

DOI: <https://doi.org/10.58871/conimaps24.c66>

IMPACTOS DO RACISMO NO ADOECIMENTO PSÍQUICO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

IMPACTS OF RACISM ON PSYCHOLOGICAL ILLNESS: A SYSTEMATIC

LETÍCIA LEITE COSTA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

JÉSSICA LETÍCIA DINIZ GOMES DOS SANTOS

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

HELLEN RAYANNE COSTA SANTOS

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

DANNYEL RYENNCE DA SILVA LIMA

Graduando em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

EWERLANE SOBRAL MOREIRA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

GEIKSON MATHEUS LIMA DE MEDEIROS

Graduando em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

ALANDSON ANTONY DE MEDEIROS COSTA

Graduando em Farmácia pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

DEISY WÉLINY LUCENA DOS SANTOS

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

LÍVIA MARIA SALVINO DOS SANTOS

Graduanda em Farmácia pela Universidade Federal de Campina Grande-UFCG

JAQUELINE ARAÚJO PAULA LIMA

Universidade Federal Do Rio Grande Do Norte - UFRN/FACISA

RESUMO

Introdução: Racismo refere-se às ações que prejudicam pessoas de determinada raça ou grupo, privando-as de se beneficiarem das políticas públicas e ações institucionais, como a falta de ações afirmativas. **Objetivo:** Analisar o impacto do racismo na saúde mental por meio de uma revisão sistemática visa a identificar as consequências psicológicas da discriminação racial. **Metodologia:** Este estudo revisa sistematicamente a literatura sobre o impacto do racismo na saúde mental, selecionando 10 artigos entre 2019 e 2024, após aplicar critérios de elegibilidade. Foram utilizados descritores específicos e buscados dados nas bases BVS e SciELO. **Resultados e Discussão:** No contexto da saúde mental, o racismo pode desencadear uma série de patologias, incluindo ansiedade, depressão e estresse pós-traumático (TEPT). A ansiedade

crônica, resultado da constante exposição ao racismo, pode manifestar-se em sintomas como nervosismo, tensão muscular e ataques de pânico. Por outro lado, a depressão causada pelo racismo pode levar a sentimentos de desesperança, apatia, tristeza persistente e pensamentos suicidas. O estresse pós-traumático é comum a experiências traumáticas, e o racismo pode ser uma fonte significativa de trauma para muitas pessoas racializadas, resultando em flashbacks, pesadelos e evitação de situações traumáticas. Além disso, também está associado a uma série de condições de saúde física, como doenças cardiovasculares, devido ao estresse crônico e às disparidades de acesso a cuidados de saúde de qualidade. É importante reconhecer que o racismo não apenas perpetua a desigualdade social, mas também gera consequências graves à saúde das pessoas afetadas. **Considerações finais:** O racismo não apenas perpetua a injustiça social, mas possui um impacto profundo na saúde mental e física das pessoas. Para combater essas consequências, é essencial abordar os comportamentos discriminatórios individuais, como também as estruturas sistêmicas que perpetuam a discriminação racial e promover a igualdade de acesso a cuidados de saúde de qualidade para todos.

Palavras-chave: racismo; assistência à saúde mental; saúde mental.

ABSTRACT

Introduction: Racism refers to actions that harm people of a certain race or group, depriving them of benefiting from public policies and institutional actions, such as the lack of affirmative actions. **Objective:** To analyze the impact of racism on mental health through a systematic review, aiming to identify the psychological consequences of racial discrimination. **Methodology:** This study systematically reviews the literature on the impact of racism on mental health, selecting 10 articles between 2019 and 2024 after applying eligibility criteria. Specific descriptors were used, and data were collected from the BVS and SciELO databases. **Results and Discussion:** In the context of mental health, racism can trigger a range of pathologies, including anxiety, depression, and post-traumatic stress disorder (PTSD). Chronic anxiety, resulting from constant exposure to racism, can manifest in symptoms such as nervousness, muscle tension, and panic attacks. On the other hand, racism-induced depression can lead to feelings of hopelessness and apathy, with symptoms such as persistent sadness and suicidal thoughts. Post-traumatic stress disorder is common to traumatic experiences, and racism can be a significant source of trauma for many racialized people, resulting in flashbacks, nightmares, and avoidance of traumatic situations. Furthermore, racism is also associated with a range of physical health conditions, such as cardiovascular diseases, due to chronic stress and disparities in access to quality healthcare. It is important to recognize that racism not only perpetuates social inequality but also generates serious health consequences for those affected. **Conclusion:** In summary, racism not only perpetuates social injustice but has a profound impact on the mental and physical health of individuals. To combat these consequences, it is essential to address individual discriminatory behaviors as well as the systemic structures that perpetuate racial discrimination and to promote equal access to quality healthcare for all.

Keywords: racism; mental health care; mental health.

1 INTRODUÇÃO

Entende-se por racismo todas as práticas que colocam as pessoas pertencentes a uma raça (ou grupo étnico) em desvantagem quando se trata de receber benefícios das ações de instituições e organizações, como a inércia das políticas públicas (Brasil, 2017). Sendo assim, o racismo pode ser atribuído como um fenômeno ideológico, de eventos globais e complexo, o qual possui significados e características sociais de maneira negativa para um determinado grupo e seus exemplos de diversidade, incentivando tratamento desigual e resultando em práticas discriminatórias, devido a uma doutrina que visa a superioridade de determinados grupos sobre outros (Damasceno; Zanello, 2018).

A discriminação racial é uma manifestação ativa do racismo. Sendo qualquer atitude que não respeite e que viole os direitos de um determinado grupo, ou pessoa, em razão da cor da pele, origem étnica ou raça. Refere-se às representações depreciativas que levam à desvantagem dos grupos sociais e às desigualdades entre as populações afetadas que prejudicam a saúde mental (Moreira; Costa, 2018).

As estratégias e tecnologias de saúde mental, em colaboração com o Movimento Negro e a Política Nacional de Saúde Integral da População Negra (PNSIPN), podem resultar em benefícios significativos, como a identificação do racismo e do racismo institucional como determinantes sociais da saúde, bem como o cuidado com a saúde mental da comunidade negra. Reconhecer os determinantes sociais pode ajudar a entender o maior risco de problemas de saúde mental enfrentados pela população negra. Abordar essa questão como um determinante das condições de saúde e das desigualdades é uma estratégia fundamental para implementar ações de promoção e prevenção em saúde mental, visando ampliar as potencialidades individuais e coletivas (Damasceno; Zanello, 2018; Brasil, 2017).

Conforme definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), um transtorno mental se manifesta por uma perturbação clinicamente relevante na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de uma pessoa (Moreira; Costa, 2018).

Desde 2001, a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) afirmava que estudos indicavam o racismo como um fator que contribui para o agravamento da saúde mental da população negra. Considerando que esse fenômeno gera frequentes situações de humilhação e constrangimento, é fundamental que a coordenação de saúde mental estabeleça estratégias e promova o desenvolvimento de tecnologias de assistência no campo da saúde mental. Por conseguinte, podemos destacar o informativo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) o qual destaca que a população negra é o grupo racial com maior propensão a

desenvolver problemas de saúde mental (Ignacio; Mattos, 2019; OPAS, 2012).

Em 2014, o Ministério da Saúde promoveu uma iniciativa de discussão sobre saúde mental, através da criação do Grupo de Trabalho Racismo e Saúde Mental (GTRSM) pela Coordenação Geral de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas. Essa iniciativa foi, em parte, uma resposta às demandas de membros do Movimento Negro e da PNSIPN, envolvendo debates intensos sobre raça, racismo e discriminação racial. O grupo propôs a criação de materiais sobre saúde mental da população negra e a promoção de políticas específicas para esse grupo. As discussões levantadas foram consideradas relevantes, vendo o processo do GTRSM como uma oportunidade para destacar incidências de racismo e como parte da Reforma Psiquiátrica brasileira (Ignacio; Mattos, 2019)

A Política Nacional de Saúde Mental (Lei nº 10.216, de abril de 2001) tem a responsabilidade de abordar o sofrimento causado por atos discriminatórios baseados em racismo. Atualmente, há evidências que sugerem que a discriminação pode ser um fator contribuinte para transtornos mentais, fazendo parte do processo discriminatório. Certos comportamentos discriminatórios estão associados à geração de transtornos mentais, taxas de suicídio, abuso de álcool e outras substâncias. Assim, embora todos os atos discriminatórios causem sofrimento, alguns também podem resultar em transtornos mentais, o que deve ser abordado como um problema concreto. Sendo assim, um grande marco da Reforma Psiquiátrica brasileira (Brasil, 2001).

Diante disso, o objetivo deste trabalho foi analisar o impacto do racismo na saúde mental por meio de uma revisão sistemática visa a identificar as consequências psicológicas da discriminação racial. Essa análise contribuirá não apenas para uma compreensão mais profunda dos efeitos do racismo, mas também para o desenvolvimento de políticas e práticas que mitigam esses efeitos e promovem o bem-estar de indivíduos afetados.

2 METODOLOGIA

Este estudo adota uma estrutura fundamentada em uma revisão integrativa da literatura, visando fornecer uma atualização sobre o impacto do racismo no adoecimento mental. Para tal propósito, delineamos as seguintes etapas metodológicas: (i) formulação da pergunta orientadora, sendo: "Quais são as evidências disponíveis sobre o impacto do racismo na saúde mental, incluindo os diversos tipos de adoecimento psíquico associados à discriminação racial?"; (ii) seleção dos bancos de dados utilizados como ferramentas de pesquisa; (iii) definição dos descritores; (iv) estipulação dos critérios de elegibilidade; e (v) análise e inclusão dos estudos pertinentes. Os dados foram coletados nos bancos de dados: Biblioteca Virtual em

Saúde (BVS); *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Utilizamos os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) em português e Inglês: *Racismo/Racism* e *Saúde Mental/Mental Health*, empregando o *operador booleano "and"*. O levantamento bibliográfico ocorreu entre abril e março de 2024.

Os critérios de inclusão abrangeram estudos publicados em português e inglês, no período entre 2014 e março de 2024. Foram excluídos artigos incompletos, estudos não relacionados à temática, artigos duplicados entre as diferentes bases, trabalhos anteriores a 2014, assim como aqueles que não estavam no idioma português e que não estavam diretamente ligados à pergunta central. Dos 22 trabalhos encontrados nos bancos de dados, foram excluídos 12 trabalhos devido aos critérios de elegibilidade. Sendo selecionados 10 estudos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa sobre a promoção da saúde mental para a população negra no Brasil ainda é bastante limitada, como evidenciado pela escassez de literatura encontrada no levantamento bibliográfico. Embora o conhecimento sobre prevenção em saúde mental esteja em expansão e haja um aumento significativo de estudos sobre relações raciais no país, permanece uma lacuna considerável em pesquisas focadas especificamente na promoção e prevenção da saúde mental entre pessoas negras (Ferreira; Nunes, 2023).

Evidências sobre o impacto do racismo na saúde mental

O racismo tem um impacto profundo na saúde mental das pessoas negras em países racistas, exigindo políticas sociais e comprometimento na formação de profissionais da saúde para um atendimento humanizado e livre de discriminação. A Constituição Federal brasileira declara que "todos são iguais perante a lei", no entanto, o racismo afeta diariamente a vida de pessoas negras, manifestando-se por meio de violências físicas, verbais e psicológicas (Nascimento; Marinho, 2021; Benedito; Fernandes, 2020).

É crucial reconhecer o racismo como um dos principais determinantes sociais das condições de saúde da população negra, pois ele afeta negativamente todos os aspectos relacionados ao bem-estar. Essa discussão é imprescindível, já que o racismo permeia a oferta de cuidados de saúde, resultando em exclusão social, desqualificação e privação de qualidade nos serviços oferecidos (Nascimento; Marinho, 2021).

Além disso, o racismo vivido pela população negra brasileira muitas vezes é invisibilizado, deslegitimado e negligenciado. Ele se manifesta em vários contextos, como acadêmico, institucional e profissional, tanto de forma sutil quanto explícita. Portanto, é urgente a criação de propostas que combatam essa realidade (Benedito; Fernandes, 2020).

Depressão e suas consequências sociais

A depressão é um transtorno comum que afeta pessoas de todas as idades. Estudos recentes apontam que a depressão pode gerar desvantagens sociais e econômicas, como dificuldades no emprego e maior propensão a doenças ou invalidez. Essas consequências afetam diretamente indicadores como taxas de desemprego e aposentadoria precoce. A situação se agrava pela redução das horas de trabalho, que resulta em menor renda e educação limitada, restringindo oportunidades (Santos, 2021).

No entanto, alguns pesquisadores observam que grupos minoritários apresentam menor predisposição a formas graves de depressão em comparação com pessoas brancas. Outros estudos mostram uma alta prevalência de sintomas depressivos no Brasil, associada a fatores como raça negra, sexo feminino, idade avançada, baixa escolaridade e vida em áreas urbanas (Bailey; Mokonogho; Kumar, 2019; Melo *et al.*, 2019).

Adoecimento psíquico e discriminação racial

A estrutura racista sistêmica tem sido associada a diversas patologias mentais entre populações marginalizadas. Depressão grave com sintomas psicóticos, ansiedade generalizada e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) são algumas das condições exacerbadas pelas experiências de discriminação racial e violência. Compreender a interseção entre racismo e saúde mental é essencial para oferecer um cuidado eficaz e sensível às necessidades dessa população (Sousa *et al.*, 2023).

No final do século XIX, o pensamento alienista e psiquiátrico brasileiro influenciou a construção de concepções sobre a doença mental, especialmente no que tange às questões de raça/cor. Os psiquiatras da época, embora defendessem que a loucura não fazia distinção de cor, estabeleceram relações entre doença mental e raças consideradas inferiores, associando negros e mestiços à degeneração e predisposição à loucura (Barros *et al.*, 2022; Barros, 2014).

O racismo não apenas perpetua a desigualdade social, mas também impacta negativamente a saúde mental e física de pessoas racializadas. Ansiedade, depressão e TEPT são algumas das patologias desencadeadas pelo racismo, que afetam tanto o bem-estar emocional quanto o físico, gerando problemas como hipertensão, diabetes e doenças cardíacas (Silva, 2019; Siqueira; Fernandes, 2021).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao refletirmos sobre os dados e debates apresentados, é evidente o impacto profundo do racismo no bem-estar psicossocial e físico das pessoas racializadas. Desde as manifestações

de ansiedade, depressão e estresse pós-traumático até as disparidades de saúde física, o racismo atravessa várias dimensões da vida das minorias raciais, corroendo não apenas seu social, mas também seus fundamentos psicológicos, podendo causar síndromes depressivas ou até mesmo estresse pós-traumático (TEPT). Diante desse quadro, a Constituição Federal, ao defender a igualdade perante a lei, convoca não apenas uma adesão formal, mas uma ação efetiva para erradicar as injustiças e garantir a todos uma existência digna e respeitosa, livre desses desvios. Diante do exposto, a batalha contra o racismo é uma responsabilidade coletiva, exigindo não apenas palavras, mas medidas tangíveis. Portanto, é imperativo avançar com políticas sociais concretas e um compromisso integral, capacitando profissionais e a população oferecendo uma visão mais humanizada e não discriminatória em relação a pessoas racializadas, visto que as medidas já tomadas se mostram efetivas, porém insuficientes na luta contra o racismo.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, V. S.; SOUZA, E. R.; SILVA, V. M. "Eles vão certos nos nossos filhos": adoecimentos e resistências de mães de vítimas de ação policial no Rio de Janeiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 4, p. 1327-1336, 2022.

BAILEY, R. K.; MOKONOGHO, J.; KUMAR, A. Racial and ethnic differences in depression: current perspectives. **Neuropsychiatric Disease and Treatment**, v. 15, p. 603–609, 2019.

BARROS, S. *et al.* Atenção à Saúde Mental de crianças e adolescentes negros e o racismo. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 26, p. e210525, 2022.

BARROS, S. *et al.* Censo psicossocial dos moradores em hospitais psiquiátricos do estado de São Paulo: um olhar sob a perspectiva racial. **Saúde e Sociedade**, v. 23, n. 4, p. 1235–1247, out. 2014.

BENEDITO, M. S.; FERNANDES, M. I. A. Psicologia e racismo: as heranças da clínica psicológica. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, Edição Especial, e229997, 2020.

BRASIL. **Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001**: dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 9 abr. 2001. Seção 1, p. 3-5.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Saúde Integral da População Negra**. Brasília: MS, 2017. ISBN 978-85-334-2515-6.

DAMASCENO, M. G.; ZANELLO, V. M. L. Saúde mental e racismo contra negros: produção bibliográfica brasileira dos últimos quinze anos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 38, n. 3, p. 450–464, jul. 2018.

FERREIRA, C. A. A. NUNES, S. C. Fatores de adoecimento emocional e racismo. **Revista da ABPN**, v. 16, Edição Especial, 2023.

IGNAÇO, M. V. M.; MATTOS, R. A. O grupo de trabalho racismo e saúde mental do Ministério da Saúde: a saúde mental da população negra como questão. **Saúde em Debate**, v. 43, p. 66–78, 2019.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Informativos sobre desigualdades sociais por cor ou raça no Brasil: informação demográfica e socioeconômica**, n. 41, p. 1-12, 2019.

MELO, A. P. S. *et al.* Depression screening in a population-based study: Brazilian National Health Survey 2019. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 4, p. 1163–1174, abr. 2023.

MOREIRA, N. M.; COSTA, J. S. Promoção em saúde mental da população negra brasileira: um levantamento bibliográfico. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 23, p. 667–688, 2023.

NASCIMENTO, A.; MARINHO, F. S. L. Impactos do racismo na saúde mental da população negra brasileira. **Psicoatualidades**, v. 1, n. 1, p. 44–53, 10 fev. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Relatório sobre a saúde no mundo 2001: saúde mental: nova concepção, nova esperança**. Brasília: OPAS, 2012. ISBN 972-675-082-2.

QUEIROZ, P. S. F. *et al.* Transtornos mentais comuns em quilombolas rurais do Norte de Minas Gerais, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 6, p. 1831–1841, 2023.

SANTOS, K. M. R. dos *et al.* Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery**, v. 25, n. spe, p. e20200370, 2021.

SILVA, A. da. Aging from the perspective of racism and other forms of discrimination: influences of institutional and structural determinants on the lives of older adults. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 22, n. 4, e190210, 2019.

SIQUEIRA, J. S.; FERNANDES, R. C. P. Demanda psicossocial e demanda física no trabalho: iniquidades segundo raça/cor. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 10, p. 4737–4748, 2021.

SOUZA, K. do N.; SILVA, A. V.; FERREIRA, R.; SANTO, T. B. do E. “Pra nós que somos negras, tudo é mais difícil”: cartografia de uma mulher negra em sofrimento psíquico. **Physis**, v. 33, e33070, 2023..

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: World Health Organization, 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO