



## **Racismo dentro das Escolas: Saúde Mental das Crianças Racializadas e Estratégias de Enfrentamento**

*Daynara Mayany da Silva<sup>1</sup>; Débora Benício Alves Oliveira<sup>2</sup>; Francisca Ivoneide Benício Malaquias Alves<sup>3</sup>; Maricélia Félix Andrade Bringel<sup>4</sup>*

**Resumo:** Esse estudo busca compreender como a discriminação continua desenvolvendo problemas como ansiedade, depressão e baixa autoestima, além de propor estratégias de enfrentamento que possam ser implementadas no ambiente escolar para mitigar esses efeitos. A pesquisa se desenvolve com base em uma metodologia qualitativa explicativa e utiliza histórias e exemplos práticos para contextualizar o tema de forma acessível. A partir da análise, constata-se que a adoção de práticas educacionais inclusivas e políticas antirracistas pode promover um ambiente escolar mais acolhedor e equitativo, reduzindo os impactos negativos do racismo na saúde mental e emocional das crianças racializadas. Conclui-se que o enfrentamento eficaz do racismo nas escolas é essencial para o desenvolvimento saudável dessas crianças e para a construção de um espaço educativo mais justo e inclusivo. Esse enfrentamento exige um compromisso contínuo de toda a comunidade escolar, com ações que vão desde a capacitação de educadores até a criação de ambientes que promovam o diálogo e a representatividade.

**Palavras-Chave:** Racismo. Escola. Saúde mental. Estratégias.

## **Racism in Schools: Mental Health of Racialized Children and Coping Strategies**

**Abstract:** This study seeks to understand how discrimination continues to develop problems such as anxiety, depression, and low self-esteem, in addition to proposing coping strategies that can be implemented in the school environment to mitigate these effects. The research is developed based on an explanatory qualitative methodology and uses stories and practical examples to contextualize the topic in an accessible way. Based on the analysis, it is found that the adoption of inclusive educational practices and anti-racist policies can promote a more welcoming and equitable school environment, reducing the negative impacts of racism on the mental and emotional health of racialized children. It is concluded that effectively confronting racism in schools is essential for the healthy development of these children and for building a more fair and inclusive educational space. This confrontation requires an ongoing commitment from the entire school community, with actions ranging from training educators to creating environments that promote dialogue and representation.

**Keywords:** Racism. School. Mental health. Strategies.

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Humanas do Sertão Central (FACHUSC). mariaflor202020@outlook.com;

<sup>2</sup> Faculdade de Ciências Humanas do Sertão Central (FACHUSC). profadebora.ba@gmail.com;

<sup>3</sup> Faculdade de Ciências Humanas do Sertão Central (FACHUSC). ivoneidebenicio83@gmail.com;

<sup>4</sup> Faculdade de Ciências Humanas do Sertão Central (FACHUSC). mariceliafelixandrade@gmail.com.

## Introdução

O racismo é uma forma de preconceito e discriminação baseada na raça com origem durante a colonização, quando foi utilizado para justificar a escravidão e a exploração de povos não brancos. No ambiente escolar, o racismo se manifesta através de estereótipos, exclusão e falta de representatividade, o que pode desmotivar e marginalizar estudantes racializados. Esse tipo de discriminação afeta a saúde mental das crianças, gerando sentimentos de inferioridade, ansiedade e a sensação de não pertencerem, o que compromete seu desenvolvimento emocional e psicológico (Carneiro, 2011).

O estudo investiga os efeitos do racismo na saúde mental das crianças racializadas, revelando como a discriminação e o preconceito contínuo, podem levar a condições como ansiedade, depressão e estresse crônico. O racismo não afeta apenas o bem-estar psicológico imediato, mas também contribui para um impacto duradouro na saúde mental das vítimas.

Sendo assim, surge o seguinte problema de pesquisa: quais as estratégias de enfrentamento precisam ser implementadas a fim de preservar a saúde mental das crianças racializadas dentro das escolas?

Diante do impacto do racismo na saúde mental das crianças racializadas e da necessidade de estratégias eficazes para enfrentar essa questão no ambiente escolar, surge a seguinte hipótese: A presença de racismo nas escolas contribui para problemas de saúde mental, como ansiedade e baixa autoestima, nas crianças racializadas. A adoção de práticas educacionais e políticas de inclusão podem reduzir esses efeitos negativos e promover um ambiente escolar mais acolhedor e equitativo.

O presente estudo tem como objetivo geral compreender o impacto do racismo no ambiente escolar sobre a saúde mental das crianças racializadas, investigando as dinâmicas de discriminação e propondo estratégias eficazes de enfrentamento para promover um ambiente educacional mais equitativo, acolhedor e inclusivo. Em relação aos objetivos específicos: *a)* analisar como o racismo afeta o bem-estar psicológico e o desempenho escolar das crianças racializadas; *b)* identificar práticas pedagógicas que ajudam a combater o racismo e *c)* sugerir estratégias para promover um ambiente escolar mais inclusivo e acolhedor.

Justifica-se por oferecer importantes contribuições para o entendimento e enfrentamento dessa questão crítica. Ele proporciona uma análise detalhada dos impactos negativos do racismo na saúde mental, como ansiedade e baixa autoestima, e destaca a

importância de estratégias eficazes para enfrentamento. A pesquisa enriquece o conhecimento sobre como práticas discriminatórias afetam o bem-estar das crianças e propõe soluções práticas para promover um ambiente escolar mais justo e acolhedor.

Entre os principais argumentos do trabalho, destacam-se a evidência de que o racismo escolar tem impactos diretos na saúde mental das crianças racializadas e, a implementação de estratégias de inclusão e formação que podem mitigar esses impactos negativos. Ignorar o racismo nas escolas pode perpetuar um ambiente prejudicial para as crianças racializadas, resultando em sérios problemas de saúde mental e acadêmicos, comprometendo seu desenvolvimento emocional e social e mantendo ciclos de desigualdade. Assim, o trabalho justifica-se pela necessidade urgente de abordar e resolver as questões relacionadas ao racismo nas escolas, visando um ambiente educacional mais equitativo e saudável para todas as crianças.

Com o avanço deste estudo, optou-se por uma abordagem metodológica que inclui uma revisão bibliográfica, embasada por autores que trouxeram contribuições significativas e relevantes para o tema.

Assim, seguiu-se uma abordagem qualitativa, que combina análises reflexivas e interpretativas. O estudo se concentra no racismo presente nas escolas e nas estratégias de enfrentamento, buscando compreender de forma aprofundada as vivências e os impactos sobre as crianças racializadas, bem como identificar práticas eficazes para o combate à discriminação no ambiente escolar.

### **Impacto do racismo no bem-estar psicológico**

O racismo afeta diretamente a saúde mental das pessoas racializadas, criando um cenário de opressão, que pode resultar em sérias consequências psicológicas. A exposição contínua a atitudes e comportamentos racistas provoca um sentimento de inferioridade e exclusão social, levando ao surgimento de transtornos como ansiedade, depressão e sentimentos crônicos de angústia. Além disso, a internalização do racismo pode gerar conflitos identitários e um profundo desgaste emocional, já que as vítimas muitas vezes se veem obrigadas a se adaptar ou resistir a um ambiente que constantemente desvaloriza suas vivências e capacidades. Segundo Késsila Ramos *et al.* (2023):

É a crença na superioridade de uma raça ou grupo étnico sobre outros, o que resulta em discriminação, preconceito e tratamento injusto. Isso viola princípios

fundamentais de igualdade, dignidade e justiça. Os impactos do racismo na saúde mental podem ser profundos, gerando estresse, ansiedade, depressão, autoestima prejudicada e isolamento social.

São muitos os indicadores das desigualdades entre brancos e negros no Brasil: distribuição de renda e índices de pobreza, taxas de ocupação e desemprego, distribuição no mercado de trabalho formal e informal, grupos de ocupação, evolução da população, benefício da previdência e assistência social, índices de atendimento e cobertura em saúde, taxas de mortalidade infantil, de trabalho infantil, de trabalho escravo, condições de habitação e saneamento, acesso a bens duráveis, inclusão/exclusão digital, segregação residencial, índice de casamento inter-racial, índices de acesso, permanência e sucesso na educação (Ferreira; Moreira e Nunes, 2024).

Esses indicadores destacam que negros no Brasil enfrentam maiores desafios econômicos e sociais. Eles têm rendas mais baixas, maior desemprego, empregos mais informais, menos acesso a benefícios previdenciários e de saúde, e piores condições de moradia e saneamento. Além disso, enfrentam maior mortalidade infantil, trabalho infantil e escravo, e menor inclusão digital. Na educação, possuem menos acesso e menor taxa de sucesso. Esses dados confirmam as profundas desigualdades raciais (Fernandes, 1971).

No campo da previdência e assistência social, a desigualdade é clara, com negros recebendo menos suporte. Na saúde, há uma discrepância significativa na cobertura e no atendimento, resultando em piores condições para essa população.

A mortalidade infantil é mais alta entre negros, e os problemas com trabalho infantil e escravo são mais prevalentes. Além disso, o acesso e o sucesso na educação são menores para os negros, refletindo uma barreira significativa ao avanço social (Matias, Silva e Ribeiro, 2019). Esses dados destacam a necessidade de uma abordagem mais robusta e direcionada para combater as desigualdades raciais e promover a equidade em todas essas áreas.

### **Influência do racismo no desempenho escolar de crianças racializadas e enfrentamento**

O racismo afeta negativamente o desempenho escolar de crianças racializadas ao criar um ambiente educacional marcado pela exclusão e discriminação. Essas crianças enfrentam preconceitos que muitas vezes se traduzem em expectativas acadêmicas inferiores, desestimulando seu potencial e afetando sua autoconfiança. Além disso, as microagressões diárias e a ausência de uma representatividade positiva no currículo escolar reforçam a sensação

de não pertencimento, o que gera desmotivação e, em alguns casos, dificuldades emocionais como ansiedade e estresse. Esse cenário compromete o rendimento acadêmico e a permanência dessas crianças na escola, prejudicando sua trajetória educacional.

Em 2010, o CNE promulgou novas DCN, ampliando e organizando o conceito de contextualização como “a inclusão, a valorização das diferenças e o atendimento à pluralidade e à diversidade cultural resgatando e respeitando as várias manifestações de cada comunidade”, conforme destaca o Parecer CNE/CEB nº 7/2010 (BNCC, 2018; p. 11).

A Lei do Antirracismo, no Brasil, está prevista na Lei nº 7.716/1989, que define os crimes resultantes de preconceito de raça ou cor. Essa legislação busca coibir a discriminação racial, garantindo punições para práticas racistas. Apesar da existência dessa lei há décadas, em pleno século XXI, a discriminação racial ainda persiste em diversas esferas da sociedade, incluindo o ambiente escolar. Isso revela que, embora a legislação seja um avanço importante, sua plena efetividade depende de uma mudança cultural e de uma aplicação mais rigorosa.

Segundo o instituto Unibanco (2024):

Promover uma educação antirracista vai muito além do que simplesmente combater as manifestações materiais do racismo cotidiano, como ofensas e xingamentos. Apesar de positivas, as medidas que promovem a melhoria do clima escolar e a dissolução de conflitos com base em discriminação étnico-racial não bastam para a construção de uma educação efetivamente inclusiva e equânime. A educação antirracista implica necessariamente a revisão do currículo, garantindo sua pluriversalidade, bem como a composição de um corpo docente etnicamente diverso e formado em competências curriculares que abranjam a cultura e a história de povos africanos e ameríndios.

Um dos aspectos mais surpreendentes de nossa sociedade é o fato de a ausência de identidade racial ou confusão racial reinante ser aceita como dado de nossa natureza (Carneiro, 2011, p.63). Quando muito, à guisa de explicação, atribui-se à larga miscigenação aqui ocorrida a incapacidade que demonstramos de nos auto classificar racialmente. É como se a indefinição estivesse na essência de nosso ser. O texto discute a dificuldade de definir a identidade racial brasileira devido à extensa miscigenação.

Essa mistura é vista como uma característica única, resultando em uma identidade indefinida. Essa visão é comum tanto entre o senso comum quanto entre intelectuais, mas pode obscurecer questões importantes como o racismo estrutural e as desigualdades raciais no Brasil. A ideia de uma identidade racial indefinida pode minimizar as experiências de discriminação,

destacando a necessidade de reconhecer a diversidade e enfrentar as desigualdades raciais existentes (Carneiro, 2011).

A falta de uma identidade racial clara pode, de fato, ser usada para minimizar ou ignorar a discriminação e as desigualdades existentes. Ao adotar a ideia de que a identidade racial brasileira é indefinida ou única, pode-se inadvertidamente perpetuar a invisibilidade das questões de racismo, já que a diversidade é apresentada como um fator que neutraliza ou dilui as questões de desigualdade racial.

Reconhecer a diversidade é crucial, mas é igualmente importante entender como o racismo estrutural opera e afeta diferentes grupos dentro dessa diversidade. A reflexão sobre como a miscigenação é abordada no discurso social e acadêmico pode ajudar a evidenciar e enfrentar as desigualdades e os preconceitos que ainda persistem na sociedade brasileira.

## **Metodologia**

Este estudo utiliza uma abordagem qualitativa explicativa, que visa aprofundar a compreensão dos efeitos do racismo na saúde mental das crianças racializadas no ambiente escolar, além de investigar as estratégias de enfrentamento adotadas por essas crianças. A escolha da metodologia qualitativa se justifica pela necessidade de explorar experiências subjetivas e individuais, que não podem ser plenamente captadas por métodos quantitativos.

A análise dos dados será orientada tanto pelos métodos dedutivo e indutivo. No método dedutivo, partiremos de teorias e conceitos gerais sobre racismo e saúde mental para analisar casos específicos nas escolas. Já no método indutivo, será realizada uma investigação a partir de exemplos do cotidiano escolar, identificando padrões e tendências emergentes nas experiências das crianças racializadas. Além disso, histórias e exemplos práticos serão utilizados como ferramentas didáticas para contextualizar o tema de forma acessível, fomentando discussões e reflexões entre os participantes.

A proposta também envolve atividades práticas, como o uso de figuras, papéis e tintas, com o objetivo de criar um ambiente inclusivo, onde os alunos possam expressar suas opiniões e compartilhar suas experiências livremente.

## **Resultados e Discursões**

Os resultados da pesquisa indicam que o racismo dentro das escolas tem impactos profundos na saúde mental das crianças racializadas. Durante o estudo, foram identificadas evidências de que essas crianças enfrentam barreiras psicológicas e emocionais significativas, como sentimentos de isolamento, baixa autoestima e aumento de níveis de ansiedade. A exposição constante ao racismo, afeta diretamente a capacidade de aprendizado e o desenvolvimento emocional dessas crianças, criando um ambiente escolar pouco acolhedor e adverso para seu crescimento.

Essas conclusões foram obtidas a partir de análises de situações cotidianas vividas por crianças racializadas, que abordam o racismo no contexto educacional e suas consequências psicológicas. Um dos principais pontos observados é a falta de políticas adequadas nas escolas para combater o racismo, o que agrava o problema. Muitas escolas falham em criar espaços seguros e inclusivos para que as crianças racializadas possam expressar suas experiências e encontrar apoio.

Além disso, o projeto destaca a importância de um espaço seguro e dedicado ao diálogo sobre os efeitos do racismo, proporcionando às crianças a oportunidade de compartilhar suas vivências, desenvolver resiliência e aprender estratégias de enfrentamento. Essas estratégias incluem atividades lúdicas e expressivas, como desenhos e dinâmicas de grupo, que permitem às crianças se expressarem de forma criativa, enquanto promovem a conscientização sobre o racismo e suas consequências emocionais.

A discussão também revela que as crianças racializadas, ao receberem suporte adequado para lidar com o racismo, desenvolvem maior capacidade de enfrentamento e resiliência. Elas podem, inclusive, ajudar a sensibilizar seus colegas e educadores sobre o impacto do racismo, promovendo um ambiente mais solidário e colaborativo. No entanto, para que isso aconteça de forma efetiva, é fundamental que a escola implemente políticas e práticas que combatam o racismo de maneira ativa e contínua, capacitando professores e funcionários para reconhecer e lidar com casos de discriminação.

Por fim, o estudo reforça que as estratégias de enfrentamento, quando bem implementadas, não apenas beneficiam as crianças racializadas, mas também ajudam a construir uma comunidade escolar mais inclusiva, onde todos os alunos podem prosperar

emocionalmente. Promover essas mudanças é essencial para garantir o bem-estar mental das crianças racializadas e para que a escola seja um espaço de justiça e equidade.

### **Considerações Finais**

Os resultados da pesquisa indicam que o racismo dentro das escolas tem impactos profundos na saúde mental das crianças racializadas. Durante o estudo, foram identificadas evidências de que essas crianças enfrentam barreiras psicológicas e emocionais significativas, como sentimentos de isolamento, baixa autoestima e aumento de níveis de ansiedade. A exposição constante ao racismo, mesmo que em suas formas mais sutis, afeta diretamente a capacidade de aprendizado e o desenvolvimento emocional dessas crianças, criando um ambiente escolar pouco acolhedor e adverso para seu crescimento.

Essas conclusões foram obtidas por meio de estudos que abordam o racismo no contexto educacional e suas consequências psicológicas. Um dos principais pontos observados é a falta de políticas adequadas nas escolas para combater o racismo, o que agrava o problema. Muitas escolas falham em criar espaços seguros e inclusivos para que as crianças racializadas possam expressar suas experiências e encontrar apoio.

Além disso, o projeto destaca a importância de um espaço seguro e dedicado ao diálogo sobre os efeitos do racismo, proporcionando às crianças a oportunidade de compartilhar suas vivências, desenvolver resiliência e aprender estratégias de enfrentamento. Essas estratégias incluem atividades lúdicas e expressivas, como desenhos e dinâmicas de grupo, que permitem às crianças se expressarem de forma criativa, enquanto promovem a conscientização sobre o racismo e suas consequências emocionais.

A discussão também revela que as crianças racializadas, ao receberem suporte adequado para lidar com o racismo, desenvolvem maior capacidade de enfrentamento e resiliência. Elas podem, inclusive, ajudar a sensibilizar seus colegas e educadores sobre o impacto do racismo, promovendo um ambiente mais solidário e colaborativo. No entanto, para que isso aconteça de forma efetiva, é fundamental que a escola implemente políticas e práticas que combatam o racismo de maneira ativa e contínua, capacitando professores e funcionários para reconhecer e lidar com casos de discriminação.

Em resumo, o estudo reforça que as estratégias de enfrentamento, quando bem implementadas, não apenas beneficiam as crianças racializadas, mas também ajudam a construir

uma comunidade escolar mais inclusiva, onde todos os alunos podem prosperar emocionalmente. Promover essas mudanças é essencial para garantir o bem-estar mental das crianças racializadas e para que a escola seja um espaço de justiça e equidade.

## Referências

BRASIL. **Lei nº 9.394**, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da União, Brasília, 23 de dezembro de 1996. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm)> acesso em 12 de ago. 2024.

CANTARINO, Carolina. **Racismo influencia desempenho escolar**. 2007. Disponível em: <[http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0009-67252007000200005](http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252007000200005)> acesso em 19 de ago. 2024

CARNEIRO, Sueli. **Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil**. S.i: Selo Negro, 2011.

CNN Brasil. **Como o preconceito racial afeta a saúde mental da população negra**. (2022). Disponível em:<<https://www.cnnbrasil.com.br/saude/como-o-preconceito-racial-afeta-a-saude-mental-da-populacao-negra/>>. Acesso em 26 ago. 2024.

DENZIN, Norman; LINCOLN, Yonna. **A disciplina e a prática da pesquisa qualitativa** . In: O Planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens . Porto Alegre: ArtMed, 2006.

FERNANDES, Florestan. **Branços e negros em São Paulo**. Ensaio sociológico sobre aspectos da formação, manifestações atuais e efeitos do preconceito de cor na sociedade paulistana. São Paulo: Nacional. 3. ed., 1971.

FERREIRA, Franciely Freitas; MOREIRA, Renata Alves; NUNES, Ana Lúcia de Paula Ferreira. Os Desafios para Inclusão de Pessoas Negras em Cargos de Liderança. **Id on Line Rev.Psic.**, Julho/2024, vol.18, n.72, p. 96-113, ISSN: 1981-1179. Disponível em: <https://doi.org/10.14295/idonline.v18i72.4024>.

INSTITUTO UNIBANCO. **O papel da escola no enfrentamento do racismo**. 2024. Disponível em: <<https://observatoriodeeducacao.institutounibanco.org.br/em-debate/conteudo-multimedia/detalhe/educando-para-a-diversidade-o-papel-da-escola-no-enfrentamento-do-racismo>> acesso em 10 de set 2024

KILOMBA, Grada. **Memórias da Plantação: episódios de racismo cotidiano**. Rio de Janeiro: Cabogó, 2008.

MATIAS, Emanuela Ferreira; SILVA, Samia Paula dos Santos; RIBEIRO, Rosa Maria Barros. Caminhos Negros no Ceará: Identidades de Resistências. **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, 2019, vol.13,n.46, p.379-391. ISSN: 1981-1179. Disponível em: <https://doi.org/10.14295/idonline.v13i46.1892>.

NUNES, Sylvia da Silveira. Racismo no Brasil: tentativas de disfarce de uma violência explícita. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 89-98, mar. 2006. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1678-51772006000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51772006000100007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 11 de ago. 2024.

RAMOS, Késsila. **Racismo e Saúde Mental da discriminação ao desgaste**. 2023. Disponível em: <<https://www.unicef.org/brazil/blog/racismo-e-saude-mental>> acesso em 14 de ago 2024.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

SILVA, Daynara Mayany da; OLIVEIRA, Débora Benício Alves; ALVES, Francisca Ivoneide Benício Malaquias; BRINGEL, Maricélia Félix Andrade. Racismo dentro das Escolas: Saúde Mental das Crianças Racializadas e Estratégias de Enfrentamento. **Id on Line Rev. Psic.**, Outubro/2024, vol.18, n.73, p. 522-531, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 18/10/2024; Aceito 25/10/2024; Publicado em: 31/10/2024.