

Racismo, saúde mental e educação: impactos na subjetividade e no processo de aprendizagem

Racism, mental health, and education: impacts on subjectivity and the learning process

Ueudison Alves Guimarães

Maria Natália da Paz Maciel Lins

RESUMO

O racismo constitui uma das mais profundas e persistentes problemáticas da humanidade, operando não apenas no plano social, mas também no campo psíquico dos sujeitos. Este estudo tem como objetivo analisar os impactos do racismo na saúde mental e na subjetividade de crianças e adolescentes, bem como no processo de aprendizagem, evidenciando como a exposição contínua à discriminação racial pode gerar sofrimento psíquico, conflitos identitários e sentimentos de inferioridade e não pertencimento. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter bibliográfico, fundamentada na análise de produções acadêmicas recentes e autores de referência que abordam a relação entre racismo, saúde mental e educação. Os resultados indicam que o racismo está diretamente associado ao desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão e estresse psicológico, além de comprometer o desempenho escolar e a socialização dos estudantes. Conclui-se que o enfrentamento do racismo exige ações coletivas, com destaque para o papel da escola na promoção de uma educação antirracista, capaz de fortalecer a autoestima, o pertencimento e o desenvolvimento integral dos sujeitos.

Palavras-chave: racismo; saúde mental; subjetividade; aprendizagem.

ABSTRACT

Racism constitutes one of the deepest and most persistent problems of humanity, operating not only on a social level but also in the psychic field of individuals. This study aims to analyze the impacts of racism on the mental health and subjectivity of children and adolescents, as well as on the learning process, highlighting how continuous exposure to racial discrimination can generate psychological suffering, identity conflicts, and feelings of inferiority and non-belonging. This is a qualitative, bibliographical research, based on the analysis of recent academic productions and reference authors who address the relationship between racism, mental health, and education. The results indicate that racism is directly associated with the development of disorders such as anxiety, depression, and psychological stress, in addition to compromising the school performance and socialization of students. It is concluded that confronting racism requires collective action, highlighting the role of

schools in promoting an anti-racist education that can strengthen self-esteem, belonging, and the integral development of individuals.

Keywords: racism; mental health; subjectivity; learning.

INTRODUÇÃO

O racismo ainda é uma das feridas sociais mais profundas da humanidade. Ele se manifesta quando uma pessoa é inferiorizada, excluída ou violentada por causa da cor da pele, da origem étnica ou de traços físicos, tratando-se de um sistema histórico construído para estabelecer desigualdades e para perpetuar privilégios. Desse modo, o racismo pode ser explícito, com insultos, agressões e discriminações abertas, mas também pode ser sutil e naturalizado. Nesse sentido, o racismo não se limita a atitudes individuais, mas constitui um elemento estruturante da sociedade, integrando suas dimensões políticas, econômicas e sociais (Almeida, 2019).

Mais do que um conjunto de práticas discriminatórias isoladas, os sujeitos que vivenciam o racismo são constantemente atravessados por experiências de exclusão, invisibilização e deslegitimação, o que repercute diretamente na forma como se percebem e se posicionam no mundo. Nesse sentido, o racismo incide de maneira significativa sobre a saúde mental, podendo desencadear sofrimento psíquico, uma vez que apresenta associação significativa com depressão, ansiedade, estresse psicológico e outros agravos mentais (Paradies *et al*, 2015).

Assim, o presente estudo teve como objetivo evidenciar que ao serem reiteradamente expostas a situações de discriminação racial, crianças e adolescentes podem internalizar discursos de inferioridade, vivenciar conflitos identitários e desenvolver sentimentos de inadequação, vergonha e não pertencimento. Não somente, mas a vivência da discriminação racial prejudica tanto a socialização quanto o aprendizado acadêmico, pois, segundo Bento (2011), afeta o desenvolvimento cognitivo e emocional, podendo apresentar maiores dificuldades de concentração, engajamento e permanência na escola.

METODOLOGIA

Esse trabalho trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, do tipo bibliográfica, baseada na análise de produções acadêmicas recentes e obras que abordam o racismo e seus impactos na saúde mental. A coleta de dados foi realizada por meio de levantamento de produções acadêmicas em bases como Google Acadêmico e SciELO, além de livros e documentos institucionais sobre a temática. Foram selecionados materiais que abordam diretamente a relação entre racismo, saúde mental e educação, priorizando publicações recentes e autores de referência na área.

A partir desse levantamento, buscou-se estabelecer uma articulação entre o sofrimento psíquico decorrente das experiências de discriminação racial e suas implicações no processo de aprendizagem, compreendendo que tais fenômenos não podem ser analisados de forma isolada, mas sim inseridos em um contexto social, histórico e cultural mais amplo. Nesse sentido, a pesquisa qualitativa se mostra adequada, pois se dedica à compreensão e interpretação dos fenômenos sociais em sua complexidade, considerando os significados atribuídos pelos sujeitos às suas experiências, conforme destaca Flick (2009).

DESENVOLVIMENTO

O racismo afeta profundamente a vida de crianças e adolescentes negros, não apenas em aspectos sociais, mas também na saúde mental. A discriminação racial, vivida de forma contínua, pode gerar sofrimento psíquico, afetando o desenvolvimento emocional, cognitivo e social desses sujeitos. O racismo é apresentado como uma construção social que produz desigualdades e se manifesta tanto de forma explícita quanto institucional, impactando o acesso a direitos básicos como educação, saúde e condições de vida. Esses fatores colocam esta população marginalizada em situação de maior vulnerabilidade.

De acordo com os dados da pesquisa *“Percepções sobre o racismo no Brasil”*, realizada pela Inteligência em Pesquisa e Consultoria Estratégica (IPEC, 2023), há um amplo consenso social de que as pessoas pretas são as que mais sofrem com práticas racistas no país. Essa é quase uma unanimidade entre os brasileiros, já que nove em cada dez pessoas (96%) compartilham dessa visão.

Ainda segundo pesquisas da IPEC (2023), em segundo e terceiro lugares, estão os indígenas e os imigrantes africanos, respectivamente, com 57% e 38%.

O racismo, portanto, é toda forma de discriminação ou tratamento desigual baseado na ideia de superioridade racial. Ele ultrapassa relações individuais e alcança instituições, políticas públicas, educação, mídia e espaços de poder. A exposição ao racismo pode causar traumas psicológicos, levando a sintomas como ansiedade, depressão, baixa autoestima, irritabilidade e dificuldades de socialização.

Esses efeitos são ainda mais graves na infância, fase em que a identidade e a personalidade estão em formação. A experiência contínua de discriminação racial pode provocar processos de internalização de estigmas, levando à construção de sentimentos de inferioridade, insegurança e não pertencimento. No campo educacional, esses impactos reverberam diretamente no processo de aprendizagem. A escola, que deveria ser um espaço de acolhimento e desenvolvimento, pode também se tornar um ambiente de reprodução de desigualdades quando não problematiza práticas discriminatórias. Conforme Gomes (2005, p. 40),

[...] a escola é um dos espaços em que as tensões raciais se manifestam, podendo tanto reproduzir desigualdades quanto atuar na sua superação, a depender das práticas pedagógicas adotadas.

Estudantes que vivenciam o racismo frequentemente apresentam dificuldades de participação, retraimento, medo de exposição e desmotivação, fatores que comprometem o desempenho acadêmico e o vínculo com a aprendizagem. Além disso, o racismo não apenas inferioriza o outro, mas também produz efeitos profundos na construção da subjetividade do sujeito negro, conforme Fanon (2008), pois a ausência de representatividade e o silenciamento de identidades negras no currículo escolar contribuem para o enfraquecimento da construção positiva da identidade desses estudantes.

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), apontaram, no ano de 2023, que 71,6% dos adolescentes que não completam o ensino médio são negros, de modo que o racismo atua como um fator que exclui e dificulta o acesso e a permanência na escola, prejudicando o desempenho e vínculo escolar, interferindo na participação em sala de aula, na expressão de ideias e na construção da autonomia intelectual. Muitos estudantes passam a duvidar de sua própria capacidade, evitando se expor ou se engajar nas atividades escolares.

Corroborando essa perspectiva, Matos e França (2021) defendem que há relação entre experiências de racismo e pior desempenho escolar, indicando impacto direto na trajetória educacional. Nesse contexto, o medo do julgamento, a vergonha e o silenciamento tornam-se barreiras invisíveis à aprendizagem. Dessa maneira, em termos históricos, o preconceito racial tem uma história longa e complexa, estendendo-se por séculos em todo o mundo. Para Lemos (2011), o preconceito racial é o resultado da construção social de hierarquias raciais e da discriminação sistêmica contra grupos étnicos específicos.

Diante desse cenário, torna-se evidente que o enfrentamento ao racismo demanda ações intencionais e contínuas, especialmente no campo educacional. A escola, enquanto espaço privilegiado de formação humana, precisa assumir um compromisso ético e político com a promoção da equidade, reconhecendo as desigualdades raciais e atuando de forma ativa na sua superação. Isso implica não apenas a denúncia de práticas discriminatórias, mas também a valorização das identidades negras, a inclusão de referências positivas no currículo e a construção de práticas pedagógicas que promovam o respeito à diversidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreendemos que combater o preconceito racial exige um compromisso coletivo com a educação, a conscientização, a promoção da igualdade e a implementação de políticas públicas que protejam os direitos das pessoas independentemente de sua raça ou etnia. Assim, enfrentá-lo é responsabilidade coletiva, ética e humana.

Por outro lado, quando a escola se posiciona de forma crítica e acolhedora, promovendo uma educação antirracista, ela pode fortalecer a autoestima, o sentimento de pertencimento e o engajamento dos estudantes. Como defende Paulo Freire (1987), a educação deve ser um espaço de reconhecimento e libertação, no qual o sujeito se perceba como protagonista de sua própria história.

Assim, compreender os efeitos do racismo no processo de aprendizagem é fundamental para pensar práticas educativas mais inclusivas, que considerem não apenas os conteúdos, mas também as dimensões subjetivas e sociais que atravessam o ato de aprender. Somente a partir de uma educação comprometida com a justiça social será possível romper com ciclos históricos de exclusão,

promovendo não apenas o acesso, mas também a permanência e o sucesso escolar desses sujeitos, em condições de dignidade e reconhecimento.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Silvio Luiz de. *Racismo estrutural*. São Paulo: Editora Pólen, 2019.
- BENTO, Maria Aparecida da Silva. *Educação infantil, igualdade racial e diversidade: Aspectos políticos, jurídicos, conceituais*. São Paulo: CEERT, 2011.
- FLICK, Uwe. *Introdução à pesquisa qualitativa*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- FRANTZ, Fanon. *Pele negra, máscaras brancas*. Salvador: EDUFBA, 2008.
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.
- GOMES, Nilma Lino. Alguns termos e conceitos presentes no debate sobre relações raciais no Brasil: uma breve discussão. In: BRASIL. Ministério da Educação. *Educação antirracista: caminhos abertos pela Lei Federal nº 10.639/03*. Brasília: MEC, 2005. p. 39-64.
- INTELIGÊNCIA EM PESQUISA E CONSULTORIA ESTRATÉGICA (IPEC). *Percepções sobre o racismo no Brasil*. São Paulo: IPEC, 2023. Pesquisa encomendada pelo Instituto de Referência Negra Peregum e pelo Projeto SETA.
- LEMOS, Rosália de Oliveira. *Racismo e saúde: uma análise da discriminação racial como determinante social da saúde*. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.
- MATOS, P. M.; FRANÇA, D. X. de. Implicações do racismo no processo educativo de estudantes negros. *Educere et Educare*, [S. l.], v. 16, n. 40, p. 1–18, 2021. DOI: 10.17648/educare.v16i40.26527. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/educereeteducare/article/view/26527>. Acesso em: 19 mar. 2026.
- PARADIES, Y. et al. Racism as a determinant of health: a systematic review and metaanalysis. *PLoS One*, v. 10, n. 9, e0138511, 2015. DOI: 10.1371/journal.pone.0138511.