



**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO DE JANEIRO  
CENTRO DE TEOLOGIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA  
CURSO DE PSICOLOGIA**

**YASMIN PATRÍCIA DOS SANTOS**

**POSSÍVEIS IMPACTOS DO RACISMO NA SAÚDE MENTAL DE  
CRIANÇAS PRETAS: CAMINHOS PARA A PREVENÇÃO E  
INTERVENÇÃO**

**Rio de Janeiro  
2025**

**YASMIN PATRÍCIA DOS SANTOS**

**POSSÍVEIS IMPACTOS DO RACISMO NA SAÚDE MENTAL DE  
CRIANÇAS PRETAS: CAMINHOS PARA A PREVENÇÃO E  
INTERVENÇÃO**

Monografia apresentada ao Departamento de Psicologia do Centro de Teologia e Ciências Humanas da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel em psicologia.

Renata Barboza Medeiros Vianna

Rio de Janeiro  
2025

*“As crianças, em qualquer cultura, são portadoras de boas novas. Em vez de serem pensadas como embalagens vazias que precisam ser preenchidas, entupidas de informação, deveríamos considerar que dali emerge uma criatividade e subjetividade capazes de inventar outros mundos” (Ailton Krenak).*

## Agradecimentos

Primeiramente, ao meu primeiro Pai, Deus, que proporcionou minha vaga e minha bolsa na PUC e me acompanhou com amor e zelo, não só por esses 5 anos, mas desde que eu estava no ventre da minha mãe, provavelmente até antes. Sem o Senhor, nada disso seria possível ou imaginável, pois o Senhor é bom.

À minha mãe, Nereide de Fátima, por ser simplesmente a melhor e mais inspiradora pessoa que eu já conheci. Minha torcedora e incentivadora número um, todo o meu esforço sempre foi e sempre será por você e para podermos passar o resto das nossas vidas viajando e batendo perna por aí.

Ao meu pai, Targil Carneiro, por investir na minha educação, me ensinar a ler, sempre me incentivar a ir mais além e por deixar meu mundo mais colorido com livros e música infinitos. Obrigada por me pegar pra você, ainda tem muita coisa para vivermos juntos.

À minha irmã, Thaís, e às minhas sobrinhas, Claire e Flora, por dar mais cor para minha vida, me divertir, me apoiar incondicionalmente, e me ajudar a entender que sim, eu sou capaz de estudar a infância para sempre. Minha Thaisi, você sempre me incentivou e teve orgulho de mim mesmo sem nem entender direito o que eu queria dizer. Muitas vezes, isso fez a diferença.

À minha avó, Maria do Carmo, por me permitir cuidar de você e por iniciar nossa família. Obrigada por me dar apoio, torcer por mim e sempre estar disponível para me dar um aconchego. E ao Jin, por ser uma inesgotável fonte de carinho, lambidas, sonecas e amor. Você é meu eterno bebê e meu mini estagiário.

Ao meu grande amor, Phelipe, Pepe, tantos nomes que eu poderia colocar. Nós começamos a namorar quando eu estava no começo da graduação, e este momento é só um dos grandes momentos que vamos comemorar juntos. Obrigada por ser meu parceiro, meu grande amigo e grande apoiador, que acredita em mim incondicionalmente. Mal posso esperar para viver o resto da vida contigo.

Às melhores amigas que eu poderia pedir para Deus, Maiza e Brenda, por serem minha fortaleza e meu porto seguro. Existem algumas partes minhas que só vocês conhecem, porque só vocês ficaram tempo suficiente para saber. Que privilégio ter amigas/irmãs com quem eu posso contar no sol ou na chuva, para dançar ou para chorar, ou os dois ao mesmo tempo. Não tem Yasmin sem vocês.

À minha grande parceira de faculdade, Luísa. O que seria de mim na PUC sem você? Obrigada por me fazer acreditar na possibilidade de criar novas amizades e me dar esperança na humanidade, porque o seu coração é tão bom e gentil. Ainda bem que você vai estar na especialização junto comigo para passarmos mais 1 ano e meio juntas. Algumas amizades são feitas para durar, tipo a nossa.

E, finalmente, à minha orientadora, supervisora e professora, Renata Vianna, por ser minha grande referência na TCC. É muito incrível encontrar alguém que seja tão qualificada, talentosa e, ao mesmo tempo, tão gentil. Minha trajetória na psicologia seria totalmente diferente sem você.

## Resumo

O presente trabalho teve como objetivo mapear os impactos do racismo na saúde mental de crianças negras e discutir possíveis estratégias de prevenção e intervenção para estes impactos no ambiente escolar e no setting terapêutico. O método utilizado foi uma revisão narrativa da literatura. A infância preta é caracterizada por exposições a ambientes racistas, como escola, família e mídia, o que afeta o pleno desenvolvimento da criança e sua saúde mental. O racismo afeta a população negra como um todo de modo expressivo, garantindo menos oportunidades e afetando sua condição social e saúde mental. Na infância, esse fenômeno se mostra de maneira mais específica, a partir de interações com seus pares e figuras de autoridade na escola e no ambiente familiar, prejudicando o autoconceito da criança e aumentando a probabilidade do desenvolvimento de transtornos mentais. Para lutar contra o racismo, algumas estratégias podem ser usadas nas escolas, como a formação adequada de professores, a revisão de livros didáticos e a implementação da Lei n. 10.639/2003, enquanto na clínica, o terapeuta deve estar preparado para adaptar suas técnicas para o melhor tratamento de crianças negras. Por fim, este trabalho contribuiu para ampliação de formulações teóricas acerca do desenvolvimento de estratégias de prevenção e de intervenção para o tratamento de crianças pretas. O estudo evidenciou a falta de produção científica mais robusta acerca do tema, especialmente com relação ao atendimento psicoterápico na abordagem cognitivo-comportamental a crianças negras. Propõe-se, então, o desenvolvimento de material teórico concreto sobre o assunto e de mais pesquisas acerca do tema.

**Palavras-chave:** racismo, infância, escola, saúde mental, transtornos mentais, terapia cognitivo-comportamental.

## **Sumário**

1. Introdução	1
2. Racismo e saúde mental: atravessamentos e impactos	2
3. A infância permeada pelo racismo e suas consequências para a saúde mental	8
4. Estratégias de prevenção e intervenção ao racismo na escola e na clínica	14
4.1. Estratégias de prevenção ao racismo no ambiente escolar	15
4.2. Estratégias terapêuticas de combate ao racismo	18
5. Considerações finais	24
6. Referências bibliográficas	27

## 1. Introdução

O presente trabalho tem como tema a análise dos prejuízos causados pelo racismo na saúde mental de crianças negras e os diferentes impactos deste fenômeno em seu desenvolvimento. De acordo com Almeida (2019), o racismo é uma forma de discriminação baseada em poder que, a partir da raça, delega privilégios ou desvantagens para certos indivíduos. O racismo se manifesta de diversos modos na sociedade brasileira, e possui características distintas para cada grupo social. É interessante, então, entender quais as suas especificidades para conseguir combatê-lo de modo mais eficaz. De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) (Brasil, 1990), “considera-se criança, para os efeitos desta Lei, a pessoa até doze anos de idade incompletos”, e é dever do Estado garantir às crianças e adolescentes “todas as oportunidades e facilidades, a fim de lhes facultar o desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social, em condições de liberdade e de dignidade.” É possível pensar, então, na desvantagem sofrida pela população negra infantil, que não goza dessas mesmas oportunidades e enfrenta dificuldades para se desenvolver plenamente. Estes dados demonstram os estressores específicos da população negra vividos, também, pela população infantil.

Segundo dados da Unicef (2010), dos 26 milhões de crianças brasileiras que vivem em famílias pobres, 17 milhões são negras. A pobreza atinge 32,9% de crianças brancas e 56% de crianças negras. Além disso, uma criança negra tem 70% mais risco de ser pobre do que uma criança branca, o que demonstra a perpetuação da iniquidade racial na pobreza entre crianças. Quando se fala de acesso à educação e permanência estudantil, uma criança negra entre 7 e 14 anos tem 30% mais chance de estar fora da escola do que uma criança branca na mesma faixa etária.

Na população infantil, a escola e a família se mostram os principais ambientes de socialização da criança e, consequentemente, os principais lugares para a ocorrência do racismo, que se dá por pares, funcionários, figuras de autoridade e familiares. Além disso, a mídia se mostra um expressivo propagador de ideais racistas, pois valoriza estereótipos raciais e deixa de disseminar modelos negros positivos. Com a exposição frequente a ambientes e concepções racistas, a saúde mental e o autoconceito da criança negra são prejudicados, o que aumenta a possibilidade de desenvolvimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão.

O objetivo geral do trabalho foi revisar a literatura acerca dos possíveis impactos causados pelo racismo na saúde mental de crianças negras. Como objetivos específicos, pretendeu-se definir os conceitos de racismo e raça, analisar o efeito do racismo na população negra brasileira, verificar se há impactos significativos sofridos por crianças negras devido a esse fenômeno, analisar como esses impactos podem influenciar num possível desenvolvimento de transtornos mentais e, por fim, discutir estratégias de prevenção e intervenção a esses impactos em diferentes ambientes, como na escola e no setting terapêutico.

Para tal, utilizou-se o método de revisão narrativa da literatura, a partir da busca eletrônica em sites como Google Acadêmico, SciELO, Pepsic e PubMed com os seguintes descritores: infância, racismo, psicologia, população negra e saúde mental. A partir dos

artigos encontrados, pôde-se fazer uma busca nas referências mais utilizadas por eles e ampliar a rede de busca. Além disso, livros físicos de autores renomados no campo da TCC e da prática com minorias também foram acessados, o que contribuiu para estabelecer a base do trabalho. Como questões étnico-raciais na psicologia têm gerado debates na atualidade, foi possível encontrar um número relevante de materiais escritos nos últimos cinco anos, o que reforçou a notoriedade e relevância do assunto.

Dividiu-se o texto em três partes: na primeira, foi abordado o tema do racismo e suas consequências psicológicas e sociais para a população negra brasileira, que possui um histórico de opressão que data desde os primórdios do país e enfrentam os desdobramentos deste período até o dia de hoje. Na segunda parte, entrou em debate o contexto da infância negra, que tem seu pleno desenvolvimento prejudicado por estar em constante contato com uma sociedade racista, que se manifesta em interações individuais e dinâmicas institucionais. Na terceira e última parte, discutiu-se as estratégias para o enfrentamento do racismo na escola, a partir de práticas dentro e fora de sala, que sejam incentivadas por familiares, autoridades e professores. Além disso, estratégias terapêuticas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) foram trazidas para a argumentação para entender as possíveis adaptações da abordagem no atendimento de crianças negras e suas famílias. Por fim, nas considerações finais, foi possível fazer um balanço sobre o que já sabemos e o que ainda precisa ser estudado e melhor endereçado no campo da psicologia brasileira com relação à saúde mental da criança negra.

## **2. Racismo e saúde mental: atravessamentos e impactos**

A história do Brasil é construída a partir do sofrimento e labor das minorias raciais, destacando aqui o povo preto, que foi submetido, através do processo escravista, à colonização da mente e do corpo, ao uso desenfreado de sua mão de obra e à desumanização através da introjeção de sua própria inferioridade. Esse processo gerou consequências que refletem na sociedade brasileira contemporânea, e uma delas é a incidência de doenças mentais provocadas pelo racismo na população negra. Devido a isso, faz-se necessário que a Psicologia brasileira volte seus olhos para a saúde mental desta população, já que ainda há grande despreparo dos profissionais da área para lidar com demandas voltadas para as minorias raciais (Dos Santos, 2018).

Para dar início à discussão sobre o impacto do racismo na saúde mental da população negra, é necessário definir raça e racismo, conceitos que, ao longo do tempo, sofrem diversas modificações devido a seu caráter histórico-social. De acordo com Almeida (2019),

“Raça não é um termo fixo, estático. Seu sentido está inevitavelmente atrelado às circunstâncias históricas em que é utilizado. Por trás da raça sempre há contingência, conflito, poder e decisão, de tal sorte que se trata de um conceito relacional e histórico. Assim, a história da raça ou das raças é a história da constituição política e econômica das sociedades contemporâneas” (Almeida, 2019).

A partir deste trecho, é possível discorrer sobre a história deste termo, como sua abordagem sofreu modificações ao longo do tempo e como sua origem afeta o modo como nos relacionamos ainda hoje. Segundo Almeida (2019), as revoluções europeias do século

XIX, como a inglesa, a americana e, principalmente, a francesa, foram as protagonistas no processo de reorganização do mundo, em que as sociedades feudais migravam lentamente para o capitalismo. Para o sucesso desta transição, foi necessário a criação do homem universal, este sendo branco e de posses, portador de direito e razão universais. A partir deste ideal, nasce o colonialismo, que tem como objetivo levar a civilização para os povos ditos primitivos, o que justificou a destruição e morte dos mesmos.

A divisão do ser humano em raças serviu para justificar o colonialismo e a submissão de povos da América, África, Ásia e Oceania. Teorias científicas serviram como base para esta diferenciação, afirmindo que pessoas de pele não branca eram inferiores a níveis moral, psicológico e intelectual. A partir do século XX, houve um esforço bem sucedido para abater essas teorias, que ressaltou a inexistência de fatores biológicos ou culturais que confirmem a existência de diferentes raças humanas. Desse modo, “raça é um elemento essencialmente político, sem qualquer sentido fora do âmbito socioantropológico” (Almeida, 2019). A importância política do termo ainda se mantém nos dias de hoje, não apenas para a naturalização de desigualdades, mas também para a reivindicação de direitos por grupos minoritários.

Acerca do racismo, Almeida afirma que este é uma forma sistemática de discriminação baseada na raça, que culmina na desvantagem ou privilégio para certos indivíduos, baseando-se em seu grupo racial pertencente, através de práticas conscientes ou não. Este processo, mais do que apenas ofensas dirigidas ao indivíduo, se destaca por seu caráter sistêmico, que atinge a população negra como um todo e a afeta em diversas áreas de sua vida, de diferentes modos, como na política, na economia e, até mesmo, nas relações individuais cotidianas, em que tais condições de subalternidade e privilégio se reinventam de modo incessante.

O racismo possui diversas concepções e definições, que podem ser importantes para o entendimento de como as dinâmicas raciais se dão no Brasil e quais os diferentes impactos do racismo na saúde mental da pessoa negra. Destacam-se três concepções: individual, institucional e estrutural. A concepção individual diz respeito à desvalorização de um indivíduo por outro devido à sua raça. Nesse tipo de caso, a origem do racismo vem de uma pessoa ou grupo, sem a necessidade de vínculo a uma instituição (Reis, 2025). A concepção institucional aborda dinâmicas de poder entre as elites e os que ocupam a margem. Estas dinâmicas são controladas pelas instituições, que mantêm seus interesses políticos e econômicos em vigência. Por último, a concepção estrutural explica como o racismo, mais do que um fenômeno individual ou algo controlado pelas instituições, se apresenta como uma base para a sociedade e para as práticas sociais, mesmo que corriqueiras (Almeida, 2019).

No Brasil, o racismo assume um caráter peculiar, que pode se dar devido ao mito da democracia racial. Este pode ser definido como “uma nuvem branca que esfumaça as discussões raciais, tornando-as muitas vezes impraticáveis na cena social brasileira”, de acordo com Reis (2025). Segundo este mito, o Brasil nasceu de uma relação pacífica entre portugueses, negros e indígenas, sem nenhuma intenção dos colonizadores de oprimir ou subjuguar as demais raças. Após a abolição da escravidão, qualquer dificuldade vivida pelos escravizados foi superada, e todos passaram a ter as mesmas oportunidades, vivendo em união desde então. Este pensamento contribuiu para a invisibilização das violências e

desigualdades vividas por povos minoritários desde o nascimento do Brasil, e para mitigar as discussões de cunho étnico-racial, com o objetivo de torná-las irrelevantes (Reis, 2025).

Esta dinâmica culmina numa sociedade que admite haver racismo no Brasil, ao mesmo tempo em que seus indivíduos nunca se assumem racistas. É comum que os brasileiros apenas caracterizem seus pares como racistas, nunca a si mesmos (Da Silva e Branco, 2011). Os impactos deste fato na saúde mental do povo preto são diversos, pois o seu sofrimento é desprezado e ocultado pela sociedade, tanto em momentos cotidianos quanto em ambientes acadêmicos. No primeiro, o negro cresce ouvindo que todos possuem oportunidades iguais, que raça é irrelevante nos dias atuais e, até mesmo, que os negros são os próprios racistas. Já no segundo, temas que tratam de raça são vistos como menos importantes na academia, o que impossibilita avanços de pesquisas que falem do assunto (Reis, 2025). Como disse Fernandes (2003), “o mito – não os fatos – permite ignorar a enormidade da preservação de desigualdades tão extremas e desumanas como são as desigualdades raciais no Brasil.”

A saúde mental do indivíduo negro também é afetada pela falta de reflexão acerca do papel da branquitude nas relações raciais brasileiras, o que reforça as dinâmicas de privilégio anteriormente faladas e as delegam como culpa do negro, o único estudado e problematizado. O grupo branco, neste contexto, não é visto como participante e beneficiário do racismo, mas é lembrado apenas como o modelo universal de humanidade, colocando seu próprio grupo em lugar de vantagem acima das outras raças. Isso fortalece sua autoestima e constrói uma imagem excessivamente negativa sobre o negro, que cria acerca de si um autoconceito deficiente.

O chamado “pacto da branquitude”, termo cunhado por Cida Bento, consiste num acordo entre pessoas brancas de não se reconhecerem como parte importantíssima na permanência das desigualdades raciais no Brasil (Bento, 2002). Este pacto de cumplicidade não verbalizado visa manter os privilégios de indivíduos brancos a partir do silenciamento acerca de mecanismos de exclusão e discriminação, e possui um caráter narcísico, de autopreservação, em que o “diferente”, neste caso, a negritude, ameaça o “normal”. A branquitude, então, se coloca no lugar de “universal”, o que a exclui de debates de cunho racial e delega aos negros a responsabilidade por sua condição social, ignorando a herança escravocrata da sociedade branca. Desse modo, quando falamos sobre escravidão, apenas a escravização do negro é ressaltada, e não quem o escravizava (Bento, 2022).

A história da saúde mental do negro no Brasil data desde sua chegada ao país através do tráfico. Segundo Oda (2008), um mal comum entre os negros escravizados era o banzo, uma forte nostalgia, tristeza e desesperança devido à saudade de sua pátria, às terríveis condições de trabalho, à perda da liberdade, entre tantas outras violências. Muitas vezes, a única saída para esta condição era o suicídio, seja de formas passivas, como a recusa de alimentos, ou ativas, através do enforcamento, afogamento, uso de armas brancas ou ingestão de terra. Entre a literatura europeia da época, os sintomas do banzo também foram chamados de “desgostos do cativeiro”, o que ressalta o caráter de revolta perante as injustiças vividas, como as constantes mortes, abusos e pesados castigos. O banzo demonstra como, ao longo da história, a vontade de morrer sempre esteve presente na realidade do negro no Brasil (Tavares, 2017). Até os dias de hoje, a precariedade na saúde mental da população preta ainda se faz presente e, mesmo após tantos anos, continua sendo menosprezada.

É possível inferir, então, que a população negra possui estressores adicionais aos cotidianos devido ao racismo, que afeta seu entorno social e econômico, tornando suas condições ambientais aversivas e influenciando negativamente seus recursos psicológicos, pois episódios de preconceito e discriminação são geradores de violências físicas e simbólicas (Calmon, 2022). Uma das violências que podem ser citadas é a taxa de homicídios aumentada para indivíduos negros, principalmente jovens de 15 a 29 anos:

O SIM do Ministério da Saúde, corroborado pelo Censo Demográfico do IBGE, de 2010, expõe que taxa de homicídios de negros no Brasil é de 36 mortes por 100 mil negros, enquanto a mesma medida para não negros é de 15,2 por 100 mil. Em 2012, 56 mil pessoas foram assassinadas no Brasil. Destas, 30 mil são jovens entre 15 a 29 anos e, desse total, 77% são negros. A maioria dos homicídios é praticada por armas de fogo, e menos de 8% dos casos chegam a ser julgados. De acordo com dados do SIM, mais da metade dos 56.337 mortos por homicídios no Brasil no ano de 2012 eram jovens, ou seja, 30.07224 jovens vítimas de homicídio, o que equivale a 53,37% das mortes. Desses jovens, 77% eram negros (pretos e pardos) e 93,30% do sexo masculino. Ao distribuir esses dados de homicídios de jovens negros nos 12 meses do ano, calcula-se mais de 1.900 mortes de jovens negros por mês. Ou seja, 64 a cada dia, quase 3 a cada hora, ou aproximadamente 1 homicídio a cada 20 minutos atingindo jovens negros do sexo masculino, majoritariamente moradores das periferias e áreas metropolitanas dos centros urbanos (Brasil, 2017, p. 20).

Além disso, também é possível citar a maior exposição de indivíduos negros a viver em moradias precárias, pois pretos ou pardos estavam 73,5% mais expostos a viver em um domicílio com condições precárias do que brancos (38,7% dos pretos ou pardos contra 22,3% dos brancos), e o menor acesso à saúde para a população negra quando comparada à população branca. Enquanto 74,8% das pessoas brancas consultaram o médico nos últimos 12 meses, 69,5% de pessoas pretas e 67,8% de pessoas pardas fizeram o mesmo movimento. Ademais, 78,8% da população negra não possui plano de saúde, o que pode significar maior exposição a riscos (Brasil, 2017).

Devido a isso, a população negra vive constantemente exposta a estresse desproporcional causado pelas consequências do racismo. Indivíduos pretos vivem em constante estado de tensão emocional, angústia, ansiedade e culpa. Alguns sintomas de ansiedade podem incluir taquicardia, ataques de pânico, depressão, dificuldades para se abrir, alcoolismo e úlcera gástrica (Silva, 2004). Na meta análise realizada por Paradies et al. (2015), foi encontrada forte associação entre racismo e consequências na saúde. De acordo com os autores, a exposição crônica ao racismo pode estar associada à desregulação no eixo HPA, que pode causar doenças cardiovasculares e obesidade. Além disso, os impactos do racismo na desregulação de regiões cognitivas como o córtex pré-frontal, o córtex cingulado anterior, a amígdala e o tálamo, possuem semelhanças com os caminhos cerebrais que levam a ansiedade, depressão e psicose.

Além disso, o autoconceito do negro é extremamente prejudicado na dinâmica em que este é inserido, gerando ódio por si mesmo e por sua raça. De acordo com Silva (2004), atributos negativos são imputados ao sujeito preto, que desenvolve sentimentos de inferioridade, causando constrangimento em relação a seus pares. Isso afeta sua cognição e, consequentemente, seu comportamento, favorecendo o surgimento de atitudes nocivas como

isolamento, que pode ser entendido por terceiros como timidez ou, até mesmo, agressividade. Por ser exposto constantemente a situações de humilhação e constrangimento, visto ora como perseguido, ora como perseguidor, sua autoimagem é distorcida e sua autoestima é rebaixada.

Logo o efeito do racismo vai incidir diretamente na construção de um autoconceito negativo e desvalorizado sobre si mesmo, uma vez que ele 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 (Silva, 2004).

Este trecho demonstra como a formação da identidade do sujeito negro é afetada negativamente pela estrutura racista a qual é submetido. É possível que, ao introjetar as concepções racistas difundidas pela sociedade, o negro acabe por considerar a si mesmo e aos membros de seu grupo como inferiores ao grupo dominante, nesse caso, os brancos. Esse tipo de pensamento, aos olhos da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), pode ser considerado uma distorção cognitiva, podendo acarretar em estratégias de enfrentamento disfuncionais como a reprodução de falas e ideais racistas e a criação de ambientes aversivos para outras pessoas negras (Tavares e Kuratani, 2019).

De acordo com Fatimilehin e Hassan (2013), o desenvolvimento de competências culturais para o atendimento de minorias tem sido um foco de pesquisas em saúde mental nos últimos anos, devido ao entendimento de que a grande maioria das intervenções psicoterápicas foi construída tendo como base o indivíduo branco e sociedades europeias, o que pode não ser efetivo para outras comunidades. A TCC, do mesmo modo, foi criada e atualizada a partir de pesquisas e práticas que seguiam padrões eurocêntricos e estadunidenses mas, nos últimos anos, tem adotado uma postura crítica acerca de suas intervenções e destacado a necessidade de abertura para intervenções que considerem o componente cultural de seus pacientes (Reis, 2025). De acordo com Wenzel, Brown e Beck (2010):

Os clínicos precisam prestar particular atenção às questões culturais que tenham o potencial de ser uma barreira para buscar seus serviços. Em um de nossos testes clínicos, 60% dos pacientes eram afro-americanos e a etnicidade estava associada a uma atitude negativa em relação ao tratamento. Esses pacientes muitas vezes indicam que têm dificuldades em se conectar com o clínico a quem percebem como pertencendo a uma classe dominante (Wenzel, Brown e Beck, 2010, p. 119).

Em adição a esta constatação, em 2022, mais um princípio foi adicionado aos princípios do tratamento da TCC, que constata a necessidade de considerar os valores e as singularidades de pacientes de culturas não-hegemônicas, além de admitir que a TCC, até o momento, tem refletido apenas os valores da cultura dominante dos Estados Unidos, e os terapeutas precisam ter consciência de seus próprios vieses culturais e considerar as singularidades de seus pacientes integrantes de minorias étnico-raciais (Beck, 2022). Além disso, as diretrizes atuais da American Psychology Association (APA) enfatizam a necessidade da compreensão dos psicólogos acerca da sensibilidade e competência cultural da profissão. A clínica, então, precisa ser adaptada aos diferentes grupos minoritários que

sofrem variados tipos de opressão e vivem uma multiplicidade de contextos sociais (American Psychological Association [APA], 2017; Tavares e Kuratani, 2019; Juvenil, Tavares e Ventura, 2023).

Quando esta discussão se volta para o campo da psicologia clínica brasileira, é possível ver que não há um corpo de conhecimentos, métodos e/ou estratégias desenvolvidas para o manejo clínico das repercussões do racismo sobre a saúde mental da população negra. Mesmo com as claras disparidades sociais e psicológicas entre raças, a área da saúde ainda desvia seus olhos da necessidade de estratégias específicas para o atendimento adequado da população negra. Apesar da maioria numérica e das vivências adoecedoras específicas relacionadas aos vários tipos de racismo, discutidos anteriormente, ainda são poucas as pesquisas brasileiras que abordam a saúde dessa população (Tavares e Kuratani, 2019).

Na pesquisa de Martins, Santos e Colosso (2013), nos anos de 2000 a 2009, foram encontrados 41 artigos que abordaram psicologia e relações étnico-raciais, a maior parte deles voltada para a psicologia social. De acordo com Werneck (2016), não é possível afirmar uma causa para este pequeno número de publicações, mas algumas das possíveis razões para tal podem ser: o desinteresse ou falta de estímulo dos pesquisadores pelo tema, as barreiras impostas pelos conselhos editoriais de periódicos e as restrições explícitas nas instituições de pesquisa.

A grande maioria dos psicólogos e pesquisadores são brancos e socializados entre uma população que se acredita desracializada, o que colabora para retificar a ideia de que quem tem raça é o outro e para manter a branquitude como identidade racial normativa (Schucman, 2014, p. 84).

Devido ao acesso insuficiente da população negra aos serviços de saúde, a maioria dos profissionais não percebe ou problematiza as especificidades do manejo clínico desses sujeitos. Isso contribui para uma menor quantidade e pior qualidade de atendimentos quando comparada à população branca (Werneck, 2016). Mesmo nos dias de hoje, as políticas públicas voltadas ao povo preto ainda se baseiam em patologização, medicalização, encarceramento e morte (Tavares, De Jesus Filho e De Santana, 2020). Apesar de seus esforços para o reconhecimento do racismo como um dos fatores centrais na produção de iniquidades em saúde experimentados por todo o tipo de pessoas negras, teorias eugênicas e adoecedoras ainda fazem parte das pesquisas e práticas do campo das ciências da saúde (Werneck, 2016).

A Psicologia brasileira se constituiu a partir do individualismo e de práticas elitistas, que tinham como modelo de eu e de consciência o sujeito branco, masculino, heterossexual e de poder aquisitivo. Isso pode ser confirmado a partir dos referenciais teóricos contemplados na academia, que contam com pouquíssima participação feminina, negra e indígena. Mesmo assim, nas últimas décadas, a Psicologia tem sido convocada a questionar suas práticas e se entender como agente de mudança de seu contexto sociopolítico (Pereira, Galoni, & Ribas, 2023). É possível testemunhar algumas mudanças pelo novo Código de Ética Profissional do Psicólogo (2005), que afirma a obrigatoriedade do psicólogo de contribuir para a eliminação de qualquer tipo de discriminação e violência.

A realidade, no entanto, ainda demonstra o despreparo dos psicólogos brasileiros para lidar com os atravessamentos entre questões raciais e de saúde mental de seus pacientes. Por isso, para construir uma Psicologia antirracista e que contemple diferentes perspectivas de sujeito (Pereira, Galoni, & Ribas, 2023), é necessário que estes profissionais reflitam acerca de seus privilégios raciais e de sua contribuição para a manutenção da violência racial. A partir disso, será possível desenvolver abordagens culturalmente adequadas para populações não hegemônicas e facilitar seu acesso a serviços de saúde (Tavares e Kuratani, 2019).

### **3. A infância permeada pelo racismo e suas consequências para a saúde mental**

Pensar os impactos do racismo no corpo preto é pensar sobre a extensa história de escravidão que a sociedade brasileira carrega. Quando pensamos sobre esse período, esquecemos que a criança preta também foi incluída na dinâmica escravista do Brasil e sofre seus desdobramentos até os dias de hoje pois, mesmo com a mudança do cenário brasileiro em relação aos direitos das crianças no último século, meninas e meninos negros ainda enfrentam violações constantes desses direitos devido a questões raciais e sociais (Pereira, Galoni, & Ribas, 2023). Para entender as diversas formas na qual o racismo afeta a infância negra no Brasil contemporâneo, é necessário voltar alguns séculos e assimilar seu papel na sociedade escravista e compreender as consequências dessa dinâmica nas relações da atualidade.

No contexto de Brasil colônia, crianças pretas eram arrancadas de seus lares, forçadas a enfrentar a violência dentro dos navios negreiros e, quando escapavam da morte prematura, eram separadas de seus familiares. Quando já nasciam em situação de escravidão, muitas vezes, não eram autorizadas a seguir seus pais que conseguiam a alforria, forçadas a permanecer num ambiente de violência extrema, trabalho forçado e naturalização da morte, sem direito à sua infância ou à sua humanidade (Rocha, 2022). Além disso, crianças pequenas eram menos valorizadas no mercado, assim como as mulheres, mas, a partir dos oito anos de idade, já eram consideradas adultas (Schwarcz e Starling, 2015). Isto explicaria a alta mortalidade infantil na época, devido ao trabalho pesado, e a rápida substituição de uma criança escravizada por outra, naturalizando o infanticídio e colocando esses sujeitos em lugar de apagamento e esquecimento (Scarano, 2013).

Após quatro séculos da soberania do regime escravista, é esperado que as práticas desse período causem consequências duradouras à forma como a sociedade enxerga e se relaciona com crianças pretas. Segundo Zamora (2012), é imprescindível lembrar do projeto científico orquestrado no século XIX para justificar a desigualdade entre raças, que afirmava que o indivíduo branco está ligado à razão, ao desenvolvimento e à evolução da humanidade, sendo seu maior e melhor representante, enquanto o indivíduo negro (incluindo mulheres e crianças) era considerado menos racional, ligado ao trabalho braçal e às emoções e superstições. Este tipo de pensamento, mesmo que inconscientemente, ainda guia as relações raciais e sociais nos dias de hoje, e afeta o modo como os indivíduos negros se comportam no mundo e constroem sua noção de si.

Mesmo assim, é importante destacar que, assim como é afetada pelas normas da sociedade racista brasileira, a criança negra, desde pequena, é capaz de criar suas próprias subjetividades e trazer algo novo ao meio em que nasce, sendo também um agente de

transformação (Santiago, 2015). De acordo com França e Silva (2021), as crianças interpretam ativamente o mundo, não apenas copiam as ideias de seus responsáveis, e precisam ser capazes de se reconhecer como parte de um grupo social, além de assimilar habilidades específicas da cultura em que estão inseridas.

Uma das habilidades construídas durante o desenvolvimento humano é a de categorização social, ou seja, a capacidade de dividir os indivíduos em grupos baseados em suas semelhanças e diferenças (McGarty, 1999). Desse modo, a raça se mostra um fator importante para a interpretação que as crianças fazem da realidade social em que estão inseridas, tornando-se uma categoria distinta quando sua importância é reforçada por elementos do meio social, por exemplo, a rotulação explícita ou implícita dos grupos sociais em função da raça (França e Silva, 2021). Isso demonstra que as crianças interpretam e colocam em prática o que lhes é apresentado acerca de raça, construindo juízos de valor acerca de cada grupo e baseando-se nas informações disponíveis no ambiente em relação a eles.

O papel dos responsáveis costuma ser o de “balizador” das interpretações feitas pela criança acerca do funcionamento do mundo. Desse modo, eles mostram à criança o certo e o errado, o permitido e o proibido, a fim de garantir a existência segura desse indivíduo e de seu grupo social. A partir dessas informações, a criança começa a formar sua própria identidade, que pode ser definida como a percepção que ela possui de si mesma, baseada no modo como interpreta que os outros a veem. Pensando, então, nessa dinâmica, a construção da identidade do indivíduo infantil durante esse processo de socialização será baseado na grande disponibilidade de modelos positivos brancos e na escassez de modelos positivos e abundância de modelos negativos de sujeitos negros no ambiente, devido ao predomínio de visões preconceituosas acerca do negro (Cavalleiro, 2015).

Faz-se necessário entender que, para evitar episódios de discriminação no contexto social, é preciso que medidas sejam tomadas desde a infância, tanto pela família quanto pela escola, mas não é o que costuma ocorrer. Nesses dois ambientes, é possível constatar a acriticidade de responsáveis e profissionais da educação e sua despreocupação com a questão da convivência multiétnica, o que culmina na internalização de representações preconceituosas acerca do grupo minorizado, consciente ou inconscientemente, por crianças brancas ou negras, e na formação de indivíduos preconceituosos e discriminadores (Cavalleiro, 2015).

A princípio, a escola deve ser a responsável pelo processo de socialização infantil pois, neste espaço, a boa convivência irá depender da qualidade das relações entre as crianças com características étnico-raciais distintas em sala de aula. Mesmo assim, não é o que costuma ocorrer, já que é comum que essas relações se deem de modo tenso e causem exclusões baseadas na cor da pele e outros traços característicos da população negra. Isso gera um comportamento introvertido em crianças negras, que podem absorver o discurso do opressor a que foram expostas e passam a desmerecer seus atributos e se considerar feias, indesejáveis e sem valor, interferindo negativamente na construção de sua identidade e subjetividade (Da Silva e Branco, 2011).

A escola é, teoricamente, o lugar em que o indivíduo possui a oportunidade de adquirir conhecimento relevante, se preparar para o exercício de sua cidadania e se desenvolver como um sujeito participante em sua sociedade (Cavalleiro, 2015). Apesar disso,

na prática, a escola se apresenta como uma instituição perpetuadora de desigualdades raciais, reproduzindo as relações encontradas na sociedade, tanto por alunos quanto por profissionais. Já na educação infantil ela é considerada veículo de propagação de crenças racistas, a partir da valorização do modelo branco de beleza e sua consequente superioridade (Da Silva e Branco, 2011). Uma das consequências desta relação é, primeiramente, o despreparo de professores e profissionais da educação para lidar com turmas multiétnicas e com questões de grupos minorizados, o que os faz perpetuadores de violência por não possuírem estratégias para abordar esse tipo de tema com seus alunos (Oliveira et al, 2021). Esse fato somado à ausência do tema no planejamento escolar gera silenciamento acerca da temática racial, impedindo a promoção de boas relações étnicas (Cavalleiro, 2015).

Em segundo lugar, estudos apontam a forma como professores tratam de modo diferente alunos negros e brancos (Oliveira e Abramowicz, 2010; Santiago, 2015; Wright, 1992), sendo coniventes com situações de exclusão de crianças negras, criticando e desaprovando com maior veemência alunos negros em comparação a alunos brancos, ofendendo verbalmente, excluindo da classe e retirando seus privilégios, além de tratar com menos carinho seus alunos negros, a partir da recusa de contato físico e da menor frequência de elogios relacionados à beleza e à boa conduta. Esse fato evidencia que o comportamento do professor em sala de aula é pautado em raça, consciente ou inconscientemente. A dificuldade ou desinteresse de entender questões raciais dentro e fora de sala de aula leva o profissional a compreender o racismo, muitas vezes, como algo comum à natureza humana, culpando o negro por sua propagação (França, 2017).

Além disso, é importante trazer o conceito de “interseccionalidade” (Crenshaw, 1989) para entender como meninos e meninas negras enfrentam o racismo de modo diferente. Segundo Crenshaw, a interseccionalidade serve para descrever as experiências sociais de mulheres negras, sujeitas simultaneamente às opressões do sexism e do racismo. Recentemente, o termo sofreu uma ampliação, para dar conta da multiplicidade de contextos sociais em que os indivíduos estão inseridos, sendo influenciados por experiências de poder e privilégio, a partir de experiências históricas e contemporâneas (Juvenil, Tavares e Ventura, 2023). No ambiente escolar, é possível constatar esse fenômeno a partir das distintas experiências de racismo feitas por professores para meninos e meninas negras.

De acordo com Oliveira et al. (2021), a imagem social da criança preta é delimitada pelo sexo biológico, feminino e masculino. Desse modo, a valorização do modelo branco de beleza, citado anteriormente, e sua imposição, afetam mais fortemente as meninas, que são ensinadas que seus fenótipos negros devem ser modificados e/ou reprimidos para serem aceitos, levando-as a adequar suas características, como alisar seus cabelos e negar seus atributos negros. Já os meninos ocupam o lugar do malandro, rebelde, bagunceiro e arteiro. Esse olhar, tanto para meninos quanto para meninas, afeta o modo como essas crianças se veem e se comportam, o que pode ser chamado de profecia autorrealizadora. Desse modo, a avaliação dos professores acerca dos alunos está sujeita às expectativas que eles têm dos mesmos e podem ter efeitos não apenas sobre o desempenho, mas também sobre a autoestima da criança, que tem suas dificuldades escolares atribuídas a problemas de comportamento ou familiares, mas nunca como decorrentes do racismo sofrido (França, 2017).

A relação estabelecida entre professor e aluno também acarreta consequências às relações entre pares, que se estabelecem de modo conturbado devido a questões raciais.

Assim como crianças negras absorvem as informações do ambiente sobre sua própria raça e se consideram menos valiosas, crianças brancas também introjetam o discurso do opressor e podem entender que o seu grupo é privilegiado e, por consequência, superior. Isso gera relações conflituosas de exclusão e discriminação (Souza, Lopes e Santos, 2007). O silêncio de professores e responsáveis sobre pautas raciais apenas reforça comportamentos como xingamentos, “brincadeiras”, exclusões e segregações, baseados em crenças potencializadas pelos adultos ao redor (Cavalleiro, 2015).

De acordo com Castro e Abramovay (2006),

Os apelidos, mesmo os de cunho racial, são percebidos na maioria das vezes como brincadeiras pelos alunos. Esse tipo de procedimento parece minimizar a explicitação da violência presente nas interações dessa natureza, o que não significa que por isso seja menor a dor provocada no alvo da brincadeira. O aluno por vezes toma para si as características que lhe são atribuídas, submetendo-se aos desígnios que o estabelecem em uma escala hierárquica que tem como pólos os alunos brancos e os alunos negros.

Este trecho demonstra a normalização do uso de nomes pejorativos e xingamentos, partidos de alunos brancos para alunos negros que, para serem aceitos, não manifestam seu incômodo e introjetam o conteúdo desses apelidos, majoritariamente negativos, à sua identidade. De acordo com Alves (2014), é comum que o silenciamento de professores diante de episódios de racismo entre alunos reforce este comportamento, já que a criança branca entende que não haverá consequências, pois a escola não se preocupa com esse tipo de “brincadeira”. A criança negra, por outro lado, se vê em situação de desamparo, pois não há quem a defenda.

De acordo com Moreira Primo (2020), o racismo é percebido pelas crianças, tanto brancas quanto negras, através de experiências de discriminações verbais, como xingamentos e apelidos, agressões físicas, como tapas e puxões de cabelo, rejeição, exclusão e o impedimento do direito da criança negra de brincar. Dentre os diversos apelidos utilizados, destacam-se “preto”, “negro”, “negrinho” “macaco”, “urubu”, “cabelo ruim ou duro”, “cabelo de bombril”, “sujo”, entre outros que, como citado anteriormente, levam à desvalorização de atributos afrodescendentes pela criança negra, além de emoções como medo, tristeza, vergonha e ansiedade.

Além disso, o racismo entre pares também pode se dar de modo velado. Nos estudos de Castro e Abramovay (2006), a maioria dos alunos relatava entender que o racismo é errado, mas continuavam a expressar falas racistas e construir hierarquias baseadas na raça. Enquanto o negro ocupa o lugar da margem, do “outro”, do exótico, o aluno branco é visto como a norma, uma “identidade tão hegemônica e naturalizada entre alunos que é capaz de sufocar o surgimento de uma outra identidade coletiva capaz de agrupar alunos no seio da turma.” Alunos negros também costumam “barganhar” seu lugar na hierarquia da turma ao recorrer à mestiçagem para serem considerados mais claros, aceitando ser chamados de “moreno” e, até mesmo, “indígena” para se distanciar de suas raízes negras.

De acordo com Van Ausdale e Feagin (2001), crianças de 3 a 5 anos, numa creche etnicamente diversa, usavam categorias raciais para identificar a si mesmas e aos outros, para incluir ou excluir outras crianças de atividades e negociar dinâmicas de poder em suas

brincadeiras, o que mostra a influência da raça nas dinâmicas sociais do mundo infantil. Este dado contraria a ideia concebida por adultos de que crianças não são capazes de falar sobre raça, levando-os a ignorar e evitar o assunto na criação de seus filhos (Winkler, 2009). Corroborando com isso, De Oliveira Máximo (2012) demonstra em sua pesquisa a preferência de crianças de diferentes etnias para a cor branca em diversas áreas, classificando indivíduos brancos como superiores em beleza, inteligência, habilidades sociais e esportivas. Em contrapartida, os indivíduos negros foram os mais escolhidos para características negativas, como os mais prováveis a roubar objetos e os menos bonitos.

A dinâmica agressiva entre crianças pretas, seus responsáveis, professores e colegas, gera diversos malefícios à sua saúde mental e ao seu desenvolvimento (de Góis Pereira, Galoni, & Ribas, 2023). A importância de considerar e estudar este assunto, para entender suas consequências e reduzir seus impactos é explicitada por Sousa (2020):

Diante destas situações, o debate central é: como fica a saúde mental de meninos e meninas negras que ouvem, veem ou vivenciam situações de racismo cotidianamente, que podem levá-las a desenvolver problemas de autoestima, transtornos mentais, dificuldade de desenvolvimento e relacionamento interpessoal? São questões desafiadoras, mas que podem gerar reflexões relevantes sobre como modificar essas estatísticas, reduzir os impactos do racismo e proporcionar um futuro mais próspero para as crianças negras (Sousa, 2020 p. 24).

É possível pensar os impactos do racismo na saúde mental da criança negra a partir da TCC, uma abordagem psicoterápica que propõe a ligação e interdependência entre os pensamentos, emoções e comportamentos atrelados a uma situação. Os pensamentos disfuncionais e inflexíveis são, então, a raiz dos transtornos mentais, pois afetam o que sentimos e como agimos em determinado contexto. A TCC também trabalha com a ideia de crenças nucleares, que podem ser definidas como ideias desenvolvidas pelos indivíduos desde a sua infância acerca de si mesmos, de outras pessoas e do mundo, a partir de suas experiências. Essas crenças são consideradas verdades absolutas, extremamente duradouras e enraizadas na cognição dos indivíduos, e os explicam “como as coisas são” (Beck, 2022).

Como nossas crenças nucleares são formadas a partir de nossas experiências desde a infância e ditam quem somos, é esperado que o autoconceito de crianças negras seja formado tendo como base suas experiências de racismo, influenciando suas emoções e comportamentos e aumentando a possibilidade do desenvolvimento de pensamentos disfuncionais e, consequentemente, de transtornos mentais. Segundo Da Silva e Branco (2011), algumas das implicações de ocupar um ambiente racista envolvem a construção de uma autoimagem negativa, o desenvolvimento de uma autocrítica acentuada, a perda de um referencial a partir das próprias características e, consequentemente, o desejo de pertencer ao grupo branco, tido como o padrão a ser seguido. A partir de suas experiências, a criança internaliza crenças de desamor, desvalor e/ou desamparo, e aprende que suas características são um problema e, devido a isso, precisam ser modificadas ou reprimidas.

É possível correlacionar esta prática com o conceito de “opressão internalizada”, que pode ser descrito como um conjunto de pensamentos, emoções e comportamentos voltados para o auto ódio que são construídos ao longo do tempo conforme um sujeito que é parte de um grupo minoritário (nesse caso, o povo negro) convive com frequência num ambiente

opressor. Isso gera uma visão distorcida de si e de seu grupo, vendo-se como inferior ao grupo dominante (Juvenil, 2024). A criança preta passa, então, a desenvolver cognições que corroboram com o discurso opressor com o qual ela tem contato a partir de seu ambiente, seja escolar ou familiar.

Kilomba (2020) explicita essa dinâmica no trecho a seguir, que demonstra o auto ódio e desconforto da criança negra em fazer parte de uma etnia que é constantemente subjugada e entendida como inferior e negativa. Esse estereótipo é reforçado tanto pelo convívio em ambientes racistas quanto pelo contato com informações da mídia que reforçam ideias negativas relacionadas ao povo preto. É possível comprovar essa ideia pelo fato de que um adolescente negro possui 45% de chances a mais de tentar suicídio do que um adolescente branco. Entre as causas associadas, estão a não aceitação de sua identidade racial e sentimentos de inferioridade e incapacidade (Brasil, 2018).

[Quando eu era criança] quando pessoas *negras* olhavam para mim, eu sabia que tinha algo a ver com elas, mas não queria porque eu não queria ser vista como uma *Neger*, como elas eram. Eu pensava que havia algo muito errado com isso. Havia todas essas imagens terríveis de pessoas *negras* nos livros, por exemplo... ou na televisão, nas notícias, nos jornais, basicamente em todos os lugares. Em toda parte... Ainda hoje, isso é tão... Então, quando criança eu não queria ser como elas e, ao mesmo tempo, eu era uma delas, e eu sabia disso. Uma situação difícil... (Kilomba, 2020, p. 152)

É importante destacar a possibilidade de relacionar o desenvolvimento de transtornos mentais na população negra infantil com a teoria do estresse de minorias, criada por Winn Kelly (Virginia) Brooks em seu livro *Minority Stress and Lesbian Women* (1981), que afirma que grupos minoritários possuem estressores específicos relacionados ao preconceito que sofrem pela sociedade normativa, que se somam aos estressores cotidianos vividos pela população como um todo e se cronificam, gerando níveis maiores de problemas mentais e físicos. É possível entender, então, que crianças negras possuem maior propensão ao desenvolvimento de quadros ansiosos, entre outros transtornos, devido à presença de estressores específicos causados pelo racismo, prejudicando sua saúde mental e qualidade de vida.

Como resultados dos estressores raciais, é possível citar níveis elevados de estresse, ansiedade, depressão, medos patológicos, isolamento social, entre outros (Tavares, Jesus Filho e Santana, 2020). Este dado é sustentado por David e colaboradores (2019), que citam ansiedade, insatisfação corporal, depressão, baixa autoestima, baixa satisfação de vida e altos índices de desesperança e estresse como impactos do racismo na saúde mental. Juvenil (2024) cita, também, como consequências do racismo percebido a raiva, ansiedade, desamparo, medo, desesperança, paranoia e ressentimento, que podem causar respostas de enfrentamento desadaptativas, gerando impactos negativos na saúde. Além disso, é interessante citar os dados de Nyborg e Curry (2003), que relatam aumento de sintomas internalizantes e externalizantes, baixo autoconceito e altos níveis de desesperança em meninos negros americanos.

Os efeitos do racismo na cognição da criança podem ser conceitualizados a partir de um modelo cognitivo específico, formado por Steele (2020), o chamado “modelo de

desenvolvimento cognitivo do racismo internalizado”, que leva em conta as influências sociais e históricas (estereótipos da mídia, xingamentos, falta de representação) que afetam o autoconceito do indivíduo desde a infância além de suas experiências pessoais (relações com familiares, experiências adversas, contato com professores). Esses dois fatores interagem entre si e culminam no desenvolvimento das crenças centrais e intermediárias negativas, que carregam as experiências de ser uma pessoa negra numa determinada sociedade. Essas crenças são reforçadas em interações racistas, o que leva a crenças relacionadas não apenas ao indivíduo, mas a sua raça. O indivíduo continua sendo exposto a situações racistas em diversos contextos e ao longo de sua vida, que ativarão suas crenças negativas e suscitarão respostas cognitivas, emocionais e fisiológicas, que reforçarão tais crenças, formando um ciclo (Juvenil, 2024).

A partir dessas informações, é correto supor que o racismo afeta fortemente a saúde mental da criança negra, que sofre as consequências dessa exposição durante toda a sua vida, podendo desencadear problemas graves de saúde mental, como ansiedade, depressão e desesperança, e implicações em sua saúde física, como problemas em seu funcionamento imunológico, neuroendocrinológico e cardiovascular (Juvenil, 2024).

#### **4. Estratégias de prevenção e intervenção ao racismo na escola e na clínica**

O combate ao racismo é uma estratégia que deve ser colocada em prática não apenas em formato remediador, mas também de modo preventivo, desde a infância, para impedir violências dirigidas a crianças negras voltadas para sua raça. Produzir estratégias de prevenção nos diferentes ambientes frequentados por estas crianças é um dever tanto da família quanto da escola e dos profissionais da saúde, para garantir seu pleno desenvolvimento. É preciso, então, responsabilizar a instituição escolar no enfrentamento do racismo, desde a formação de professores até mudanças em seus espaços que permitam o desenvolvimento de novas práticas e novos valores (Carvalho e França, 2019).

O terapeuta infantil, da mesma forma, precisa estar preparado para receber crianças não brancas e adaptar suas técnicas e instrumentos a elas e a suas famílias. A falta de habilidade para atender pacientes integrantes de minorias é uma lacuna teórica e prática muito relevante, pois não reconhecer o racismo como produtor de iniquidades sociais, preconceito e discriminação contribui para o aumento do sofrimento psíquico de seu paciente e para a manutenção das desigualdades sociais (Tavares e Kuratani, 2019). A orientação de pais também deve contemplar questões raciais, de forma a orientá-los na defesa de suas crianças e na luta por seus direitos e dar a eles ferramentas para criar uma criança negra emocionalmente saudável.

##### **4.1. Estratégias de prevenção ao racismo no ambiente escolar**

De acordo com a Lei n. 10.639/2003 (Brasil, 2003), o ensino sobre a história e cultura afro-brasileira torna-se obrigatório em todas as escolas de ensino fundamental e médio, não apenas nas matérias referentes à História, mas em todo o currículo escolar. A promulgação desta lei parte da conclusão de que o conhecimento acerca da história do negro no Brasil contribuiria para a superação do preconceito racial na escola. Mesmo assim, a formação dos

professores e dos alunos ainda é orientada por uma perspectiva eurocêntrica e não contempla a história de povos minorizados, o que prejudica o ensino e as relações raciais no ambiente escolar (França, 2017). Segundo Ponce e Ferrari (2022),

Acolher os preceitos da busca pela Justiça Social como superação das desigualdades e como respeito às diversidades exigirá do Estado a proposição de políticas públicas democratizantes. As pautas raciais na educação escolar compõem esse território de lutas como possibilidade de emancipação dos sujeitos, por meio da proposta da Justiça Curricular e da Educação para as relações étnico-raciais.

A partir da revisão de literatura de Carvalho e França (2019), algumas estratégias para combater o racismo no ambiente escolar são: a efetivação de diretrizes curriculares que valorizem a cultura africana e a história de resistência dos escravizados no Brasil (Abreu e Mattos, 2008; Carvalho e Castro, 2017), a construção de um material didático inclusivo (Santana, 2016; Trevisan e Dalsin, 2015; Rosemberg, Basilli e Silva, 2003), um curso de formação continuada para professores acerca de questões étnico-raciais (Arocha et al., 2007; Rohden, 2009), implementação de políticas afirmativas e cotas (São Paulo, 2010; Santos et al., 2008; Weler e Silveira, 2008) e a efetivação da Lei n. 10.639/2003 (Autiello e Moura, 2017; Matos, Bispo e Lima, 2017; Pinto, 2017). Neste trabalho, destacam-se o curso de formação para professores, a implementação da Lei n. 10.639/2003 e a construção de material didático apropriado.

Primeiramente, os profissionais da educação, principalmente professores, devem receber treinamento contínuo para lidar com questões raciais no ambiente escolar, reconhecer situações de racismo e discriminação entre os alunos e desenvolver as habilidades necessárias para intervir de modo apropriado. Para isso, é necessário que haja o conhecimento acerca de conceitos relacionados a raça e racismo, como as microagressões, o privilégio branco e os diferentes tipos de preconceito. A criação de um local mais seguro e respeitoso pode ser fomentada a partir de cursos, workshops e seminários que tratem do tema (Moreira Primo, 2020). O professor é uma figura de identificação na escola, um modelo a ser seguido, por isso é esperado que ele tenha a preocupação de promover a igualdade entre os alunos, levando em conta suas diferenças raciais, culturais, sexuais e religiosas, e evitando ser perpetrador de visões deturpadas sobre os grupos (França, 2017).

Há a necessidade do seguinte questionamento do educador: “quando a criança negra chega à escola, o que ela aprende sobre sua raça, sobre si? Como ela se vê representada no currículo, nos livros didáticos, nos cartazes da escola? Como as questões das relações raciais aparecem em minha escola?”. A construção de uma aprendizagem antirracista precisa ser uma iniciativa coletiva, que envolva educadores e alunos. Isso pode ser feito através da criação de uma agenda, que mapeie as principais ações dirigidas à escola e suas maiores necessidades. Atividades cotidianas que envolvam alunos e suas famílias na luta contra a injustiça racial podem ser um bom começo (Moreira Primo, 2020).

Um exemplo de atividade trazida por Ponce e Ferrari (2022) é o Projeto História da África, cultura africana e afro-brasileira para a educação das relações étnico-raciais, e tem como objetivo a formação de professores e de alunos ao longo do ano letivo e aborda: documentos oficiais sobre a Lei 10.639/2003 e contextos da educação das relações Étnico-raciais; história da população negra no Brasil (escravização, lutas e resistências,

quilombolas, religiões de matrizes africanas, clubes negros); História da África e cultura africana e afro-brasileira; história e geografia da África antiga, moderna e contemporânea; arte africana e afro-brasileira; literatura e identidade afro-brasileira; introdução às regras do jogo mancala; desigualdades socioraciais no Brasil e desigualdade racial na educação (indicadores de pobreza e de desigualdade, desigualdades no ensino fundamental, no ensino médio e no ensino superior, ações afirmativas e políticas de cotas raciais).

A implementação da Lei n. 10.639/2003 consiste na mudança do currículo escolar para contemplar a história e cultura afro-brasileiras, de modo a não apenas inserir novos saberes num currículo já existente, mas questionar e romper com estruturas e ideais que reproduzem silenciamento e opressão de outras culturas, para conseguir criar novas bases epistemológicas e culturais (Ponce e Ferrari, 2022). Neste mesmo contexto, é necessária a revisão dos materiais didáticos para que estereótipos e representações racistas sejam evitados (Correia et al., 2024).

Se bondade, fraternidade, honestidade, respeito mútuo, controle dos impulsos primários constituem princípios judiciosamente externados [pela literatura infanto-juvenil], discriminação, opressão, negação e violentação, constituem princípios-guia na criação de personagens. Se, de um lado, a caça ao índio é explicitamente condenada, a narrativa apresenta, por outro, um personagem índio próximo à animalidade. Se a crítica ao preconceito racial é objeto de longo discurso, o negro é tratado como objeto (Rosemberg, 1985, p. 77).

Desse modo, os livros didáticos podem ser usados não mais como uma forma de opressão, mas como aliados na construção de um ensino antirracista. A recomposição de acervos que promovam a história e a cultura afro-brasileira é muito importante, mas é preciso que esses materiais consigam sair de um ideal europeu e partam de diferentes referências, contemplando histórias de diferentes povos. Por exemplo, inserir um livro sobre uma Cinderela negra continua trazendo a cultura europeia como base, mesmo com uma protagonista de cor diferente. Seria mais interessante providenciar livros que partam de uma realidade não hegemônica (Ponce e Ferrari, 2022).

A inclusão de saberes afrobrasileiros no currículo escolar não precisa se restringir ao ensino de História e de Artes e Literatura, mas também ao campo das ciências e da matemática, destacando as contribuições dos povos africanos e indígenas para a biologia moderna, como cuidados com higiene, doenças infecciosas, anestesia, cauterização e assepsia, conhecimentos químicos, como a mumificação, e contribuições indispensáveis dos egípcios para a física e a matemática. A crítica acerca do apagamento dos conhecimentos de povos minorizados e da supervalorização do discurso europeu deve entrar em sala de aula, para levantar debates e discussões acerca do motivo de seu apagamento. Além disso, o reflexão crítica acerca da escravidão e da exploração de povos não hegemônicos contribui para o questionamento das estruturas vigentes (Francisco Júnior, 2008).

A construção de um currículo escolar que inclua práticas descolonizadoras precisa incluir elementos como: a construção coletiva deste currículo, a formação política dos sujeitos, o acolhimento das diversidades e a promoção de diálogo intercultural. Neste contexto, o fortalecimento da identidade negra e a proposição de

representatividade contribuirão para práticas curriculares de reconhecimento e pertencimento dos sujeitos (Ponce e Ferrari, 2022).

É dever da escola, também, desenvolver práticas institucionais que promovam a equidade e a inclusão a partir, por exemplo, da criação de regras claras para lidar com situações de racismo e discriminação. Procedimentos para a denúncia e para a resolução de conflitos relacionados ao racismo devem ser assegurados (Correia et al., 2024). O envolvimento de crianças e adultos brancos na luta contra o racismo na escola é imprescindível, já que, como mencionado anteriormente, o racismo também causa sérios impactos no autoconceito do indivíduo branco, e fazê-los entender seus privilégios e ensinar sobre o respeito a minorias promove um ambiente mais seguro e respeitoso.

Para envolver a família e a comunidade como um todo nesta iniciativa, a escola tem a possibilidade de organizar eventos comunitários, como feiras culturais e palestras, para promover debates e trocas de ideias, celebrar a diversidade e educar sobre questões raciais. A comunicação constante entre a escola e a comunidade contribui para garantir que as estratégias de combate ao racismo sejam reforçadas fora do ambiente escolar. A efetivação dessas estratégias requer um compromisso contínuo entre a escola e a família, para criar um espaço em que os alunos se sintam acolhidos, valorizados e respeitados (Orlandi e Reis, 2022).

Por fim, a diversidade não deve ser vista apenas entre os alunos, mas também no corpo docente e nas lideranças escolares, que podem servir como modelos positivos para os alunos. Para fomentar essa mudança, é preciso revisar as políticas de admissão, contratação e promoção, para assegurar que não haja nenhum tipo de viés racial. Mesmo assim, é importante que o dever de abordar temas raciais em sala e entre as autoridades escolares não caiba apenas aos funcionários negros, pois este é um trabalho que deve ser feito de modo coletivo (Ponce e Ferrari, 2022).

É importante destacar que, de acordo com França (2019), ainda há pouquíssimos trabalhos relacionados a questões étnico-raciais e educação infantil no Brasil. Mesmo a Lei n. 10.639/2003 contempla apenas os ensinos fundamental e médio. Além disso, nenhuma revisão de literatura foi encontrada acerca da relação entre temática racial e escola, muito menos alguma que resgatasse práticas de combate ao preconceito neste ambiente. Isso demonstra a negligência com o tema e a necessidade da ampliação de estudos relacionados, para a construção de estratégias que promovam maior bem-estar e segurança física e simbólica para crianças negras no ambiente acadêmico.

#### **4.2. Estratégias terapêuticas de combate ao racismo**

Em relação às condutas no setting terapêutico, o psicólogo cognitivo-comportamental deve adotar estratégias que evitem efeitos iatrogênicos e promovam maior qualidade de vida, levando em consideração sua raça, religião, contexto socioeconômico, entre outros aspectos. Primeiramente, é necessário que, para atender crianças de grupos minoritários, o psicólogo assuma uma postura humilde e faça uma autorreflexão acerca de si mesmo e de suas capacidades (Reis, 2025). Refletir se possui repertório suficiente para atender crianças negras, se seu consultório oferece apenas livros, brinquedos, instrumentos e outros materiais que

mostrem apenas pessoas brancas e se é necessário adquirir mais conhecimento sobre as dinâmicas raciais brasileiras pode ser um bom começo para acessar esse público.

O autoconhecimento é o primeiro passo para se tornar um profissional capaz de desenvolver uma boa aliança terapêutica. É preciso conhecer a própria história e tudo aquilo que alimenta suas interpretações da realidade. Trilhando esse caminho é possível adquirir consciência do lugar social de onde se fala e compreender que suas análises clínicas são altamente influenciadas por experiências pessoais e por isso tendem a ser limitadas e enviesadas (Reis, 2025, p. 206).

Além disso, também é importante que o psicólogo reflita sobre suas próprias experiências raciais. Pieterse (2020) propõe autoquestionamentos para psicólogos que supervisionam profissionais de outras raças, que foram adaptados para as seguintes perguntas, com o propósito de promover a autoconsciência racial no atendimento clínico: como este se identifica racialmente, quais são seus valores culturais, em que contexto sociocultural está inserido, quais são suas referências, em que momento se deu conta de seu pertencimento ao seu grupo racial, como sua origem racial influenciou suas experiências? Essas são algumas perguntas que podem ser úteis para entender quais são as questões identitárias que atravessam sua prática clínica, e como elas podem interferir positiva ou negativamente na relação terapêutica. Desse modo, é possível manejar contratransferências.

Reis (2025) cita três dos conceitos de Hays (2013) referentes à sensibilização dos terapeutas da TCC: responsividade, sensibilidade cultural e competência cultural. O primeiro consiste na utilização adequada das ferramentas da TCC, adaptando-as às demandas e necessidades de cada cliente; o segundo se refere ao conhecimento de sua própria cultura, seu lugar de fala e seus vieses, para conseguir se posicionar diante do paciente como um aprendiz e saber diferenciar seu modo de enxergar o mundo do modo como seu paciente o enxerga; e o terceiro diz respeito à tomada da perspectiva do cliente pelo terapeuta para melhor compreender suas experiências e as conclusões tiradas a partir delas.

A anamnese é um aspecto fundamental para a terapia, independentemente da abordagem. Esse processo consiste na investigação dos sintomas atuais do paciente, suas relações interpessoais, sua base sociocultural e seus pontos fortes pessoais, além de levar em consideração o impacto da história de seu desenvolvimento, da genética, dos fatores biológicos e das doenças médicas. Avaliar detalhadamente a influência de todos esses domínios no funcionamento do paciente auxiliará na formulação de caso multidimensional (Wright et al., 2018).

Nos primeiros contatos com a criança e com sua família, é preciso realizar uma anamnese robusta, que contemple não apenas seu desenvolvimento e sua demanda (que pode ou não estar ligada a queixas raciais), mas também seu contexto sociocultural e a relação de seu ambiente com sua raça. Investigar sua relação com seus colegas e autoridades na escola, o nível de inclusão e diversidade nos lugares em que costuma ser levada, o nível de proximidade com pessoas negras e a relação de sua família com sua própria cultura são pontos importantes para entender o que é passado para a criança sobre raça, qual a sua relação com a comunidade negra e quais são suas próprias conclusões acerca do tema (Steketee, 2019).

Nas sessões iniciais com seu paciente, é de extrema importância entender como essa criança se vê. Entender o que ela gosta e não gosta em si mesma pode revelar sua relação com sua raça e sua cultura através de suas experiências. Sua vivência na escola é acolhedora por parte de seus pares e seus professores? Quais as amizades estabelecidas por ela, qual o seu lugar no grupo? Já passou alguma experiência de racismo, possui algum apelido? Todos esses fatores contribuem para a construção de uma autoimagem preservada ou distorcida. Ademais, é preciso notar os fatores não-verbais, como o modo como se veste, como usa seu cabelo, como se porta e se comunica.

A conceitualização cognitiva é uma das partes essenciais da TCC. Ela funciona como um mapa de orientação para o trabalho do terapeuta com seu paciente, e reúne todos os seus achados importantes da avaliação do caso. Na conceitualização, o profissional utiliza a TCC para construir uma formulação teórica individualizada, que envolve uma combinação de sintomas, problemas e recursos de seu paciente e o orienta para uma hipótese de trabalho que o direciona para possíveis intervenções (Wright et al, 2018). Desse modo, é possível entender que o processo terapêutico cognitivo-comportamental é altamente influenciado pela qualidade da avaliação e conceitualização do caso.

Na clínica infantil, conceitualizar o caso possui a mesma importância, mas é necessário adaptar esse processo com o uso de ferramentas, instrumentos, jogos, brinquedos e desenhos que facilitem o acesso ao mundo da criança. A construção do diagrama de conceitualização acontece a partir do entendimento do profissional acerca da junção de todos os dados coletados da criança, seus principais cuidadores e outras figuras centrais, como professores e outros profissionais envolvidos em seu cuidado (Caminha e Caminha, 2017). Durante a etapa de avaliação e conceitualização, o terapeuta busca entender os principais comportamentos-problema da criança, suas situações desencadeadoras, e pensamentos e emoções associados a eles, para formular as principais metas do tratamento junto do paciente e de sua família (Caminha, Soares e Caminha, 2011).

De acordo com Friedberg e McClure (2019), a formação etnocultural possui grande influência sobre as práticas familiares, uma vez que molda os processos de socialização da família e, consequentemente, a expressão do sintoma. Por isso, assim como outras variáveis como a história pessoal e de desenvolvimento, é importante considerar o nível de identidade étnica e de aculturação da criança e de sua família na conceitualização. Para crianças que são parte de grupos minoritários, isso é ainda mais importante, pois estas estão mais suscetíveis a circunstâncias ambientais, como pobreza, opressão, racismo e sexism, o que afeta negativamente suas experiências educacionais e sociais. Estes fatores podem contribuir para padrões particulares de pensamentos, sentimentos e comportamentos, já que a própria condição de minoria representa um estressor.

Os efeitos cumulativos da desvantagem socioeconômica e os estereótipos negativos sentidos por famílias de minoria racial e étnica levam-nas a desenvolver estratégias adaptativas baseadas em suas crenças sobre o que significa ser membro de uma minoria étnica ou de um grupo de minoria racial (Zayas e Solari, 1994, p. 201).

Considerando que questões do contexto cultural da criança podem afetar sua apresentação clínica e sua resposta ao tratamento, a avaliação acerca de sua cultura deve ser

integrada à conceitualização de caso. Algumas perguntas para entender a influência do contexto cultural na expressão do sintoma são: qual o nível de aculturação da família, como esse nível molda a expressão do sintoma, como a identidade cultural etnocultural influencia tal sintoma, quais os pensamentos e sentimentos da criança e da família como membros de sua cultura, que tipos de preconceito essa família já enfrentou, como essas experiências influenciaram o sintoma e as crenças da criança acerca de si, dos outros e do mundo (Friedberg e McClure, 2019).

Mesmo assim, o processo terapêutico de uma pessoa negra não se baseará apenas em questões de cunho racial. Além de ser sensível à cultura do paciente, o psicólogo deve estar familiarizado com as intervenções de sua abordagem, nesse caso, a TCC. A sensibilidade às questões raciais deve funcionar como complemento para os recursos de terapia, e não substitui teorias e técnicas baseadas em evidências. Acolher a singularidade de cada paciente para além de suas raças é essencial para o fortalecimento da relação terapêutica. É possível, também, que os casos de determinados pacientes demandem intervenções multiprofissionais, o que também vai além da raça e garante a pluralidade do tratamento (Reis, 2025).

A TCC é uma abordagem psicoterápica de caráter educativo, por isso, a psicoeducação é uma técnica imprescindível para o sucesso do processo terapêutico. Uma das bases da TCC é a ideia de que os pacientes podem aprender habilidades para modificar suas cognições, regular seus estados de humor e fazer mudanças positivas em seu comportamento. Devido a isso, uma psicoeducação eficaz durante o processo de terapia deve conceder ferramentas ao paciente para que ele se torne seu próprio terapeuta e continue a usar os métodos aprendidos mesmo após a conclusão da terapia (Wright et al, 2018).

Na clínica infantil, a psicoeducação inclui o paciente e sua família, orientando-os para o modo de funcionamento da TCC e dando informações para que obtenham clareza em relação aos sintomas, tratamento e diagnósticos. Assim, os pacientes podem ser participantes ativos de seu processo de mudança (Friedberg, McClure e Garcia, 2009). O uso de materiais na psicoeducação, especialmente no tratamento infantil, é bastante recomendado. Esse processo pode ser realizado a partir de livros psicoeducativos que comuniqueem o essencial de forma acessível e deem esperança ao paciente e sua família, além de anedotas e metáforas que facilitem o entendimento e o engajamento do paciente na sessão. Os materiais utilizados devem ser relevantes, apropriados à cultura e ao desenvolvimento e motivadores.

A psicoeducação é igualmente importante na clínica com crianças negras. É possível usar suas próprias experiências de invalidação e discriminação para ensiná-las sobre seu funcionamento e suas emoções, de modo a acolher e validar seus relatos de opressão e torná-lo mais engajado no processo terapêutico como um todo (Graham et al, 2013). De acordo com Reis (2025), a psicoeducação também serve como uma ferramenta de empoderamento ao possibilitar que o paciente conheça o processo do qual está participando. Além disso, grande parte do trabalho clínico sobre raça é sobre desenvolver naturalidade acerca do assunto, mostrando conforto ao falar sobre isso para modelar o comportamento do paciente na sessão e incentivá-lo a se abrir sobre essa questão.

A reestruturação cognitiva é uma das técnicas mais importantes da TCC, e consiste no questionamento acerca da validade dos pensamentos ou crenças disfuncionais do paciente e na substituição destes por uma cognição alternativa mais adaptativa. Para isso, é necessário que a cognição disfuncional seja encontrada, e que o paciente seja encorajado a reunir

evidências para a cognição anterior e para a alternativa, para avaliar qual delas mais se encaixa com sua realidade atual. É importante que o paciente seja incentivado a ter esperança de que, na terapia, crenças disfuncionais podem ser reaprendidas e novas crenças podem ser criadas (Hofmann, 2012).

O psicólogo infantil também deve usar a reestruturação cognitiva com seus pacientes. De forma colaborativa, o profissional e a criança podem construir interpretações mais realistas e otimistas de sua realidade (Caminha e Caminha, 2017). Por meio do diálogo socrático, o profissional guia a criança, através de perguntas, para a descoberta acerca da disfuncionalidade de seus pensamentos. De acordo com Rutter e Friedberg (1999), o diálogo socrático pode ser dividido em cinco partes: identificação do pensamento automático, associação deste pensamento ao sentimento e ao comportamento, encadeamento dos três componentes a uma resposta empática, obtenção da concordância do paciente em relação aos pontos anteriores e teste socrático da crença. Neste processo, pode ser útil a utilização de materiais, metáforas, analogias e piadas para facilitar o entendimento da criança (Friedberg e McClure, 2019).

No atendimento de minorias, a reestruturação cognitiva deve funcionar de forma diferente. De acordo com Graham e colaboradores (2013), a TCC parte do princípio de que pacientes que sofrem de transtornos psicológicos possuem pensamentos disfuncionais e não verdadeiros, e cabe ao terapeuta ajudá-los a entender a disfuncionalidade destes e mudá-los através da reestruturação cognitiva. Com populações minoritárias, seus pensamentos disfuncionais não necessariamente são irracionais ou falsos devido a suas experiências de preconceito. Por isso, questionar a validade desses acontecimentos se caracteriza como microagressão e invalidação, que pode contribuir para a piora do quadro psicopatológico do paciente e criar uma barreira para o avanço do processo terapêutico. Por exemplo, se um cliente relata temer situações sociais porque tem o receio de passar por uma situação de racismo, não é correto que o terapeuta tente reestruturar esse pensamento.

Nesse cenário, o terapeuta deve validar as experiências de seu paciente e dar espaço para que ele fale livremente sobre como isso o fez se sentir, além de validar as emoções que podem surgir no setting terapêutico nesses momentos, e admitir que esse tipo de ocorrência é, infelizmente, muito comum. A reestruturação, então, pode ser realizada em função do que o cliente entende que essas experiências dizem sobre ele. O que o paciente entende de si, do outro e do futuro a partir do preconceito sofrido (Graham et al., 2013)? Além disso, formas mais sutis de racismo, o chamado “racismo cordial”, são muito comuns na sociedade brasileira, o que torna as experiências de racismo mais complexas, já que não envolvem xingamentos diretos e pode estar, até mesmo, em elogios. Nesses casos, mais uma vez, os sentimentos do paciente devem ser validados, e o profissional pode acolhê-lo expressar seu pesar por ele ter que passar por essas situações. Após esse momento, explorar as conclusões que o paciente tirou desse episódio pode ser útil (Juvenil, 2024).

Reis (2025) destaca a necessidade de desenvolver crenças funcionais adaptativas que reestruitem os pensamentos do cliente acerca de sua identidade como pessoa negra, por exemplo: “não há justificativas para alguém ser punido ou maltratado por ser negro”, “cabelo crespo é diferente, não feio” e “raça não pode ser justificativa para julgar alguém como inferior”. Além disso, ressaltar ao paciente que o racismo e a discriminação são parte de uma interpretação distorcida da realidade daqueles que os praticam, e não do paciente, é

importante para a validação de suas experiências e para a construção colaborativa de estratégias de defesa.

Estratégias comportamentais como a exposição são comuns e importantes na TCC, principalmente em casos de ansiedade patológica. Nesta técnica, é esperado que o paciente entre em contato com o estímulo que lhe provoca medo ou ansiedade e, com o passar do tempo e com a ausência de fontes de excitação, essas emoções diminuam de intensidade, pois a excitação fisiológica não pode se manter elevada por muito tempo. Com a repetição da exposição, o paciente passa a entender que o estímulo pode ser enfrentado e controlado, e a resposta fisiológica tende a diminuir (Wright et al, 2018). De acordo com Friedberg e McClure (2019), as exposições possibilitam que as crianças construam expectativas de autoeficácia duradouras e eliminem mitos imprecisos sobre si mesmas e sobre o mundo. Além disso, elas são incentivadas a encontrar seus estímulos aversivos, suportar a ativação afetiva, ensaiar habilidades de enfrentamento e ganhar autoconfiança genuína.

Graham e colaboradores (2013) alertam para alguns cuidados ao fazer a exposição com pacientes minoritários. Nestes casos, é importante considerar que há um real perigo de violência física ou simbólica em determinados ambientes, o que os torna inelegíveis para a terapia de exposição. A discussão de como conduzir exposições de forma segura é muito necessária, para minimizar as chances de expor o paciente a novos episódios de racismo, mesmo que a meta da intervenção não esteja ligada a este tópico. Mesmo assim, caso algum episódio ocorra, também é possível discutir modos de manejá-la. Além disso, investigar se a origem da ansiedade ou do medo do paciente possui questões raciais pode ser útil, mas não há a necessidade de assumir que qualquer trauma vivido por pessoas negras está relacionado a racismo (Williams et al, 2014).

O treinamento de pais é um procedimento de orientação parental baseada na perspectiva comportamental, que enfatiza a importância dos pais ou cuidadores desenvolverem habilidades no manejo da criança e de seus comportamentos indesejados, disruptivos ou patológicos. Com o treinamento, os cuidadores podem ser mais do que mediadores entre o terapeuta e a criança, mas também agentes de mudança em seu desenvolvimento, monitorando suas práticas educativas e a mudança positiva e duradoura destas. O treino parental, então, foca em pais de crianças que possuem problemas comportamentais e buscam suporte psicoterápico para modificar seus manejos e condutas com seus filhos (Pelisoli, Caminha e Rodrigues, 2017).

No trabalho com crianças negras e suas famílias, o psicólogo pode, muitas vezes, precisar psicoeducar os cuidadores acerca de questões raciais e ensinar sobre o funcionamento do racismo na sociedade brasileira, seus níveis e seus impactos na saúde mental da criança. Desse modo, é possível que eles desenvolvam as habilidades necessárias para melhor entender e proteger sua criança. Steketee (2019) destaca a possibilidade de terapeutas e famílias trabalharem juntos no setting terapêutico para explorar a dinâmica racial da família, visto que este pode ser um assunto não explorado no ambiente familiar e que pode ser trazido pela primeira vez na terapia.

Neste contexto, também é importante encorajar e orientar os pais em sua relação com a escola. Como já dito anteriormente, a escola pode ser um ambiente opressor para crianças negras, então encorajar os pais a se manterem próximos da escola, dialogando e acompanhando os professores e participando de reuniões, pode ser uma boa estratégia para

entender o contexto e o funcionamento deste ambiente. Além disso, promover reuniões com os professores para apontar áreas das quais a criança goste ou tenha bom desempenho pode contribuir para que os potenciais da criança sejam incentivados, de modo a ressaltar suas qualidades ao invés de suas fraquezas, como costuma acontecer com alunos negros. Além disso, é necessário que o terapeuta dê aos pais ferramentas para avaliar as questões sistêmicas do ambiente escolar e entender qual o tratamento recebido por seu filho em sala e no relacionamento com os professores e colegas (Steketee, 2019).

Reis (2025) ressalta a necessidade de trabalhar com o cliente negro suas estratégias comportamentais frente a problemas voltados para questões étnico-raciais, como racismo e discriminação, para compreender a funcionalidade dessas estratégias e analisar suas consequências. Na clínica infantil, esse processo pode ser aprimorado quando feito em conjunto com a família, para conscientizar tanto os pais quanto a criança sobre o equilíbrio entre a preparação para situações de discriminação e a educação acerca da história de seu povo e sua cultura.

De acordo com Reis (2025), é preciso entender se o foco da estratégia está relacionado à luta, quando há o esforço para atingir um resultado esperado; à fuga, quando se desconecta do problema; ou à resignação, que gera submissão. Todos os três focos podem ser funcionais ou não, dependendo do contexto em que serão utilizados. Por exemplo, se uma mulher negra sofre racismo ao ser assaltada, o melhor a fazer pode ser a resignação. Mas no caso de passar por um episódio de racismo no ambiente de trabalho, lutar pode ser mais adequado. Devido a isso, treinar o paciente e sua família para avaliar situações de racismo e entender qual a melhor resposta pode auxiliar em sua proteção física e psicológica, evitando o desenvolvimento de quadros graves relacionados a questões étnico-raciais. Também é necessário informar aos pais sobre os mecanismos legais de proteção da criança frente a atos de discriminação, pois essas informações também servem como ferramentas de enfrentamento ao racismo (Juvenil, 2024).

Ao identificar o estilo de enfrentamento, é importante analisar em quais situações ele é funcional, a fim de repeti-lo, e em quais é disfuncional para que sejam elaboradas novas estratégias. Um ponto importante dessa reflexão é que uma pessoa negra fortalecida não é quem sempre luta, sempre foge ou sempre se resigna, mas sim aquela que consegue fazer uma boa leitura de cada situação e escolhe a melhor estratégia considerando caso a caso (Reis, 2025, p. 214).

Psicoeducar sobre a importância do reforçamento do orgulho étnico dentro de casa também é importante. O orgulho étnico pode ser definido como o modo como uma pessoa se sente a respeito do grupo étnico ao qual pertence (Rowles e Duan, 2012). De acordo com Bannon Jr. e colaboradores (2009), reforçar o orgulho acerca de seu grupo racial se associa a menores índices de ansiedade em crianças negras, que são beneficiadas por pais que promovem uma identidade racial positiva, ensinam sobre sua cultura e história e as ajudam a manejear mensagens sociais negativas voltadas para sua raça. Aplicações práticas deste conceito envolvem: criar novas tradições sobre a cultura negra, reunir histórias sobre a família, visitar locais relativos à cultura e história negras, planejar passeios que envolvam a visitação a locais históricos referentes à cultura negra, se aproximar de grupos com pessoas negras e que falem de interesses negros, ter brinquedos e materiais negros para as crianças e

selecionar com cuidado os programas e desenhos assistidos pelas crianças, para evitar conteúdos que reforcem estereótipos raciais negativos (Walker, 2020).

Alguns materiais recomendados por Juvenil (2024) são livros como “Dandara e Vovó Cenira: a descoberta de si e da ancestralidade” (Marques, 2019), “Heroínas negras brasileiras em 15 cordéis” (Arraes, 2020) e alguns filmes como “Pantera Negra” (Coogler, 2018) e “Felicidade por um fio” (Al-Mansour, 2018). Além disso, músicas, vídeos e páginas de pessoas e grupos negros em redes sociais podem ser úteis. Desse modo, manter o contato de crianças com modelos positivos de negritude pode fortalecer sua identidade racial e diminuir os estragos do racismo em sua saúde mental.

## 5. Considerações finais

O presente trabalho teve como objetivo investigar os efeitos do racismo na saúde mental da criança negra e explicitar algumas das diversas técnicas da TCC que podem ser utilizadas para o atendimento infantil de minorias. Este trabalho foi realizado através de uma revisão narrativa da literatura, analisando estudos com os temas: racismo, infância, saúde mental, escola e clínica. A revisão de literatura consiste na análise crítica de materiais já publicados para mapear o progresso das pesquisas acerca do tema abordado a partir de livros, artigos de revista impressas e/ou eletrônicas na interpretação e análise crítica pessoal do autor (Rother, 2007). Para esta pesquisa, foram usados artigos encontrados nas plataformas Google Acadêmico, SciELO, PePsic, PubMed e livros físicos, que contemplassem questões acerca dos impactos do racismo na saúde mental de adultos e crianças negros, como racismo e saúde se atravessam, as experiências das infâncias negras no Brasil e competências culturais necessárias para a atuação com minorias na clínica e no ambiente escolar.

No primeiro capítulo, foi abordado o tema do racismo e como este fenômeno assola a população negra de modo geral. Primeiramente, os termos “raça” e “racismo” são definidos para basear a discussão e corroborar com o entendimento histórico dos termos e sua função nas sociedades contemporâneas. A partir destas informações, pode-se discorrer sobre o caráter do racismo em terras brasileiras, que é influenciado pelo mito da democracia racial e cria uma sociedade que reconhece o racismo no Brasil, mas não se admite racista. É possível, então, discorrer sobre o impacto deste fenômeno na saúde mental da população negra, que não tem seu sofrimento legitimado. Pelo contrário, este é ocultado e silenciado a todo custo. A partir do mito da democracia racial, as desigualdades sociais e raciais existentes no Brasil são ignoradas e, desse modo, mantidas.

Nesta dinâmica, o pacto da branquitude cumpre o papel de mantenedor dos privilégios dos indivíduos brancos, isentando-os das responsabilidades do racismo e de sua herança escravocrata. Ao negro, então, é delegado o lugar de “outro”, o que prejudica seu autoconceito e enfraquece sua autoestima. A saúde mental da população negra se encontra prejudicada devido a estressores adicionais causados pelo racismo, que impactam seu entorno social e econômico, os expõe a violências físicas e simbólicas, como a alta taxa de homicídios, o menor acesso à saúde pública e a precariedade de moradias. As consequências do racismo para a saúde, então, incluem sintomas de depressão, ansiedade e doenças cardiovasculares, entre outros.

Diante destas constatações, o desenvolvimento de competências culturais para atender adequadamente a população negra torna-se necessário para profissionais da saúde, especialmente psicólogos. Ainda falta um corpo robusto de conhecimentos no cenário da psicologia brasileira que dê conta das especificidades do atendimento psicológico de pessoas negras. Entre as possíveis causas podem estar: o acesso precário acesso à saúde desta população e a falta de interesse de grande parte dos profissionais em desenvolver as habilidades necessárias para o cuidado de indivíduos pretos e em elaborar pesquisas que contribuam para as discussões de cunho étnico-racial.

No segundo capítulo, discutiu-se sobre o impacto do racismo na saúde mental de crianças negras. Assim como adultos negros carregam o peso do racismo e da herança escravista do Brasil, as crianças também foram inseridas nesta dinâmica e sofrem os desdobramentos deste período histórico através da violação de seus direitos e da precarização de seu acesso à saúde. No período da escravidão, crianças pretas eram separadas de seus familiares e vendidas como adultas a partir de seus 8 anos de idade, além de não poderem seguir seus pais quando estes conseguiam a alforria. Como remanescentes desta época estão a noção social da inferioridade do indivíduo negro e sua ligação ao trabalho braçal e às emoções, o que prejudica sua relação consigo mesmo e com o mundo.

Além disso, discutiu-se as potencialidades das crianças negras para criar novas subjetividades e trazerem algo novo ao contexto em que são inseridas. A infância é um período de interpretação ativa do mundo, não apenas de introjeção de ideias. As crianças aprendem durante a infância a categorizar seus pares, e a raça é um meio de categorização e rotulação, que pode ser reforçada pela família e pelas figuras de autoridade, como professores. Evidenciou-se nas referências pesquisadas que é isso que costuma acontecer na escola, em que tanto familiares quanto funcionários mantém uma postura acrítica acerca do racismo, o que gera a internalização de representações errôneas acerca do indivíduo negro por crianças negras e brancas.

Os impactos da vivência em ambientes racistas gera diversas consequências negativas ao desenvolvimento e saúde mental da criança preta. Quando o autoconceito e noção de si são formados a partir de experiências de racismo, podem cristalizar-se crenças disfuncionais acerca de si, do outro e do futuro, e transtornos mentais, como ansiedade e depressão. Além disso, a criança aprende a ver a si mesma, seu grupo e sua cultura como inferiores, gerando altos níveis de desesperança, estresse e autocrítica, que são exacerbados pela alta oferta de modelos negativos do povo negro na mídia.

Finalmente, no terceiro capítulo foram discutidas as possíveis estratégias de combate ao racismo no ambiente escolar e no setting terapêutico para terapeutas cognitivo-comportamentais. É imprescindível que o racismo seja combatido o mais rápido possível, de modo a prevenir seu surgimento e proteger a integridade de crianças negras. É dever da escola, dos profissionais de saúde e da família assumir a responsabilidade no enfrentamento do racismo e assegurar que os espaços frequentados por crianças de grupos minoritários sejam inclusivos e respeitosos.

No ambiente escolar, é possível pensar algumas estratégias para a prevenção ao racismo. Entre elas, estão a formação de professores para aprimorar seus conhecimentos sobre questões étnico-raciais e desenvolver suas habilidades para lidar com situações de racismo em sala, a implementação da Lei n. 10.639/2003 para contemplar temáticas

afro-brasileiras no currículo escolar e o desenvolvimento de material didático apropriado e que fuja de estereótipos racistas.

No setting terapêutico, é necessário adaptar as técnicas da TCC para levar em conta raça, religião, sexualidade e contexto socioeconômico de seus pacientes, evitando efeitos iatrogênicos e promovendo maior qualidade de vida. Para isso, o terapeuta precisa entender suas próprias limitações e sua origem, para lidar com os possíveis vieses que podem surgir no atendimento a minorias. Algumas das técnicas da TCC que podem ser adaptadas para a população negra incluem: a conceitualização, a anamnese, a psicoeducação do paciente e de sua família, a reestruturação cognitiva e a exposição.

Este trabalho pôde contribuir para o entendimento de que a psicologia ainda não voltou seus olhos para o bem-estar da criança negra e para maneiras de aprimorar o tratamento deste público. Até o momento, as especificidades do atendimento de crianças negras não foram contempladas na grande maioria da literatura acerca do atendimento infantil ou do atendimento para a população negra, o que expressa uma lacuna no corpo teórico da psicologia. O presente trabalho pôde, então, conectar literatura voltada para o atendimento de minorias e adaptá-la para o trabalho com crianças, para contribuir para as pesquisas sobre as melhores evidências para o tratamento deste público, de modo a ajudar na garantia de sua saúde mental.

Incentivar o pleno desenvolvimento do indivíduo preto na infância envolve celebrar e ensinar acerca de suas raízes, sua cultura e sua identidade racial, que inclui sua aparência e suas tradições. Quando uma criança negra toma consciência de seu potencial e da história dos que vieram antes dela, ela tem a possibilidade de criar para si e para os outros novas subjetividades e formas de existir. Além disso, crianças de diferentes raças devem ser ensinadas a se respeitar e conviver com diferentes culturas e etnias, a luta contra o racismo precisa envolver indivíduos brancos, para responsabilizá-los e envolvê-los, impedindo o desenvolvimento de indivíduos preconceituosos. Garantir a saúde integral da população negra é uma questão de saúde pública, portanto, o presente artigo pôde contribuir para a ampliação de formulações teóricas que resultem na colaboração para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e de intervenção, corroborando para uma sociedade de adultos mais saudáveis mentalmente e para a elaboração de políticas públicas acerca dos prejuízos psicológicos causados pelo racismo à população negra infantil.

Recentemente, mesmo com o crescimento de estudos que abordam questões de saúde mental acerca de grupos minoritários, este assunto ainda é relativamente novo no campo da psicologia brasileira, que ainda concentra a maior parte de sua literatura na população masculina e branca. A saúde mental de crianças negras ainda é um tópico pouco explorado, que carece de pesquisas sobre aplicações práticas na clínica psicológica. Devido a isso, fica evidente o descaso da sociedade para com este grupo e a urgência de se discutir os fatores de risco vivenciados por ele. Novos estudos, como revisões sistemáticas, ensaios clínicos, entre outros, se fazem necessários para continuar esta discussão, criar técnicas baseadas em evidências para o cuidado da infância preta e tornar a psicologia um campo politizado, acessível e, sobretudo, antirracista.

## 6. Referências bibliográficas

- ALMEIDA, Silvio. **Racismo estrutural**. Pólen Produção Editorial LTDA, 2019.
- ALVES, Antonia Regina Dos Santos Abreu. **A construção da identidade das crianças afrodescendentes na escola**. Anais I CINTEDI... Campina Grande: Realize Editora, 2014. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/8315>>. Acesso em: 16/09/2025 21:00.
- ARRAES, Jarid. **Heroínas negras brasileiras em 15 cordéis**. Editora Seguinte, 2020.
- BANNON JR, William M. et al. Cultural pride reinforcement as a dimension of racial socialization protective of urban African American child anxiety. **Families in society**, v. 90, n. 1, p. 79-86, 2009.
- BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental**. Artmed Editora, 2022.
- BENTO, Cida. **O pacto da branquitude**. Companhia das letras, 2022.
- BENTO, Maria Aparecida Silva. Branqueamento e branquitude no Brasil. **Psicologia social do racismo: estudos sobre branquitude e branqueamento no Brasil**. Rio de Janeiro: Vozes, p. 5-58, 2002.
- BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Estatuto da Criança e do Adolescente. Brasília, DF: Presidência da República, 1990. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm). Acesso em: 25 nov. 2025.
- BRASIL. Lei Nº 10.639, de 9 de janeiro de 2003. Altera a Lei no 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para incluir no currículo oficial da Rede de Ensino a obrigatoriedade da temática "História e Cultura Afro-Brasileira", e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, n. 8, p. 1, 10 jan. 2003.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros 2012 a 2016**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde Integral da População Negra: uma política para o SUS**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2017.
- BROOKS, Virginia R. **Minority stress and lesbian women**. Lexington Books, 1981.
- CALMON, Maeli Santos. Estratégias decoloniais de atendimento clínico a mulheres negras que apresentam sintomas de ansiedade. **TEL Tempo, Espaço e Linguagem**, v. 13, n. 1, p. 231-251, 2022.
- CAMINHA, Marina Gusmão; CAMINHA Renato Maiato. Conceitualização Cognitiva e Outros Aspectos do Diagnóstico Teórico. In: CAMINHA, Renato Maiato; CAMINHA, Marina Gusmão; DUTRA, Camillo Arguello. **A prática cognitiva na infância e na adolescência**. Editora Sinopsys, 2017. p.99-112.

CARVALHO, Daniela Melo da Silva; FRANÇA, Dalila Xavier de. Estratégias de enfrentamento do racismo na escola: uma revisão integrativa. **Revista Educação & Formação**, v. 4, n. 3, p. 148-168, 2019.

CASTRO, Mary Garcia; ABRAMOVAY, Miriam (Coords.). **Relações raciais na escola: reprodução de desigualdades em nome da igualdade**. Brasília, DF: UNESCO, 2006.

CAVALLEIRO, Eliane. **Do silêncio do lar ao silêncio escolar: racismo, preconceito e discriminação na educação infantil**. Editora Contexto, 2015.

CRENSHAW, Kimberlé. Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. In: **University of Chicago Legal Forum**. 1989. p. 139-167.

DAVID, EJ Ramos; SCHROEDER, Tiera M.; FERNANDEZ, Jessicaanne. Internalized racism: A systematic review of the psychological literature on racism's most insidious consequence. **Journal of Social Issues**, v. 75, n. 4, p. 1057-1086, 2019.

FATIMILEHIN, Iyabo A.; HASSAN, Amira. Working with black and minority ethnic children and their families. In: GRAHAM, Philip; REYNOLDS, Shirley (Ed.). **Cognitive behaviour therapy for children and families**. Cambridge University Press, 2013.

FEAGIN, Joe R.; VAN AUSDALE, Debra. **The first R: How children learn race and racism**. Bloomsbury Publishing USA, 2001.

FELICIDADE por um Fio. Direção de Haifaa Al-Mansour. Produção: Tracey Bing, Jared LeBoff, Marc Platt e Sanaa Lathan. [S.I.]: Netflix, 2018. (138 min), vídeo, son., color.

FERNANDES, Florestan. O mito revelado. **Revista Espaço Acadêmico**, Maringá, v. 3, n. 26, p. 1-4, jul. 2003. Artigo originalmente publicado na Folha de S. Paulo, em 8 jun. 1980.

FRANÇA, Dalila Xavier de. Discriminação de crianças negras na escola. **Revista Interacções**, v. 13, n. 45, 2017.

FRANÇA, Dalila Xavier de; SILVA, Khalil da Costa. **A psicologia social do desenvolvimento nas relações raciais e racismo**. São Paulo: Blucher, 2021.

FRANCISCO JÚNIOR, Wilmo Ernesto. Educação anti-racista: reflexões e contribuições possíveis do ensino de Ciências e de alguns pensadores. **Ciência & Educação**, Bauru, v. 14, n. 3, p. 397-416, 2008.

FRIEDBERG, Robert D., MCCLURE, Jessica M. **A prática clínica da terapia cognitiva com crianças e adolescentes**. Artmed Editora, 2019.

FRIEDBERG, Robert D.; MCCLURE, Jessica M.; GARCIA, Jolene H. **Técnicas de terapia cognitiva para crianças e adolescentes**. Artmed Editora, 2009.

GRAHAM, Jessica R.; SORENSEN, Shannon; HAYES-SKELTON, Sarah A. Enhancing the cultural sensitivity of cognitive behavioral interventions for anxiety in diverse populations. **The Behavior Therapist**, v. 36, n. 5, p. 101, 2013.

HOFMANN, Stefan G. **Introdução à terapia cognitivo-comportamental contemporânea**. Artmed Editora, 2012.

JUVENIL, Carolyne Batista. Terapia cognitivo-comportamental para manejo de questões raciais em clientes negras. In: PAVELTCHUK, Fernanda de Oliveira; JUVENIL, Carolyne Batista; CARVALHO, Marcele Regine de. **Prática clínica com minorias sociais**:

**fundamentos e intervenção em terapia cognitivo-comportamental.** Editora Sinopsys, 2024. p. 161-186.

JUVENIL, Carolyne Batista; TAVARES, Jeane Saskya Campos; VENTURA, Paula Rui. “Não sou eu, é a sociedade”: terapia do esquema em um caso clínico de múltiplas opressões internalizadas. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 19, n. 1, p. 125-133, 2023.

KILOMBA, Grada. **Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano.** Editora Cobogó, 2020.

MARQUES, Lívia da Silva. **Dandara e Vovó Cenira: a descoberta de si e da ancestralidade.** Editora Sinopsys, 2019.

MARTINS, Edna; SANTOS, Alessandro de Oliveira dos; COLOSSO, Marina. Relações étnico-raciais e psicologia: publicações em periódicos da SciELO e Lilacs. **Psicologia: teoria e prática**, v. 15, n. 3, p. 118-133, 2013.

MÁXIMO, Thaís Augusta Cunha de Oliveira et al. Processos de identidade social e exclusão racial na infância. **Psicologia em Revista**, v. 18, n. 3, p. 507-526, 2012.

MCGARTY, Craig. **Categorization in Social Psychology**. London: Sage, 1999.

MOREIRA PRIMO, Ueliton Santos. Experiências de racismo e o desenvolvimento da identidade étnico-racial em crianças negras e brancas. 2020. 144 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, 2020.

ODA, Ana Maria Galdini Raimundo. Escravidão e nostalgia no Brasil: o banzo. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 11, n. 4, p. 735-761, dez. 2008.

OLIVEIRA, Clarice Maynarte et al. Impacto do racismo na saúde mental da criança negra: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 6, p. 28768-28782, 2021.

OLIVEIRA, Fabiana de; ABRAMOWICZ, Anete. Infância, raça e "paparicação". **Educação em Revista**, v. 26, p. 209-226, 2010.

PANTERA Negra. Direção de Ryan Coogler. Produção: Ryan Coogler, Joe Robert Cole e Stan Lee. [S.l.]: Marvel Studios, 2018. (134 min), vídeo, son., color.

PARADIES, Yin et al. Racism as a determinant of health: a systematic review and meta-analysis. **PLoS one**, v. 10, n. 9, p. e0138511, 2015.

PELISOLI, Cátula; CAMINHA, Marina Gusmão; RODRIGUES, Stellen Giacomelli. Atualização em Treino e Educação Parental. In: CAMINHA, Renato Maiato; CAMINHA, Marina Gusmão; DUTRA, Camillo Arguello. **A prática cognitiva na infância e na adolescência.** Editora Sinopsys, 2017. p.99-112.

PEREIRA, Letícia Aparecida de Góis; GALONI, Luana Luiza; RIBAS, Grazielly. O impacto do racismo na saúde mental da infância preta no cenário brasileiro. **O Social em Questão**, v. 26, n. 56, p. 159-176, 2023.

PIETERSE, Alex L. Attending to racial trauma in clinical supervision: Enhancing client and supervisee outcomes. **Trauma-informed supervision**. Routledge, 2020. p. 202-220.

PONCE, Branca Jurema; FERRARI, Alice Rosa de Sena. Educação para a superação do racismo no contexto de uma escola pública. **Práxis Educativa**, v. 17, 2022.

REIS, Bruno. **Terapia cognitivo-comportamental para a população negra: contribuições para a prática clínica sensível às questões étnico-raciais.** Editora Senac São Paulo, 2025.

ROCHA, Andréa Pires. Da escravidão à pandemia: racismo estrutural e desproteção de crianças e adolescentes. **Revista Em Pauta: teoria social e realidade contemporânea**, n. 50, p. 248-264, 2022.

ROSEMBERG, Fúlvia. **Literatura infantil e ideologia**. Global Editora, 1985.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v-vi, abr. 2007.

ROWLES, Joanna; DUAN, Changming. Perceived racism and encouragement among African American adults. **Journal of Multicultural Counseling and Development**, v. 40, n. 1, p. 11-23, 2012.

Rutter, Jeffrey G., & Friedberg, Robert D. Guidelines for the effective use of Socratic dialogue in cognitive therapy. In: L. VandeCreek & T. L. Jackson (Orgs.), **Innovations in clinical practice: A source book**. Vol. 17, p. 481–490, 1999.

SANTIAGO, Flávio. Gritos sem palavras: resistências das crianças pequeninhas negras frente ao racismo. **Educação em Revista**, v. 31, n. 2, p. 129-153, 2015.

SANTOS, Juciara Alves dos. Sofrimento psíquico gerado pelas atrocidades do racismo. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, v. 10, n. 24, p. 148-165, 2018.

SCARANO, Julita. Criança esquecida das Minas Gerais. In: DEL PRIORE, M. (Org.). **História das crianças no Brasil**. São Paulo: Contexto, 2013.

SCHUCMAN, Lia Vainer. Sim, nós somos racistas: estudo psicossocial da branquitude paulistana. **Psicologia & Sociedade**, v. 26, n. 1, p. 83–94, jan. 2014.

SCHWARCZ, Lilia Moritz; STARLING, Heloisa Murgel. **Brasil: uma biografia: Com novo pós-escrito**. Editora Companhia das Letras, 2015.

SILVA, Marcella Padilha Dantas da; BRANCO, Angela Uchoa. Negritude e infância: relações étnico-raciais em situação lúdica estruturada. **Psico**, v. 42, n. 2, 2011.

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

São Paulo, SP: Instituto de Saúde, 2004.

SOUZA, Carol Ferreira Andrade de. A Cor da Minha Infância. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis - SC, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/218754/TCC.pdf?sequence=5>. Acesso em: 18 set. 2025.

SOUZA, Sephora S.; LOPES, Tarcília M.; SANTOS, Fabianne G. da S. Infância Negra: a representação da figura do negro no início da construção de sua identidade. III Jornada Internacional de Políticas Públicas. **Universidade Federal de Maranhão–Programa de Pós-Graduação em Políticas Públicas. São Luís**, 2007.

STEKETEE, Anne Blakely. White parents raising black kids. In: WILLIAMS, Monica T.; ROSENS, Daniel C.; KANTER, Jonathan W. **Eliminating race-based mental health disparities: Promoting equity and culturally responsive care across settings**. New Harbinger Publications, 2019.

TAVARES, Jeane Saskya Campos. Suicídio na população negra brasileira: nota sobre mortes invisibilizadas. **Revista Brasileira de Psicologia**, v. 4, n. 01, p. 73-75, 2017.

TAVARES, Jeane Saskya Campos; JESUS FILHO, Carlos Antonio Assis de; SANTANA, Elisangela Ferreira de. Por uma política de saúde mental da população negra no SUS. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, v. 12, n. Ed. Especi, p. 138-151, 2020.

TAVARES, Jeane Saskya Campos; KURATANI, Sayuri Miranda de Andrade. Manejo clínico das repercuções do racismo entre mulheres que se “tornaram negras”. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 39, p. e184764, 2019.

UNICEF. **O impacto do racismo na infância**. Brasília: UNICEF, 2010.

WENZEL, Amy; BROWN, Gregory K.; BECK, Aaron T. Terapia cognitivo-comportamental para pacientes suicidas. **Porto Alegre: Artmed**, v. 191, 2010.

WERNECK, Jurema. Racismo institucional e saúde da população negra. **Saúde e Sociedade**, v. 25, n. 3, p. 535–549, jul. 2016.

WILLIAMS, Monnica T. et al. Cultural adaptations of prolonged exposure therapy for treatment and prevention of posttraumatic stress disorder in African Americans. **Behavioral Sciences**, v. 4, n. 2, p. 102-124, 2014.

WINKLER, Erin N. Children are not colorblind: How young children learn race. **PACE: Practical Approaches for Continuing Education**, v. 3, n. 3, p. 1-8, 2009.

WRIGHT, Jesse H. et al. **Aprendendo a Terapia Cognitivo-Comportamental - Um Guia Ilustrado**. Artmed Editora, 2018.

ZAMORA, Maria Helena Rodrigues Navas. Desigualdade racial, racismo e seus efeitos. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 24, p. 563-578, 2012.

ZAYAS, Luis H.; SOLARI, Fabiana. Early childhood socialization in Hispanic families: Context, culture, and practice implications. **Professional psychology: Research and practice**, v. 25, n. 3, p. 200, 1994.