sociais, é possível perceber o impacto que a vulnerabilidade social causa na forma como o ser existe e se percebe. A mulher negra existe na sociedade Brasileira como um ser de poucos recursos econômicos, cercada por simbologias machistas e racistas que as mantêm nesse lugar de vulnerabilidade da cuja superação torna-se quase impossível. A Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu em 1946, a saúde como “um estado de completo bem-estar físico,

mental e social”^{36:[n.p.]}, mas é impossível alcançar um bem-estar físico ou mental quando o ser ocupa um lugar de existência social de tão pouco valor, escassa de recursos ou oportunidades.

O adoecimento da mulher negra é, portanto, resultado direto de um adoecimento que é social, coletivo e que vem sendo ignorado. Um adoecimento que desde o Brasil-colônia, vem se infiltrando na sociedade por meio da construção de um simbolismo distorcido que, convenientemente, coloca o branco como representação do sucesso, da beleza e do poder, e assim cristaliza a naturalização da imagem do negro que vive nas periferias, que está fora das universidades, que sofre esperando atendimento médico, que é agredido, violentado e morto. Cria-se uma imagem tão negativa do negro que até mesmo as políticas afirmativas que visam atenuar desigualdades são vistas como “protecionistas, cuja meta é premiar a incompetência negra etc.”^{13:7}.

No que tange à saúde mental, Silva³⁵ a descreve como:

A tensão entre forças individuais e ambientais que determinam o estado de equilíbrio psíquico das pessoas. Manifesta-se, nas pessoas, pelo bem-estar subjetivo, pelo exercício de suas capacidades mentais e pela qualidade de suas relações com o meio ambiente.^{35: 129}

A autora explica que as forças individuais são as condições de saúde da própria pessoa, a sua adaptação ao ambiente, suas questões biológicas e genéticas. Já as forças do ambiente englobam a: educação, colocação no mercado de trabalho, condições de trabalho, contexto social e físico, redes de apoio psicossocial, condições políticas, etc.³⁵. Grande parte dos brasileiros, sendo a maioria pessoas negras, convivem com sofrimento mental decorrente das “precárias condições de subsistência e à falta de perspectivas futuras”^{35:129}.

A exposição constante da pessoa negra a inúmeras violências, humilhações e violações de direitos já naturalizadas pelo racismo, gera prejuízos a sua dinâmica psíquica, provocando uma percepção de si distorcida e contribuindo para uma autoestima empobrecida³⁵. Essa percepção de si ou, como diz Silva³⁵, o “autoconceito” começa a se construir desde o nascimento e se desenvolve no decorrer da vida, é ele o responsável por sentimentos de valorização ou desvalorização que o sujeito tem de si mesmo, é a partir daí que a pessoa vai formando crenças sobre si e sobre o mundo. Silva³⁵ acredita que uma percepção negativa de si, provoca no negro sentimentos de inferioridade que lhe causa constrangimento nas relações sociais e favorece a manifestação de comportamentos de isolamento que podem ser confundidos com timidez ou até agressividade. A autora explica que o racismo:

Ataca o sujeito naquilo que lhe dá consciência de identidade, seu corpo. O ataque ao corpo do negro é constante; é sabido que o corpo está demarcado pelos valores sociais, nele a sociedade fixa seus sentidos e valores. Portanto

essas situações podem provocar processos de desorganização psíquica e emocional.^{35:131-132}

Costa²⁵ salientou que o racismo move o negro em direção a um desejo pelo “eu branco”, rejeitando suas próprias características biológicas. A busca do ideal branco esconde um desejo de não ser negro, uma negação da própria existência, ou seja, um desejo por sua própria extinção²⁵. O CFP⁸ cita o “dilaceramento psíquico”^{8,59} como um dos impactos do racismo, ou seja, o racismo é vivenciado como um trauma e a vítima pode necessitar de psicoterapia. Tanto a negação do “eu negro” quanto o dilaceramento psíquico, vão provocar na pessoa a necessidade de se afastar de suas características negras.

O constante contato com um ideal branco, pode levar à frustração e ao desenvolvimento de perturbações emocionais³⁵. Dentre os transtornos psicológicos, podemos citar a depressão que, em 2010, o Ministério da Saúde³⁷ classificou como uma doença prevalente na população negra.

O Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais V (DSM-5)³⁸ define os transtornos depressivos como um conjunto de condições médicas que incluem:

Transtorno disruptivo da desregulação do humor, transtorno depressivo maior (incluindo episódio depressivo maior), transtorno depressivo persistente (distímia), transtorno disfórico pré-menstrual, transtorno depressivo induzido por substância/medicamento, transtorno depressivo devido a outra condição médica, outro transtorno depressivo especificado e transtorno depressivo não especificado.^{38:155}

Esses transtornos se distinguem pela duração do episódio depressivo e o momento do início dos episódios. Porém, todos têm em comum o “humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo”^{38,155}.

A Organização Mundial da Saúde apontou o Brasil como o segundo país da América com mais casos de depressão (cerca de 5,8% da população), perdendo apenas para os Estados Unidos (cerca de 5,9% da população). A depressão pode chegar a atingir até 25% dos brasileiros³⁹.

Um estudo realizado por Jenny Rose Smolen e Edna Maria de Araújo⁴⁰, do Núcleo de Pesquisa em Desigualdades em Saúde da Universidade Estadual de Feira de Santana, em 2016, constatou que há uma prevalência de depressão em pessoas negras em relação a pessoas brancas. As autoras destacaram que as mulheres negras são as mais atingidas, compondo 52,8% dos casos, ao passo que as mulheres brancas representam 42,3% dos casos.

A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS)⁴¹ informa que a etiologia da depressão está relacionada com a interação de fatores biopsicossociais. Como fatores psíquicos e sociais de risco para o desenvolvimento da depressão, o Ministério da Saúde⁴² cita: o estresse crônico, ansiedade crônica, traumas psicológicos, conflitos conjugais e desemprego. Como já foi mencionado, as mulheres negras estão mais expostas a traumas psicológicos devido à vulnerabilidade social a qual se encontra submetidas, são elas as mais estupradas, agredidas e assassinadas, estão mais sujeitas a conflitos conjugais sendo as maiores vítimas de violência doméstica por seu parceiro e são a maioria a compor a taxa de desemprego no Brasil. Além disso, há ainda um condicionamento a um contexto simbólico que despreza tudo o que vem do negro e impede que essas pessoas tenham uma dinâmica psíquica saudável e funcional. O fato de ser mulher é mais um fator que contribui para o desenvolvimento da depressão, pois conforme a OPAS⁴¹, a prevalência do transtorno é maior em mulheres do que em homens.

Como fatores biológicos, podemos pensar no mecanismo de hereditariedade da própria depressão. De acordo com o DSM-5³⁸, pessoas que possuem parentesco com portadores do transtorno depressivo têm de 2 a 4 vezes mais chances de desenvolver a depressão. Além disso, o Transtorno Depressivo tem cerca de 40% de transmissão hereditária³⁸. Portanto, sendo a população negra mais acometida pela depressão, seus descendentes, além de sujeitos aos mesmos fatores sociais de risco, também carregaram consigo uma herança genética do transtorno, fruto do abandono político e da violência a qual foram submetidos os seus ascendentes. Assim como descreve Silva³⁵, o sofrimento psíquico se apresenta como condição inerente do “ser negro”, pois a população negra vive sob um “estado de tensão emocional permanente, de angústia e de ansiedade, com rasgos momentâneos dos distúrbios de conduta e do pensamento, o que os inquieta e os faz sentir culpa”.^{35:130}

A depressão é a principal causa de incapacidade no mundo⁴¹, a pessoa atingida pode ser incapaz de até mesmo de exercer as tarefas mais básicas de autocuidado, apresentar mutismo ou catatonia³⁸. A pessoa com transtorno depressivo tem mais queixas de dores e de doenças físicas, além de apresentar redução do funcionamento físico e social³⁸. Há ainda uma maior probabilidade de desenvolvimento de doenças cardiovasculares⁴¹.

O suicídio também é um comportamento comum no Brasil, em 2020, a Secretaria da Saúde⁴³ declarou que aproximadamente 12 mil pessoas (cerca de 6% da população brasileira) cometem suicídio por ano. O psiquiatra Rodrigo de Almeida Ramos⁴³ enfatizou uma correlação entre suicídio e doença mental, sendo que a depressão está presente na maioria dos casos, em seguida vem o transtorno afetivo bipolar e o abuso de drogas. A Secretaria da Saúde⁴³ apresentou como risco para o suicídio o “desemprego, sensações de vergonha,

desonra, decepções amorosas, além de antecedentes de doenças mentais”^{43:[n.p.]}. A organização salientou ainda que há uma prevalência maior de suicídio dentre a população negra⁴³.

Em suma, a mulher negra compõe a população em maior vulnerabilidade, experimentam as desigualdades de forma mais intensamente o que a deixa exposta a todos os fatores de risco para o desencadeamento de transtornos depressivos. O CFP⁸ alerta para a necessidade de políticas de reparação voltadas para a população negra.

O papel da psicologia no enfrentamento ao racismo

Não cabe à psicologia reparar todos os males provocados por séculos de racismo e sexismo, uma vez que ela não dispõe de todas as ferramentas necessárias à superação das desigualdades sociais nos diferentes aspectos e setores. Entretanto, também não compete à psicologia agir apenas de forma paliativa, aliviando sintomas depressivos enquanto todos os mecanismos sociais responsáveis pelo adoecimento psíquico da pessoa negra seguem vigentes. Declara o Artigo III dos “Princípios Fundamentais” do Código de Ética Profissional do Psicólogo (Resolução n.º 10/05, 2005)⁴⁴ “O psicólogo atuará com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural”.^{44,7} Martín-Baró³ acredita que o psicólogo social precisa escolher um posicionamento político, ou ele “atua de modo a reproduzir as estruturas sociais ou adota uma postura de resistência e contestação frente à situação de opressão das sociedades latino-americanas”.^{3;98}

Para a filósofa e pesquisadora em psicologia social Silvia T. Maurer Lane⁴⁵, a psicologia social tem como função entender a relação indivíduo-sociedade de acordo com os aspectos históricos e culturais nos quais estão inseridos, e assim observar como eles se organizam, como fazem para garantir a sobrevivência, quais seus valores, como esses valores se mantêm, etc. Quando se conhece esse contexto é possível compreender como o sujeito pode se tornar agente de transformação da sociedade a qual pertence.

No entanto, para se tornar agente de mudanças, o sujeito precisa avançar do conhecimento daquilo que ele entende como “eu” (ou seja, sua identidade social), para uma consciência de si. A identidade social é aquilo que nos diferencia dos demais, é decorrente da aprendizagem adquirida ao longo da vida, da forma como nos relacionamos, dos papéis sociais que desempenhamos, etc. Muitas vezes a identidade social cria a ilusão de ser fruto de escolhas livres que acontecem durante as interações sociais⁴⁵. A consciência de si, por sua vez, é um conhecimento mais profundo acerca de si mesmo, e diz respeito ao sujeito que sabe de onde veio, porque ocupa determinada posição, como a sociedade influenciou para que ele

adquirisse certas características de personalidade ao invés de outras, o simbolismo que rege o imaginário social e como os papéis sociais desempenhados contribuem para a manutenção das representações sociais⁴⁵.

Lane⁴⁵ reforça a importância do levantamento da discussão acerca da “consciência em si”, pois se acreditamos que identidade social é apenas o fruto de escolhas subjetivas somadas às influências biológicas, sem levar em conta o contexto sociocultural que nos cerca, como as condições sociais determinaram a aquisição das características que hoje nos definem, estaremos apenas reproduzindo um papel pré-determinado enquanto acreditamos que esse papel foi escolha nossa. Lane⁴⁵ destaca que:

Nossos papéis e a nossa identidade reproduzem, no nível ideológico (do que é "idealizado", valorizado) e no da ação, as relações de dominação, como maneiras "naturais e universais" de ser social, relações de dominação necessárias para a reprodução das condições materiais de vida e a manutenção da sociedade de classes onde uns poucos dominam e muitos são dominados através da exploração da força de trabalho.⁴⁵ [n.p.]

É por meio do questionamento das razões históricas que nos colocaram nas posições que ocupamos hoje, que estamos desenvolvendo a consciência de nós mesmos e que é capaz de alterar a identidade social⁴⁵.

Um dos grandes desafios é que o racismo pode acontecer de forma sutil e passar despercebido tanto pelo agressor quanto pela vítima e, dessa violência construir as relações sociais o tempo todo, a vítima pode não se dar conta de estar sofrendo um processo de exclusão histórico. Apesar de ser uma violência mais sutil, não significa que não cause impactos na autoestima das vítimas, assim como pontua CFP⁸ “aquele que recebe o golpe do racismo quase sempre (senão sempre) carrega marcas simbólicas e/ou materiais do ataque vivido, mesmo que não saiba nomear o que viveu e por qual razão”.^{8:58}

É preciso levar em consideração ainda, como pontuado por Djamila Ribeiro⁴⁶, que “a experiência da negritude não é universal”^{46,58}, a miscigenação brasileira permitiu uma variedade de tonalidades de pele. O colorismo ou pigmentocracia, segundo a advogada e mestre em relações sociais Tainan Maria G. Silva e Silva⁴⁷, é o regime pelo qual pessoas com tonalidades mais claras recebem melhor tratamento social do que aquelas pessoas com tonalidades mais escuras. No Brasil, onde a cor da pele é estabelecida com base na autodeclaração, dados de 2019 do IBGE⁴⁸, mostraram que 46,8% da população é autodeclarada parda, enquanto apenas 9,4% é autodeclarada preta.

A ativista pela igualdade social Luana Souza, em uma entrevista para a GNT⁴⁹, definiu “preto” como negros de pele escura e “pardos” como negros de pele clara. No entanto, apesar de pretos e pardos serem afrodescendentes, historicamente, o termo “pardo” foi construído de

forma a promover um separatismo dentro do grupo negro, o CRP⁸ descreve que esse separatismo está presente desde a época do escravismo e foi utilizado pela elite branca como forma de desunificar a população negra e assim enfraquecer movimentos antiescravistas. Os escravizadores preferiam alforriar pardos ao invés de pretos e assim, foi se enraizando socialmente uma hierarquização dentro do grupo negro onde era preferível ser pardo a ser preto.

Silva⁴⁷ pontuou que os mestiços, filhos de brancos, alcançavam privilégios cujo os negros de pele escura não alcançavam. Os mestiços que herdavam terras de seus pais brancos se beneficiavam do privilegio da branquitude do qual seus pais gozavam e assim iam ascendendo socialmente, enquanto os negros de pele escura continuavam à margem. Silva⁴⁷ acredita que essa situação “gerou, de certa forma, uma falta de solidariedade e unicidade entre os mestiços e seus irmãos negros”.^{47,8} Segundo a autora⁴⁷, essa diferenciação entre pretos e pardos permanecem ainda hoje o que causa uma desunião dentro do grupo negro devido a uma ausência de identidade coletiva. Essa desunião socialmente construída atua como forma de perpetuar os mecanismos racistas, pois uma vez que, em geral, pardos podem ter acesso mais facilitado a alguns espaços sociais, sendo vítimas de uma discriminação mais velado, podem renunciar seu lugar de fala e seu protagonismo na luta antirracista e comprar o discurso da democracia racial.

O silêncio da população parda fortalece o mito da democracia racial pois membros desse grupo muitas vezes não se alinha ao combate antirracista uma vez que não se perceberem negros ou negam a exclusão, ainda que estejam expostos a mesma violência social e simbólica que vitimiza os negros de pele escura. Em consequência dessa falta de consciência de si, o pardo não consegue identificar que muitas das exclusões, discriminações e vulnerabilidades aos quais estão expostos se devem a uma construção sociocultural de caráter racista.

Lane⁴⁵ acredita que a identificação com os membros do grupo ao qual pertencemos torna possível a percepção das relações de dominação que se reproduzem e a reflexões de como é possível mudá-las. A psicanalista Isildinha Baptista Nogueira⁵⁰ afirmou que “no momento em que percebemos que a nossa história pessoal se insere na história da sociedade e da cultura, começamos a produzir antídotos contra o veneno da discriminação”.^{50,48} Para Nogueira⁵⁰, conhecer as próprias origens ajuda a superar a dor, pois é a partir dessa aproximação que é possível descobrir o que provoca a dor e se queremos continuar submetidos a isso ou não. A psicanalista explica que conhecendo a própria história é possível tornar-se dono dela, tornar-se protagonista. Perceber os mecanismos de discriminação contribui para que o negro consiga se colocar para além do lugar de invisibilidade que o

racismo tende a colocá-lo, entender pelo que lutar. Nogueira⁵⁰ apontou que quando não há o conhecimento dos mecanismos de dominação, acabamos cedendo e sendo invisibilizados por eles.

Para dar conta de uma demanda tão importante e complexa, a psicologia deve estar engajada nas lutas sociais por equidade de raças e gênero, validar o sofrimento da população negra, psicoeducar sobre o racismo e sexismo para que essa população saiba reconhecer e denunciar situações discriminatórias e seus opressores sejam capazes de reconhecer os privilégios historicamente conferidos a eles pelas relações de dominação as quais os oprimidos foram e continuam sendo submetidos. Almeida² acredita que “somente a reflexão crítica sobre a sociedade e sobre a própria condição pode fazer um indivíduo, mesmo sendo negro, enxergar a si próprio e ao mundo que o circunda para além do imaginário racista”,^{2, [n.p.]} A psicologia abre novas possibilidades para o ser existir no mundo, permite que o sujeito perceba o contexto social no qual está inserido e como este contribui para a manutenção de seu sofrimento. O sujeito então, munido de consciência de si, se torna agente de mudança, pois como bem colocado por Gonçalves Filho²⁰ “enfrentar a dominação requer desejar a igualdade”.^{20,66}

É fundamental que o profissional de psicologia esteja atento ao impacto psíquico decorrente das experiências racistas, pois, conforme o Artigo II dos Princípios Fundamentais do Código de Ética Profissional do Psicólogo (Resolução n.º 10/05, 2005)⁴⁴, ele deve contribuir com a “eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão”^{44,7}. A atuação psicológica, portanto, deve trabalhar de forma desmantelar a ideologia sócio-política que Martín-Baró³ chamou de fatalismo, ideologia esta responsável por cultivar sentimentos de menos valia na população marginalizada devido a realidade social opressora e exploradora na qual está inserida. Essa ideologia, quando integrada ao psiquismo das camadas mais pobres da sociedade, causa nesses um sentimento de impotência e resignação diante das injustiças, o que fortalece e garante o local das classes dominantes. Porém, Ansara e Dantas⁵¹ pontuaram que não basta apenas promover mudança nas crenças limitantes do indivíduo, é necessária uma real transformação das condições sociais que o cercam.

CONCLUSÃO

Apesar de mais de um século do fim da escravatura, todos os dados disponíveis acerca da situação da população negra brasileira apontam para uma população ainda invisível, destituída de direitos e de humanidade. As mulheres negras são as maiores prejudicadas, pois acabam ficando na intersecção entre racismo e machismo e esses prejuízos ficam claros nos papéis sociais que elas desempenham: é sobre elas que incide o maior índice de

desemprego, de baixa renda, de violência, são a maioria da população carcerária feminina e da população usuária de programas sociais. Porém são minoria nas faculdades, nos planos médicos e nos cargos públicos.

Frente a tantas situações sub-humanas, o adoecimento mental parece ser o destino dessas mulheres e de seus descendentes, sendo o transtorno depressivo a desordem mental mais frequente. Além da falta de recursos econômicos, a violência e a baixa qualidade dos serviços médicos, o fato de o transtorno depressivo ter ampla relação com o comportamento suicida, torna-o mais um fator que ameaça a vida da pessoa negra e até do futuro da raça negra devido ao caráter hereditário da depressão somado ausência de políticas públicas eficazes.

Portanto, a psicologia tem um importante papel no desmantelamento das desigualdades sociais, ela é capaz de promover autoconhecimento, revelar sofrimentos decorrentes da estruturação social e subjetiva racista e machista, fortalecer a autoestima da pessoa negra para que ela possa usar sua voz e assumir sua negritude orgulhosamente e, a partir disso, ir em busca de recursos para transformar sua realidade.

Os trabalhos práticos, assim como as produções acadêmicas acerca da saúde mental e fatores psicossociais, devem atentar-se ao sexo e a raça dos sujeitos envolvidos no fenômeno pesquisado ou o público com o qual se trabalha, para que as intervenções psicológicas sejam mais assertivas e as produções acadêmicas sirvam como respaldo para a cobrança de políticas públicas. A atuação psicológica desvinculada de responsabilidade social e de luta por equidade é uma atuação superficial, pois ignorar o racismo e o machismo vigente, é condenar a população negra a um quadro depressivo que, posteriormente, será disfarçado com o aumento da medicalização que pouco contribui para uma melhora genuína do quadro, já que todos os fatores mantenedores do adoecimento psíquico continuam distribuídos em larga escala em vários aspectos da sociedade.

REFERÊNCIAS

1. Ribeiro D. Quem tem Medo do Feminismo Negro. 1 ed. São Paulo: Companhia das Letras. Junho/2018. 120 p.
2. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Desigualdades Sociais por Cor ou Raça no Brasil. 2019. Estudos e Pesquisas. Informação Demográfica e Socioeconômica. N.41
3. São Paulo. Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo. Decreto nº 48.328, de 15 de dezembro de 2003. Institui, no âmbito da Administração Pública do Estado de São Paulo, a Política de Ações Afirmativas para Afrodescendentes. Diário Oficial - Executivo, 16/12/2003, p.2
4. Brasil. Biblioteca Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Desigualdade, um desafio histórico. LOSCHI M. Retratos a Revista Do IBGE. Somos Todos Iguais? O que dizem as Estatísticas. N 11. Maio/2018.

5. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Desigualdades Sociais por Cor ou Raça no Brasil. 2018. Disponível em: < <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/10091/82292>> Acesso em 23 de março de 2021.
6. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa e ao Controle Social. Política Nacional de Saúde Integral da População Negra: uma política para o SUS. – 3. ed. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2017
7. Brasil. Senado Federal. Constituição da República Federativa do Brasil. 5 de outubro de 1988. Brasília. 2016. 496 p.
8. Conselho Federal de Psicologia. Relações Raciais: Referências Técnicas para atuação de psicólogos/os. Brasília: CFP, 2017. 147 p.
9. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social – MDS. Promoção da Igualdade Racial no Sistema Único de Assistência Social. 2018. Disponível em < http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/cartilhas/Cartilha_SUAS_Sem_Racismo_.pdf> Acesso em: 24 de março de 2021.
10. Silva TT. Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais. Stuart Hall, Kathryn Woodward.- Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.
11. Almeida SL. Racismo estrutural. – São Paulo: Sueli Carneiro; Pólen, 2019. 264 p. (Feminismos Plurais / coordenação de Djamila Ribeiro).
12. Silva AC. Branqueamento e branquitude: conceitos básicos na formação para a alteridade. Nascimento, AD., and Hetkowski, TM., orgs. Memória e formação de professores [online]. Salvador: EDUFBA, 2007. 310 p. ISBN 978-85232-0484-6
13. Bento MAS. Branqueamento e Branquitude no Brasil. 2002. Racismo Institucional: Fórum de Debates – Educação e Saúde. Núcleo de Ações e Pesquisa em Apoio Diagnóstico da Faculdade de Medicina da UFMG
14. Rangel LS. A Cor Da Propaganda: Análise Semiótica Das Publicidades Destinadas A Mulheres Brancas e Negras. Anais do VII Seminário dos Alunos dos Programas de Pós-Graduação do Instituto de Letras da UFF – Estudos de Linguagem Anais do VIISAPPIL – Estudos de Linguagem, UFF, Nº 1, 2016.
15. Silva IPDAD, CHAI CG. As Relações Entre Racismo e Sexismo e o Direito à Saúde Mental da Mulher Negra Brasileira. Revista de Políticas Públicas. 2018
16. Brasil. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA. CERQUEIRA, D.; COELHO, D. D. S. C Nota Técnica. Estupro no Brasil: uma radiografia segundo os dados da Saúde (versão preliminar). Brasília, março de 2014. Nº 11
17. Xavier RSA. Solidão da Mulher Negra e os Reflexos da Dignidade da Pessoa Humana. [2020?] Revista Eletrônica OAB/RJ | Edição Especial “O Direito e as Mulheres Negras”. Disponível em: < <https://revistaeletronica.oabRJ.org.br/wp-content/uploads/2021/05/Solid%C3%A3o-damulher-negra-e-os-reflexos-na-dignidade-da-pessoa-humana-convertido.pdf> > Acesso em: 27 de julho de 2021.
18. Gonzalez L. Racismo e Sexismo na Cultura Brasileira. Pensamento Feminista Brasileiro: Formação e Contexto. Organização: Heloisa Buarque de Hollanda. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019. 400 p.
19. Abbagnano N. Dicionário de Filosofia. Tradução da 1ª edição brasileira coordenada e revista por Alfredo Bossi; revisão de tradução e tradução dos novos textos Ivone Castilho Benedetti. 5ª edição. São Paulo. Martins Fontes, 2007.

20. Gonçalves Filhos JM. Humilhação Política: dominação e angústia. p. 57-71 Os efeitos psicossociais do racismo. Instituto AMMA Psique e Negritude. São Paulo. 2008. 88p. Entrevista concedida à Fernanda Pompeu.
21. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social. Secretaria Nacional de Assistência Social. Boletim Mulheres no SUAS. Brasília: MDS, 2018, v. 5. (Boletins Vigilância Socioassistencial). Disponível em: <<http://blog.mds.gov.br/redesuas/?p=3016>> Acesso em 23 de março de 2021.
22. Brasil. Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos. Os negros nos mercados de trabalho metropolitanos. Pesquisa de emprego e desemprego. 2015. Disponível em <<https://www.dieese.org.br/analiseped/2015/2015pednegrossintmet.html>> Acesso em: 24 de março de 2021
23. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Estatísticas de Gênero: indicadores sociais das mulheres no Brasil. 2019. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/10073/91256?ano=2019>> Acesso em 25 de março de 2021
24. Nascimento BA. Mulher Negra no Mercado de Trabalho. Pensamento Feminista Brasileiro: Formação e Contexto. Organização: Heloisa Buarque de Hollanda. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019. 400 p.
25. Carrijo C, Martins PA. A violência doméstica e racismo contra mulheres negras. Rev. Estud. Fem. vol. 28. Nº 2. Florianópolis, 2020. Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Departamento de Psicologia, Bauru, SP, Brasil. 17033-360.
26. Brasil. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA. Taxa de Homicídio de Mulheres Negra. Disponível em <<https://www.ipea.gov.br/atlasviolencia/dados-series/128>> Acesso em 23 de março de 2021.
27. Brasil. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA. Taxa de Homicídio de Mulheres Não Negras. Disponível em: <<https://www.ipea.gov.br/atlasviolencia/dados-series/126>> Acesso em 23 de março de 2021.
28. Brasil. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada - IPEA. ENGEL, Cíntia Liara. A Violência contra a mulher. 2020. Disponível em: <<http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/10313>> Acesso em: 01 de julho de 2020.
29. Brasil. Ministério da Saúde. Uso de Medicamentos e Medicalização da Vida: recomendações e estratégias. [recurso eletrônico]. Secretaria de Ciência Tecnologia e Insumos Estratégicos Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. – Brasília: Ministério da Saúde 2018. 33 p.: il.
30. São Paulo. Secretaria de Assistência e Desenvolvimento Social. Pesquisa censitária da população em situação de rua, caracterização socioeconômica da população em situação de rua e relatório temático de identificação das necessidades desta população na cidade de São Paulo - Relatório final da pesquisa amostral do perfil socioeconômico. Qualitest Inteligência em Pesquisa - São Paulo/SP. 2019
31. Cassal M, Fernandes T. A população negra em situação de rua e a Covid-19: vidas negras importam? TESSITURAS – Revista de Antropologia e Arqueologia. V.8. S1. JAN-JUN 2020 - Pelotas | RS
32. Brasil. Departamento Penitenciário Nacional, Ministério da Justiça. Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias - IFOPEN Mulheres. Junho, 2014.
33. Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul. Núcleo de Relações Raciais: percursos, histórias e movimentos. Livro digital – Porto Alegre, 2019.

34. Costa IRS, Aras LMBD. Notificação de Violência Contra a Mulher na Saúde Pública: Uma Questão de Gênero, Educação e Direito. Capítulo 1. P. 1-12. Estudos interdisciplinares sobre gênero e feminismo. Organizadora Solange Aparecida de Souza Monteiro. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019.
35. Silva MLD. Racismo e os Efeitos na Saúde mental. 2004. Seminário Saúde da População Negra Estado de São Paulo. 2004. São Paulo. Instituto de Saúde. Organização: Luís Eduardo Batista e Suzana Kalckmann.
36. Brasil. Saúde Brasil. O que significa ter saúde? Agosto/2020. Disponível em: <
<https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quer-me-exercitar-mais/o-que-significater-saude> > Acesso em: 10 de julho de 2021.
37. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Política Nacional de Saúde Integral da População Negra: uma política para o SUS. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2010
38. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5 / [American Psychiatric Association; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento et al.; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli et al. – 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
39. Brasil. Confederação Nacional Dos Trabalhadores Na Saúde. Janeiro Branco alerta para importância de cuidados com a saúde mental. Janeiro de 2021. Disponível em: <
<https://cnts.org.br/noticias/janeiro-branco-alerta-paraimportancia-de-cuidados-com-a-saude-mental/> > Acesso em: 26 de maio de 2021
40. Smolen JR, Araujo EMD. Raça/cor da pele e transtornos mentais no Brasil: uma revisão sistemática. Núcleo de Pesquisa em Desigualdades em Saúde. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva. Universidade Estadual de Feira de Santana, BA, Brasil.
41. Brasil. Organização Pan Americana da Saúde. Aumenta o Número de Pessoas com Depressão no Mundo. Fev/2017. Disponível em:
<https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839> Acesso em: 13 de março de 2021.
42. Brasil. Ministério da Saúde. Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. Disponível em: <<https://antigo.saude.gov.br/saude-de-az/depressao>> Acesso em: 14 março de 2021
43. Brasil. Secretaria Da Saúde. OMS alerta: Suicídio é a 3ª causa de morte de jovens brasileiros entre 15 e 29 anos. Setembro de 2020. Disponível em: <
<http://www.saude.ba.gov.br/2020/09/10/oms-alerta-suicidio-e-a-3a-caoa-de-mortede-jovens-brasileiros-entre-15-e-29-anos/> > Acesso em: 26 de maio de 2021.
44. Brasil. Conselho Federal de Psicologia. Código de Ética Profissional do Psicólogo. Conselho Federal de Psicologia, Brasília, agosto de 2005.
45. Lane STM. O que é psicologia social?. São Paulo: Brasiliense, 2006. — (Coleção primeiros passos; 39)
46. TV Cultura. Djamilia Ribeiro sobre colorismo: "A experiência da negritude não é universal". 10 de novembro de 2020. 1 vídeo (02 min e 31 seg.). Publicado pelo canal: Roda Viva. Disponível em: <
<https://www.youtube.com/watch?v=qA5u9yUNdWQ> > Acesso em: 27 de julho de 2021.
47. Silva TMGS. O Colorismo e Suas Bases Históricas Discriminatórias. [2016?]. Graduada em Direito pela Universidade Federal da Bahia. Atualmente é mestranda do Programa de Pós-Graduação em Direito da UFBA. Disponível em: <
<https://revistas.unifacs.br/index.php/redu/article/viewFile/4760/3121> > Acesso em: 27 de julho de 2021.

48. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Conheça o Brasil – População: Cor ou Raça. 2019. Disponível em: <<https://educa.ibge.gov.br/jovens/conheca-o-brasil/populacao/18319-cor-ou-raca.html>> Acesso em: 02 de junho de 2021.
49. GNT Canal de TV. O que é Autodeclaração Racial? Mini saia / Saia Justa. 03 de dezembro de 2020. 1 vídeo (18 min e 50 seg.). Publicado por: Canal GNT. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=yQfn9-hTnWY>> Acesso em: 27 de julho de 2021.
50. Nogueira IB. Ninguém foge da própria história. p. 40-44. Os efeitos psicossociais do racismo. Instituto AMMA Psique e Negritude. São Paulo. 2008. 88p. Entrevista concedida à Fernanda Pompeu.
51. Ansara S, Dantas BSDA. Intervenções Psicossociais na Comunidade: Desafios e Práticas. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, Brasil. Psicologia & Sociedade; 22 (1): 95-103, 2010

CONTATO

Jackeline Ribeiro Martins: jackelinermartins@gmail.com